



## REGULAMIN Biegu Leśna Dycha św. Rocha

### 1. Organizatorzy

- Parafialno Uczniowski Klub Sportowy „ROCH” Jasienica;
- Nadleśnictwo Ostrów Mazowiecka.

### 2. Cel i założenia biegu

- Propagowanie aktywności fizycznej i zdrowego trybu życia wśród lokalnej społeczności;
- Aktywne spędzanie czasu przez uczestników zawodów
- Obchody odpustu parafialnego Parafii Jasienica pod wezwaniem św. Rocha
- Obchody 8. rocznicy powstania Parafialno-Uczniowskiego Klubu Sportowego „ROCH” Jasienica
- Obchody 90-lecia powstania Lasów Państwowych
- Zapoznanie z postacią i propagowanie osiągnięć Wojciecha Bogumiła Jastrzębowskiiego

### 3. Termin i miejsce

- Bieg odbędzie się w dniu 16 sierpnia 2014 r. (sobota). Start i meta zlokalizowane będą na terenie leśniczówki Koła Łowieckiego MYKITA w miejscowości Kalinowo Parcele (patrz załączona mapa).

- Godziny startów:

16:00 start kategorii I na dystansie 1 km + 90 m  
16:30 start kategorii II na dystansie 2 km + 90 m  
17:00 start kategorii III na dystansie 10 km + 90 m

### 4. Trasa

- Bieg główny odbędzie się na dystansie 10 km + 90 m. Trasa wiodła będzie drogami leśnymi i gruntowymi w lasach pomiędzy Kalinowem i Ugniwem. Trasa oznaczona będzie znakami pionowymi i poziomymi. Dokładny jej przebieg podany jest na załączonej mapie.

### 5. Uczestnictwo

- W biegu głównym wystartować będzie mógł każdy, kto w dniu zawodów będzie miał ukończone 16 lat i zgłosi wcześniej chęć uczestnictwa. Osoby niepełnoletnie proszone są o dostarczenie zgody na udział w biegu od rodzica lub prawnego opiekuna. Warunkiem dopuszczenia do zawodów będzie podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań do udziału w biegu i starcie na własną odpowiedzialność. Podpisanie oświadczenia równoznaczne będzie z akceptacją regulaminu biegu.

- Zgłoszenia przyjmowane będą w dniu zawodów w okolicach startu w godz. 15:30 -16:45. W miarę możliwości prosimy o wcześniejsze zgłoszenia drogą mailową (paw-now@wp.pl), bądź telefonicznie. Udział w zawodach jest bezpłatny.

## **6. Klasyfikacje i nagrody**

Kategoria I (1 km + 90 m) – do 13 lat (łącznie z 6 klasą szkoły podstawowej)

Kategoria II (2 km + 90 m) – 14-18 lat (gimnazja i szkoły średnie)

Kategoria III (10 km + 90 m) – 16 lat i więcej

- W każdym biegu prowadzona będzie klasyfikacja mężczyzn oraz kobiet. Po trzy najlepsze osoby w każdej z tych kategorii otrzymają pamiątkowe puchary.
- Każdy kto ukończy bieg otrzyma na mecie pamiątkowy medal.
- Bieg odbędzie się w ramach Cyklu Biegów im. Wojciecha Bogumiła Jastrzębowskiiego. Osoby, które ukończyły wcześniej dwa biegi w Bieli (w maju i czerwcu) oraz ukończą Leśną Dychę św. Rocha otrzymają nagrody.

## **7. Postanowienia końcowe**

- Po biegu organizatorzy zapraszają na ognisko i poczęstunek w leśniczówce Koła Łowieckiego MYKITA.
- Na trasie przewiduje się przynajmniej jeden punkt z wodą. Woda i napoje wydawane będą również na mecie zawodów.
- Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Obowiązek ubezpieczenia NNW leży w gestii zawodników.
- Koszty opłaty dojazdu oraz innych świadczeń pokrywają uczestnicy imprezy.
- Organizator nie przewiduje szatni i depozytu oraz natrysków.
- Za rzeczy zaginione i pozostawione podczas imprezy organizator nie odpowiada.
- Organizator nie zapewnia opieki medycznej na trasie i mecie zawodów, w związku z czym prosi się o szczególną rozwagę podczas zawodów.
- Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać widoczne numery startowe. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego w części lub w całości.
- Ostateczna interpretacja Regulaminu oraz decyzje należą do Organizatora.
- Informacje na temat biegu można uzyskać pod numerem tel. 602 513 045 (Marek Suchcicki) oraz 600 336 267 (Paweł Nowak).