

REGULAMIN

„Zimowa Zabawa Biegowa w Lesie w Międzyborzu - Zielona Bieżnia 2025” z Gminnym Ośrodkiem Sportu w Koźminie Wlkp. WALERIANÓW- POGORZAŁKI MAŁE - MIĘDZYBORZE - 23.02.2025 r.

I. Cel imprezy:

1. Popularyzacja biegów jako jednej z form aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu.
2. Upowszechnienie rekreacji wśród dorosłych, dzieci i młodzieży.
3. Edukacja leśna społeczeństwa, upowszechnianie wiedzy o środowisku leśnym i świadomym korzystaniu z rekreacyjno-sportowo-turystycznych walorów Lasów Państwowych, a w szczególności lasów nam najbliższych „Zielona Bieżnia” w Nadleśnictwie Piaski.
4. Prezentacja walorów krajoznawczych Koźmina Wlkp. i okolicy.
5. Poznanie dróg, szlaków, ścieżek, przebiegających w okolicach Miasta i Gminy Koźmin Wielkopolski

II. Organizatorzy:

- Gminny Ośrodek Sportu w Koźminie Wielkopolskim
- Akademia Piłkarska Biały Orzeł Koźmin Wielkopolski

Wspierają nas:

- Nadleśnictwo Piaski
- Leśnictwo Międzyborze
- Urząd Miasta i Gminy w Koźminie Wlkp.
- Sołectwo Walerianów
- OSP Koźmin Wlkp. - jednostki z terenu gminy
- Koło Gospodyń Wiejskich Walerianów- Pogorzałki Małe

III. Termin i miejsce.

Biegi odbędą się **w niedzielę, 23 lutego 2025 r.**

Start i meta – **okolice sali wiejskiej w Walerianowie k. Koźmina Wlkp.**

Trasa będzie przebiegała drogami o nawierzchniach: głównie szutrowej, trawiastej, po polnych i leśnych ścieżkach w małym fragmencie asfaltowej

W zależności od warunków atmosferycznych na trasie biegu mogą wystąpić odcinki śnieżne, błotniste, kałuże, oblodzenia, przewalone lub złamane drzewa, wystające korzenie drzew, pni po ściętych drzewach, gałęzie, dziury w ziemi i inne nierówności terenu, suche gałęzie, szyszki i kamienie itp. leżące na ziemi, koleiny występujące po pracach polnych i leśnych.

IV. Orientacyjny harmonogram imprezy oraz przewidywane dystanse.

Dystanse Biegu:

do 2km – przełajowy bieg dziecięco-młodzieżowy „Zabawa Biegowa”

ok. 5 km – bieg przełajowy „Mała Zabawa Biegowa”

ok. 10 km – bieg przełajowy „Duża Zabawa Biegowa”

+ AKTYWNOŚĆ TOWARZYSZĄCA – MARSZ „ZIMOWY NORDIC WALKING”

na dystansie ok 5 km

UWAGA BIEGACZE!

Dystans 10 km jest zaliczany do Grand Prix Powiatu Krotoszyńskiego w Biegach.

Osoby, które chcą być uwzględnione w ww. klasyfikacji w roku 2025 proszone są o potwierdzenie udziału zaznaczając odpowiednią opcję w formularzu zgłoszeniowym podczas dokonywania zapisów!

Potwierdzenie udziału/Rejestracja w Biurze Biegu w godzinach: 10⁰⁰ - 11⁴⁵

Start biegów na dystansach:

do 2 km – bieg „Zabawa Biegowa” - 12:00

ok. 5 km marsz „ZIMOWY NORDIC WALKING – 12:15

ok. 5 km – bieg „Mała Zabawa Biegowa” – 12:30

ok. 10 km – bieg „Duża Zabawa Biegowa” – 12:20

„Przewidywany maksymalny limit czasu na pokonanie dystansu 5 i 10 km to 1,5 godziny.

Planowane dekoracje godz. 14:30, zakończenie imprezy to godzina 15:00.

V. Uczestnictwo:

- planowana liczba uczestników to **200 osób,**

- wszyscy zawodnicy startujący w biegu, marszu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów w dniu 23.02.2025 r. w godzinach 10:00 – 11:45, podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty lub inny dokument ze zdjęciem umożliwiającą identyfikację,

- w biegu „Mała Zabawa Biegowa” oraz „Duża Zabawa Biegowa” mogą uczestniczyć zawodniczki/zawodnicy, którzy w dniu imprezy mają ukończone **16 lat i starsi,**

- w biegu przełajowym dziecięco-młodzieżowym „Zabawa Biegowa” mogą uczestniczyć zawodniczki i zawodnicy, w wieku: kat I (2013,2014,2015); kat II (2010,2011,2012); kat III (2008,2009),

- w marszu „Zimowy Nordic Walking” mogą uczestniczyć zawodniczki/zawodnicy, bez względu na wiek, osoby niepełnoletnie za pisemną zgodą, a dzieci do 10 roku życia dodatkowo pod opieką, rodzica/opiekuna prawnego,

- osoby niepełnoletnie startują pod warunkiem posiadania pisemnej zgody rodzica/opiekuna prawnego (załącznik nr 1),

- każdy zawodnik startuje na swoją odpowiedzialność, musi wypełnić oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach, co potwierdza złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu podczas odbioru numerów startowych,

- każdy zawodnik musi wyrazić zgodę na przetwarzanie danych osobowych i jego wizerunku dla celów weryfikacji zawodnika oraz umieszczenia w komunikacie końcowym, a także dla celów marketingowych biegu,

- każdy zawodnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem i zobowiązany jest do jego przestrzegania,

- **rejestracja i pobranie numeru startowego jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu biegu, marszu**

- nie wolno niszczyć otaczającej Państwa przyrody świata roślin i zwierząt,

- wszyscy uczestnicy mają obowiązek zapoznać się z dokumentem „Informacja o zagrożeniach w lesie”, który prezentujemy poniżej:

INFORMACJA O ZAGROŻENIACH JAKIE MOGĄ WYSTĄPIĆ W LESIE

1. Suche drzewa, które celowo są pozostawione do naturalnego rozpadu i w każdej chwili mogą się przewrócić.
2. Konary drzew, które mogą w każdej chwili spaść.
3. Drzewa z widocznymi owocnikami grzybów, które mogą się przewrócić.
4. Przewalone lub złamane drzewa.
5. Nierówny teren. Wystające korzenie drzew, pni po ściętych drzewach, gałęzi, dziury w ziemi i inne nierówności terenu.
6. Suche gałęzie, szyszki i kamienie itp. leżące na ziemi.
7. Koleiny występujące po pracach leśnych.
8. Tłuczeń na drogach szutrowych nadleśnictwa.
9. Strome zbocza wynikające z ukształtowania terenu.
10. Trwające prace leśne, takie jak np. ścinka drzew, zrywka, wywóz. Miejsca,

w których tego typu prace są prowadzone, są objęte zakazem wstępu i są oznaczane tablicami ostrzegawczymi, ustawionymi na drogach i szlakach leśnych. Należy bezwzględnie stosować się do zakazu poruszania się po tych terenach.

11. Drogi leśne. W lesie należy zachować szczególną ostrożność, ponieważ leśnymi drogami mogą poruszać się ciężki sprzęt leśny, pojazdy Służby Leśnej i inne.
12. Dzikie zwierzęta – pogryzienie, użądlenie, ukąszenie, zranienie lub stratowanie oraz możliwość zarażenia wścieklizną i boreliozą, a jad niektórych owadów może wywoływać groźne reakcje alergiczne.
13. Niekorzystna pogoda - (burza, silny wiatr, zalegający na drzewach śnieg lub na drogach lód) zwiększa się ryzyko nieszczęśliwych wypadków. W takiej sytuacji każde drzewo może się przewrócić, złamać itp.
14. Niewypały i niewybuchy z czasów wojny.
15. Polowania regulujące liczebność zwierzyny.
16. Wnyki, sidła i inne pułapki stosowane przez kłusowników. W takiej sytuacji należy bezwzględnie się oddalić i niezwłocznie zawiadomić służby leśne.
17. Organizmy i substancje wywołujące reakcje alergiczne.
18. Występujące w lesie trujące lub mogące wywołać poparzenia rośliny i grzyby.

Prosimy o zapoznanie się z w/w zagrożeniami.

Część zagrożeń w lesie jest oznakowana odpowiednimi tablicami, należy się do tych ostrzeżeń lub zakazów bezwzględnie stosować.

VI. Zgłoszenia

Zgłoszenia do udziału w zawodach można dokonać jedynie drogą elektroniczną dostępną na stronach internetowych:

Gminnego Ośrodka Sportu w Koźminie Wielkopskim

Panelu Maratończyk Pomiar Czasu (maratonczyk.pomiarczasu.pl)

ZAPISY ZOSTANĄ ZAMKNIĘTE w niedzielę, 09 lutego 2025 r., O GODZ. 23:59 LUB WCZEŚNIEJ PO OSIĄGNIĘCIU LIMITU 200 UCZESTNIKÓW.

