



REGULAMIN
IV Leśna Dycha św. Rocha
Pod Patronatem Proboszcza Parafii Jasienica
Ks. Kan. Piotra Kapelańskiego

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 w lesie przez uczestników zawodów
- Obchody odpustu parafialnego w Parafii Jasienica pod wezwaniem św. Rocha
- Obchody 11. rocznicy powstania Parafialno-Uczniowskiego Klubu Sportowego „ROCH” Jasienica
- Przybliżenie wszystkim działalności Lasów Państwowych oraz lasu w różnych porach roku jako miejsca odpoczynku i pokazanie możliwości korzystania z jego dóbr
- Zapoznanie z postacią i propagowanie osiągnięć Wojciecha Bogumiła Jastrzębowski

3. Termin i miejsce

- Bieg odbędzie się w dniu 19 sierpnia 2016 r. (sobota). Start i meta zlokalizowane będą na terenie domku myśliwskiego Koła Łowieckiego „MYKITA” w miejscowości Kalinowo Parcele (patrz załączona mapa).

- Godziny startów:

17:30 start kategorii I na dystansie 0,5 km

17:40 start kategorii II na dystansie 1 km

18:00 start kategorii III na dystansie 10 km oraz marszu Nordic Walking

- Dekoracja będzie miała miejsce bezpośrednio po zakończeniu zmagania, ok. godz. 19:45.

4. Trasa

- Bieg główny odbędzie się na dystansie 10 km. Trasa wiodła będzie drogami leśnymi i gruntowymi w lasach pomiędzy Kalinowem, Ugniewem i Smolechami. Trasa oznaczona będzie znakami pionowymi i poziomymi. Limit czasu na pokonanie trasy wynosi 90 minut.

- Dla uczestników marszu Nordic Walking przewiduje się trasę o długości około 6 km (przy punkcie z wodą, gdzie trasa się łączy, uczestnicy nie kierują się na mniejszą pętlę, tylko podążają od razu w kierunku mety).

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.

- Osoby startujące w kategorii I oraz II obowiązkowo muszą dostarczyć zgodę na udział w biegu rodzica lub prawnego opiekuna.

- Zgłoszenia drogą elektroniczną prosimy kierować na adres: **paw-now@wp.pl**, bądź telefonicznie nr **600 336 267** do dnia 18 sierpnia 2017 włącznie. Zgłoszenia przyjmowane będą również w dniu biegu w biurze zawodów o ile limit startujących nie zostanie wcześniej przekroczony. Dla osób zgłoszonych udział w zawodach jest bezpłatny. Zgłoszenie w dniu biegu płatne 20 zł. Osoby zapisane drogą elektroniczną muszą potwierdzić udział w biurze zawodów, które funkcjonować będzie w dniu biegu w godzinach 16:15-17:45.

- W biegu głównym ustala się limit startujących na 80 osób. Z tego też względu jeśli ktoś wie, że nie będzie mógł wystartować, a był wcześniej zapisany, proszony jest o powiadomienie o tym fakcie organizatora.

6. Klasyfikacje i nagrody

Kategoria I (0,5 km) – rocznik 2006 i młodsi

Kategoria II (1 km) – roczniki 2000 - 2005

Kategoria III (10 km) – rocznik 1999 i starsi

- Każdy, kto ukończy bieg w zakładanym limicie czasowym otrzyma na mecie pamiątkowy medal.

- Pamiątkowe statuetki dla trzech pierwszych kobiet oraz mężczyzn w biegu głównym oraz w kategorii Najszybszych Parafian.

- W biegach dziecięcych każdy kto ukończy bieg otrzyma medal. Pierwsze trzy miejsca w kat. dziewcząt i chłopców otrzymają nagrody rzeczowe lub statuetki.

7. Postanowienia końcowe

- Po biegu organizatorzy zapraszają na ognisko i poczęstunek przy domku myśliwskim Koła Łowieckiego MYKITA, a po dekoracji na zabawę taneczną na świeżym powietrzu.

- Na trasie przewiduje się przynajmniej jeden punkt z wodą, który zlokalizowany będzie na ok. 3 i 7 km trasy. Woda i napoje wydawane będą również na mecie zawodów.

- Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne, chyba, że istniało by istotne zagrożenie dla zdrowia i życia uczestników.

- 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 zapewnia opiekę medyczną na starcie i mecie.

- 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 w sprawach nie ujętych w regulaminie należą do Organizatora.
- Zgodnie z art. 21 ust. 1 pkt. 68 Ustawy z dnia 26 lipca 1991 o podatku dochodowym od osób fizycznych organizator oświadcza, że jest to konkurs z dziedziny sportu i jednorazowa wartość nagród nie przekroczy kwoty 760,00 zł na osobę.
- Informacje na temat biegu można uzyskać pod numerem tel. 600 336 267 (Paweł Nowak) oraz 602 513 045 (Marek Suchcicki)
- Bieżące informacje na temat biegu zamieszczane będą na profilu wydarzenia na Facebooku (<https://pl-pl.facebook.com/events/214187839102620/>) oraz na stronie www.rochjasienica.futbolowo.pl

Trasa biegu



Link do trasy

<https://www.endomondo.com/users/11541267/workouts/787755179>