

## Regulamin

### WYZWANIE BIEGOWE – BIEGI Z PRZESZKODAMI

#### I. ORGANIZATOR:

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Sochaczewie

#### II. CEL ZAWODÓW:

1. Popularyzacja biegania jako najprostszej formy aktywności fizycznej;
2. Propagowanie aktywności ruchowej;
3. Promocja obiektów MOSiR Sochaczew

#### III. TERMINY I MIEJSCE:

19.08.2023 - CHODAKÓW – obiekty sportowe ul. Chopina 101 godz.10.00

#### IV. TRASA I PRZESZKODY:

1. Start/meta usytuowane będą w wyznaczonych przez organizatora miejscach , a trasa będzie wiodła po wyznaczonym terenie
2. Na obiektach znajdować się będą punkty medyczne;
3. Na trasie będą znajdowały się osoby czuwające nad poprawnym pokonywaniem przez zawodników przeszkód;
4. Na trasie będą znajdowały się stacje/przeszkody, na której zawodnicy będą musieli pokonać, np. bieg przez opony, wskoki na skrzynię, czołganie i inne;
5. Na trasie będą do pokonania przeszkody wymuszone infrastrukturą obiektu, np. schody, barierki i inne.
6. Długość trasy, rodzaj przeszkód, dostosowany będzie do wieku uczestników

#### V. PROGRAM ZAWODÓW:

godz. 9:00 – 9:30 – otwarcie biura zawodów,

godz. 10:00 – start pierwszej kategorii wiekowej

godz. 12:30 – przewidywany start ostatniej kategorii

dekoracje zwycięzców po zakończeniu każdej kategorii

Program zawodów uzależniony jest od liczby zapisanych osób. Ostateczny zostanie opublikowany przed rozpoczęciem zawodów

#### VI. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W Wyzwaniu Biegowym Dzieci mogą uczestniczyć osoby w 3 kategoriach wiekowych:

- od 4 do 6 lat,
- od 7 do 9lat,
- od 10 do 12 lat.

2. Osoby niepełnoletnie muszą przedstawić pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych na udział w biegu. Oświadczenia dostępne będą na stronie internetowej Organizatora [www.mosir.sochaczew.pl](http://www.mosir.sochaczew.pl) i w Biurze Zawodów w dniu zawodów

3. Limit uczestników to łącznie 100 osób.

## **VII. ZAPISY I OPŁATA STARTOWA**

1. Zgłoszenia do biegów dzieci przyjmowane są elektronicznie poprzez wypełnienie formularza i przesłanie zgłoszenia na adres [mosir@mosir.sochaczew.pl](mailto:mosir@mosir.sochaczew.pl) ze wskazaniem daty zawodów.

W przypadku wolnych miejsc można się będzie zapisać na miejscu, w biurze zawodów.

2. Nie przewiduje się wprowadzenia opłaty startowej. Udział w biegu jest bezpłatny.

## **VIII. KATEGORIE I NAGRODY**

W kategoriach wiekowych najlepszy uczestnik w kategorii dziewcząt i chłopców, otrzymuje puchar; wszyscy uczestnicy, którzy ukończą rywalizację otrzymują pamiątkowy medal lub dyplom.

## **IX. ZASADY WYŁONIENIA ZWYCIĘZCÓW**

1. Uczestnik zobowiązany jest stawić się w strefie startu na 5 minut przed swoim biegiem;
2. Zawodnik zobowiązany jest pokonać wyznaczoną trasę biegu od startu do mety, oraz poprawnie zaliczyć wszystkie przeszkody;
3. W przypadku ominięcia przeszkody lub nieregularnego wykonania zadania, uczestnik zostaje zdyskwalifikowany;
4. Zwycięzcą zawodów zostanie osoba, która pokona trasę w najkrótszym czasie.

## **X. ŚWIADCZENIA**

Organizator zapewnia wodę, przekąskę regeneracyjną, opiekę medyczną.

2. Na mecie każdy uczestnik, który ukończy Wyzwanie Biegowe, otrzyma okolicznościowy medal lub dyplom.

## **XI. POSTANOWIENIA ORGANIZACYJNE**

Wyzwanie Biegowe- Bieg z przeszkodami- to bieg podwyższonego ryzyka kontuzji, dlatego:

1. Organizator zapewnia ubezpieczenie ogólne imprezy, natomiast ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu, wymaga osobnej polisy, wykupionej indywidualnie przez uczestnika. Organizator nie bierze na siebie odpowiedzialności za straty, szkody, kontuzje i nieszczęśliwe wypadki zaistniałe przed, w czasie i po zawodach.
2. Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie biegu;

## **XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Zapisanie się do biegu jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu;
2. We wszystkich sprawach nieobjętych regulaminem decyduje Organizator;
3. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian zasad przeprowadzenia biegu i do ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu.