

REGULAMIN

VIII BABSKI BIEG i BIEG W SZPILKACH

I. ORGANIZATOR:

- Ośrodek Sportu i Rekreacji „Wyspiarz” w Świnoujściu, ul. Matejki 22

II. TERMIN I MIEJSCE:

- **8 marca 2020 r. godz. 16.00** (niedziela) w Świnoujściu przy Pływalni Krytej
- **Babski Bieg** (start godz. 16.00- dystans 3,2 km)
– kategorie: biegi oraz Nordic walking
- **Bieg na szpilkach** (start : godz. 17.00, po zakończeniu Babskiego Biegu
– dystans 100 m)

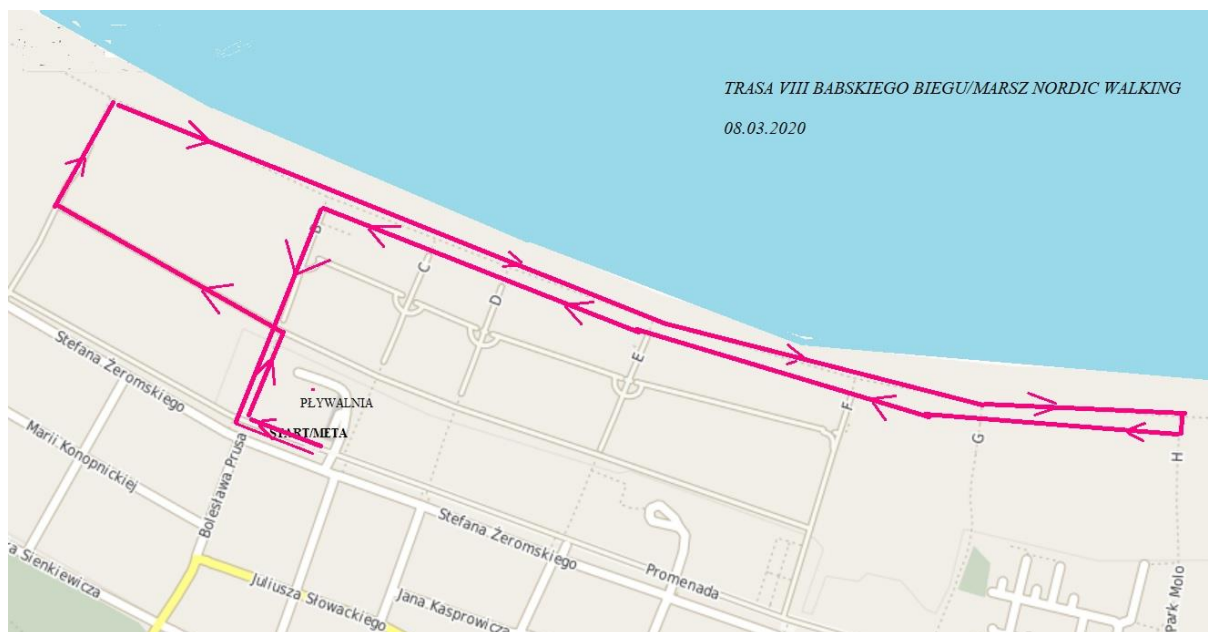
III. BIURO ZAWODÓW:

- Zapisy do VIII Babskiego Biegu w godz. 14:00-15.45 w holu Pływalni Krytej ul. Żeromskiego 62 w Świnoujściu. Każdy uczestnik dokonuje zgłoszenia osobiście (osoby niepełnoletnie w towarzystwie rodzica lub prawnego opiekuna).
- Zapisy elektroniczne na stronie internetowej:
<http://www.maratonczykpomiarczasu.pl/viii-babski-bieg-i-bieg-w-szpilkach>
- Obowiązuje limit zgłoszeń do Biegu: 150 uczestników.

IV. TRASA BIEGU

- Długość trasy VIII Babskiego Biegu i Nordic Walking ok. 3,2 km.
- Bieg na szpilkach – 100m
- Przebieg tras:

Babski Bieg (mapka poniżej): START: sprzed Pływalni -> kierunek w stronę wejścia plażowego od ul. Prusa; następnie Promenadą Zdrowia do wejścia na plażę ul. Małachowskiego plażę do Al. Baltic Park Molo; tam nawrót, powrót plażą do wejścia plażowego ul. Prusa; wejście do promenady w kierunku METY przed Pływalnią Krytą.



- Bieg na szpilkach: na Promenadzie przed Pływalnią

V. LIMIT CZASU:

Uczestników Babskiego Biegu obowiązuje limit czasu wynoszący **60 minut**.

VI. PUNKTY KONTROLNE I ODŻYWCZE:

1. Punkt odżywiania znajduje się w miejscu startu/mety (napoje, zupa regeneracyjna).
2. Na trasie nie wyznacza się punktów kontrolnych.

V. UCZESTNICTWO:

1. W biegu mogą brać udział kobiety, dziewczynki lub **panowie przebrani za kobiety (uzyskują wówczas status uczestnika biegu i biorą udział w losowaniu nagród!)**.
2. W biegu mogą wziąć udział wyłącznie osoby zdrowe i zdolne do przebiegnięcia lub przejścia dystansu 3,2 km.
3. **W biegu w szpilkach obowiązuje minimalna wysokość „szpilki” 8 cm, która będzie weryfikowana przed startem do biegu przez sędziego zawodów.**
Organizator informuje, że istnieje ryzyko uszkodzenia obuwia podczas Biegu w szpilkach – za wszelkie uszkodzenia OSiR Wyspiarz nie ponosi odpowiedzialności.
4. W biurze Biegu każdy z uczestników jest wpisany na listę startową.
Wpisanie się jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.
5. Trasę można pokonać biegiem, marszem, lub przy wykorzystaniu kijków do Nordic walking.
6. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany terminu Biegu lub jego odwołania ze względu na niekorzystne warunki pogodowe.
- 7.

VI. KLASYFIKACJA I NAGRODY:

I – III miejsca statuetki (w Babskim Biegu)

I - III miejsca statuetki w Nordic Walking

I - III miejsca statuetki w Biegi na szpilkach

Losowanie nagród po zakończeniu obu biegów około godz.17.30.Wszystkie uczestniczki na podstawie wpisu na listę startową będą brały udział w losowaniu atrakcyjnych nagród (m.in.: vochery ufundowane przez Sponsorów Imprezy). Każda uczestniczka otrzymuje pamiątkowy medal.

VII. UBEZPIECZENIE:

1. Organizator posiada ubezpieczenie OC.
2. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.

VIII. OPŁATY:

Udział w zawodach jest bezpłatny.

IX. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

1. Wpis na listę startową upoważnia do wzięcia udziału w losowaniu nagród za uczestnictwo w Imprezie.
2. Organizator zapewnia zabezpieczenie medyczne podczas biegu dla wszystkich uczestników Biegu.
3. Organizator nie zabezpiecza depozytu, oraz nie ponosi odpowiedzialności za zniszczenie lub utratę sprzętu i innych rzeczy należących do uczestników.
4. Organizator zapewnia toalety i natryski na Pływalni Krytej.
5. Uczestnicy mają obowiązek zachowania zasad fair-play podczas trwania imprezy.
6. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystywanie wizerunku w tym na zamieszczanie danych w przekazach telewizyjnych, internetowych w celach promocji imprezy przez Ośrodek oraz sponsorów Imprezy.
7. Dane teleadresowe organizatora znajdują się na stronie: www.osir.swinoujscie.pl,
Kontakt z organizatorem: e-mail: a.bogdanska@osir.swinoujscie.pl, tel. 91 3213781 wew. 32