

Regulamin V Retno Bieg

I. Organizatorzy:

1. Organizatorami imprezy sportowej pn. " V Retno Bieg" jest : Hotel Pory Roku, Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji w Zbicznie, Powiat Brodnicki, Stowarzyszenie SieBiega, CBR Biega

II. Cel imprezy:

1. Upowszechnianie sportu - biegania i nordic/walking na terenie pojezierza brodnickiego.
2. Zachęcanie do prowadzenia zdrowego stylu życia w otoczeniu przyrody, którą ma się w zasięgu ręki.
3. Organizacja rywalizacji sportowej nie tylko o zasięgu lokalnym ale i ogólnopolskim.

III. Termin i miejsce:

1. Termin: 6 czerwca 2026 r., sobota.
2. Start biegu oraz nordic walking : godz. 14.00.
3. Biuro zawodów, start i meta : teren zlokalizowany przy Hotelu Pory Roku, miejscowość : Czysteblota 3, 87-312 Pokrzydowo.

IV. Trasa:

1. Bieg i nordic walking na dystansie 5 km oraz bieg na dystansie 10km.
2. Bieg crossowy 10km: Czysteblota -Zastawie-Lipowiec-Czysteblota.
3. Bieg crossowy oraz nordic walking 5km: Teren leśny Czysteblota.
4. Trasy na dystansie 5 i 10 km zabezpieczać będą strażacy jednostek OSP gminy Zbiczno. Ponadto, obydwie trasy oznaczone będą strzałkami, wskazującymi kierunek biegu oraz nordic walking.
5. Na stronach organizatorów umieszczone zostaną mapy biegu oraz nordic walking na obydwu dystansach.
6. Na trasach zlokalizowane będą punkty zaopatrzone w wodę. Punkt odżywczy znajdować będzie się na mecie.

V. Oplata startowa i zapisy:

1. Oplata rejestracyjna za udział jednego uczestnika biegu lub nordic walking przy płatności:
 - a) do 12 kwietnia 2026 r. wynosi 40 zł.;
 - b) od 13 kwietnia 2026 r. do 4 czerwca 2026 r. wynosi 50 zł ;
 - c) w dniu zawodów wynosi 60 zł - o ile będą wolne miejsca;Rejestracja elektroniczna : chiptiming.pl : do 4 czerwca 2026 r. włącznie.

VI. Limit:

Organizator określa limit startujących na 150 osób, z możliwością jego zwiększenia.

VII. Program zawodów:

- od godz. 12.00 do godz. 13.40 wydawanie numerów startowych;
- ok godz. 13.40 - 13.50 - rozgrzewka;
- ok. godz. 13.55 - ustawienie uczestników zawodów na linii startu,

ok. godz. 14.00 - start biegu oraz nordic walking na dystansach 5 km i 10 km;

ok. godz. 16.00 - posiłek regeneracyjny,

ok. godz. 17.00 - dekoracja zwycięzców.

VIII. Warunki uczestnictwa:

1. W zawodach mogą brać udział wszyscy chętni, którzy spełniają poniższe warunki:
 - a) w zawodach może wziąć udział każdy pełnoletni zawodnik, który zgłosi swoje uczestnictwo w biegu za pomocą formularza zgłoszeniowego, wniesie opłatę startową oraz w dniu biegu w Biurze Zawodów podpisze oświadczenie o biegu na własną odpowiedzialność ;
 - b) zawodnicy w wieku 16-18 lat (którzy w dniu biegu nie osiągnęli pełnoletności), poza wypełnieniem formularza zgłoszeniowego, wniesieniem opłaty, zobowiązani są dodatkowo do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL. Warunkiem dopuszczenia osoby niepełnoletniej do startu jest obecność rodzica lub opiekuna wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji zawodnika w Biurze Zawodów.

IX. Klasyfikacje i nagrody dla biegaczy na dystansie 10 km:

1. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą bieg otrzymają pamiątkowy medal.
2. W klasyfikacji indywidualnej (open) nagrodzeni zostaną pucharami: trzy kobiety z najlepszym czasem przebiegu oraz trzech mężczyzn z najlepszym czasem przebiegu.
3. Kategorie wiekowe (puchary):
 - a) I grupa wiekowa kobiety/mężczyźni: 16-29
 - b) II grupa wiekowa kobiety/mężczyźni: 30-39
 - c) III grupa wiekowa kobiety/mężczyźni : 40-49
 - d) IV grupa wiekowa kobiety/mężczyźni: 50+

X. Klasyfikacje i nagrody dla biegaczy na dystansie 5 km:

1. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą bieg otrzymają pamiątkowy medal.
2. W klasyfikacji indywidualnej (open) nagrodzeni zostaną (puchary): trzy kobiety z najlepszym czasem przebiegu oraz trzech mężczyzn z najlepszym czasem przebiegu.

XI. Klasyfikacje i nagrody dla uczestników nordic/walking:

1. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą dystans otrzymają pamiątkowy medal.
2. W klasyfikacji indywidualnej (open) nagrodzeni zostaną (puchary): trzy kobiety z najlepszym czasem pokonania dystansu oraz trzech mężczyzn z najlepszym czasem pokonania dystansu.

XII. Klasyfikacje i nagrody dla najstarszej uczestniczki/uczestnika V Retno Bieg:

1. Najstarsza uczestniczka V Retno Biegu nagrodzona zostanie pucharem.
2. Najstarszy uczestnik V Retno Biegu nagrodzony zostanie pucharem.

XIII. Nagrody dublują się, co oznacza, że uczestnicy V Retno Biegu mogą być dekorowani zarówno w klasyfikacji indywidualnej (open), jak i wiekowej.

XIV. Pomiar czasu:

1. Klasyfikacja zawodników odbywa się na podstawie czasu rzeczywistego (czas brutto).
2. Pomiar czasu będzie prowadzony elektronicznie, za pomocą chipów.

3. Numer startowy należy zamocować z przodu koszulki. Zabrania się jakiegokolwiek modyfikacji w zamocowaniu numeru startowego. Posiadanie numeru startowego zamocowanego w w/w miejscu jest warunkiem sklasyfikowania.
4. Przebywanie na trasie biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę Biegu.

XV. Postanowienia końcowe:

1. Nordic walking jak i bieg rozegrany będzie bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Uczestnicy biegu oraz nordic walking biorą w nich udział na własną odpowiedzialność.
3. Uczestnicy powinni być ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków przez jednostki zgłaszające lub indywidualnie - organizator nie zapewnia żadnej formy ubezpieczenia grupowego.
4. Zabrania się wnoszenia na trasę zawodów przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych Uczestników.
5. Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w zawodach, w szczególności zasad fair play oraz niniejszego regulaminu.
6. Organizator zapewnia wodę na trasie oraz posiłek regeneracyjny na mecie.
7. Zawodnicy pokonujący dystans biegu i nordic walking w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
8. Limit czasowy pokonania trasy 5 km nordic walking ustala się na 1 godzinę.
9. Limit czasowy pokonania trasy 5 km biegiem ustala się na 1 godzinę.
10. Limit czasowy pokonania trasy 10 km biegiem ustala się na 1 godzinę 30 minut.
11. Pozostawianie na trasie biegu po upływie wyznaczonego czasu, jak również nie stosowanie się do decyzji organizatorów przenosi na uczestników odpowiedzialność stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego.
12. Podczas zawodów będzie obecny ratownik medyczny.
13. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.
14. Decyzje personelu medycznego dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
15. Pobranie numeru startowego i podpisanie listy startowej jest jednoznaczne z przyjęciem warunków regulaminu.
16. Uczestnicy wyrażają zgodę na wykorzystanie przez organizatora ich wizerunku w celu promocji imprezy i dokumentowania zawodów, a także na wykorzystanie ich wizerunku w celu promocji biegu przez podmioty współorganizujące, partnerów oraz sponsorów zawodów.
17. Interpretacja regulaminu należy do organizatora.
18. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie bez podania przyczyny.
19. Dodatkowe informacje o partnerach, nagrodach i innych sprawach związanych z zawodami będą publikowane na stronie internetowej oraz profilach organizatorów jak i partnerów wydarzenia.