VII. Opłata startowa na dystansach:

- do 2km wynosi **25 zł**

- 5 km i 10 km wynosi **50 zł**

- „Zimowy Nordic Walking” wynosi **25 zł**

Opłaty startowej można dokonać:

a) osobiście w biurze GOS w Koźminie Wlkp. w godzinach 10:00 – 16:00,

kompleks sportowy ul. Floriańska 21,

b) przelewem na konto bankowe: Akademii Piłkarskiej Biały Orzeł Koźmin Wlkp.,

ul. Floriańska 21 , 63-720 Koźmin Wlkp.

w **BS Jarocin** numer konta: **86 8427 0009 0113 4588 2000 0003**

w tytule przelewu prosimy podać: **Imię i Nazwisko uczestnika + Zimowa Zabawa Biegowa 2025**

(liczy się data zaksięgowania na koncie bankowym)

Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego oraz uiszczenie opłaty startowej

do 09 lutego 2025 r. (liczy się data zaksięgowania na koncie bankowym)

W ramach wpisowego Organizator zapewnia;

- elektroniczny pomiar czasu,

- pakiet startowy z niespodzianką i bezzwrotnym numerem startowym,

- posiłek regeneracyjny po biegu, na mecie ciepłą herbatę/kawę lub wodę,

- do 09.02.2025 r. opłata startowa może być zwrócona, przekazana innej osobie,
- po 09.02.2025 r. opłata startowa jest bezwrotna.

VIII. Sekretariat Biegu czynny w dniu zawodów 10⁰⁰ - 11⁴⁵,

Pakiety startowe będzie można również odbierać w **piątek, 23.02.2024 w godzinach 10⁰⁰ – 16⁰⁰**, w biurze GOS -u, ul. Floriańska 21, **SZCZEGÓLNIIE ZALECANE MIESZKAŃCOM MiG KOŹMIN WLKP. i OKOLIC !**

IX. Klasyfikacja i nagradzanie biegów na dystansach:

- ➔ medal okolicznościowy dla wszystkich uczestników biegu i marszu,
- ➔ **do 2 km** (z podziałem na kat. kat I (2013,2014,2015); kat II (2010,2011,2012); kat III (2008,2009) - **(start wspólny)**)
- GENERALNA Dziewczęta, puchary za miejsca I - III
- GENERALNA Chłopcy, puchary za miejsca I – III

➔ 5 km, 10 km prowadzona będzie w następujących kategoriach:

- GENERALNA KOBIET, puchary za miejsca I - III
- GENERALNA MĘŻCZYZN, puchary za miejsca I – III
- NAJWYŻEJ SKLASYFIKOWANA MIESZKANKA MiG KOŹMIN WLKP., dyplomy za miejsca I - III
- NAJWYŻEJ SKLASYFIKOWANY MIESZKANIEC MiG KOŹMIN WLKP., dyplomy za miejsca I – III

➔ **MARSZ „ZIMOWY NORDIC WALKING”** na dystansie **ok. 5 km** **klasyfikacja towarzyska** najwyżej sklasyfikowana/y uczestniczka/uczestnik

W MIARĘ POSIADANYCH ŚRODÓW FINANSOWYCH MOŻLIWE DODATKOWE NAGRODY

X. Postanowienia końcowe

- ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora,
- z przyczyn niezależnych od organizatora, impreza może zostać przeniesiona na inny termin lub odwołana,
- organizator nie odpowiada za ewentualne kontuzje, kradzieże, straty wynikłe podczas imprezy,
- organizator nie zapewnia depozytu,
- **organizator ubezpiecza uczestników od NNW w minimalnym zakresie, zalecane ubezpieczenie we własnym zakresie,**
- w okolicach miejsca startu-mety organizator nie zapewnia szatni,
- zawodniczki/zawodnicy z dystansu 10 km, mogą brać udział w klasyfikacji Grand Prix Powiatu Krotoszyńskiego w Biegach edycja 2025, więcej informacji oraz Regulamin Grand Prix na stronie starostwa powiatu krotoszyńskiego,
- **osoby wpisane na listę zgłoszeniową wyrażają zgodę na wykorzystanie i przetwarzanie danych osobowych w bazach danych organizatorów imprezy w celach organizacyjnych i marketingowych oraz umieszczenie na stronach internetowych imienia, nazwiska, roku urodzenia i miejsca zamieszkania zgodnie z art. 13 ust. 1 i ust. 2 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 roku.**

UWAGA !!! ORGANIZATOR ZASTRZEGA SOBIE PRAWO DO ZMIAN W REGULAMINIE