



Marsz „Piwniczanki”

Doliną Popradu

(23 lipca 2017 r. niedziela)

Załącznik

Mistrzostwa Ziemi Sądeckiej w Nordic Walking

REGULAMIN - NORDIC WALKING:

/załącznik do głównego Regulaminu Biegu/

1. Nordic Walking (marszu z kijkami w terenie płaskim).

CEL IMPREZY:

- popularyzacja marszu jako najprostszej formy ruchu
- poznanie malowniczej trasy na terenie Miasta i Gminy Piwniczna - Zdrój - Dolina Popradu
- promocja Miasta i Gminy Piwniczna - Zdrój
- promocja Dni Piwnicznej – Zdroju

TERMIN I MIEJSCE:

Marsz odbędzie się 23.07.2017 r.(niedziela) o godzinie 10.00 na trasie obejmującej tereny Miasta i Gminy w Piwnicznej – Zdroju. Start przy remizie OSP Głębokie i meta w Ryнку

TRASA I DYSTANS :

Dystans : 5,5 km

Start: OSP Głębokie dowóz zawodników na miejsce startu start 10.00

Meta: Piwniczna -Zdrój – Rynek

Trasa: Głębokie – Zawodzie ul. Kościuszki, ul. Kazimierza Wielkiego - Rynek

Trasa oznakowana co 1 km.Punkt odświeżania – woda mineralna

Marsz odbędzie się przy ograniczonym ruchu na drodze krajowej i gminnej .

WARUNKI KLASYFIKACJI

W zawodach klasyfikowani są wszyscy zawodnicy, którzy dotrą do mety do ustalonej przez Organizatora godziny zakończenia klasyfikacji. Limit czasu ukończenia biegu 1,5 godz.

FORMUŁA ZAWODÓW

Konkurencja indywidualna, zwycięzcą zostaje zawodnik, który wyznaczoną trasę pokona najszybciej. Nagrody otrzymują zdobywcy trzech pierwszych miejsc w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn.

KATEGORIE ZAWODNIKÓW

Klasyfikacja generalna Kobiet i Mężczyzn – miejsca od 1 do 3

Klasyfikacja wiekowa : 3 kategorie wiekowe mężczyzn i kobiet

I gr. 18 – 35 lat (1999 – 1982)

II gr. 36 – 50 lat (1981 – 1967)

III gr. 51 lat i powyżej (1966 poniżej)

1. Zawodnicy powyżej 18 roku życia zobowiązani są do złożenia oświadczenia stwierdzającego brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach Nordic Walking.
2. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do przedstawienia pisemnej zgody na udział w zawodach od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL. Warunkiem dopuszczenia ich do startu jest obecność rodzica lub opiekuna wraz z dowodem osobistym w momencie wydawania numeru startowego. Ponadto rodzic lub opiekun prawny dziecka niepełnoletniego powinien przebywać w czasie imprezy w okolicach mety.
3. Wszyscy zawodnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność.

NAGRODY

1. W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn od 1 do 3 miejsca - puchary i dyplomy.
2. W kategoriach (3 kategorie) do 3 miejsca dyplomy i nagroda rzeczowa
3. Każdy zawodnik ,który ukończy marsz otrzyma pamiątkowy medal.
4. Nagrody pozostałe według uznania sponsorów.

SPRZĘT I WYPOSAŻENIE ZAWODNIKÓW

Podstawowe obowiązkowe wyposażenie zawodnika:

1. Strój sportowy odpowiedni do warunków atmosferycznych,
2. Obuwie sportowe,
3. Kije do Nordic Walking.

Wyposażenie dostarczone przez Organizatora:

Numer startowy dla zawodników – muszą być noszone przez cały czas trwania zawodów i nie mogą być zasłaniane w całości lub części – pod karą dyskwalifikacji.

ZACHOWANIE ZAWODNIKÓW

1. Każdy zawodnik, który zostanie dogoniony musi obowiązkowo i natychmiast ustąpić drogi zawodnikowi, który mówi „WOLNA TRASA”.
2. Każdy zawodnik w kłopotach, może zrezygnować z dalszego udziału w zawodach ze swojej inicjatywy albo być zdjętym z trasy przez Organizatora.
3. Każdy zawodnik ze względu na bezpieczeństwo porusza się na trasie chodnikiem w razie jego braku idzie lewym poboczem.

DYSKWALIFIKACJA

Dyskwalifikacja zawodnika może nastąpić za:

- sposób poruszania niezgodny z niżej podaną definicją marszu Nordic Walking,(np. podbieganie).
- nie udzielenie pierwszej pomocy w nagłym wypadku,
- zboczenie z wyznaczonej trasy więcej niż 30 m,
- ominięcie punktu kontrolnego,
- niezastosowanie się i lekceważenie zaleceń sędziów na trasie !!!,
- niesportowe zachowanie: nie ustępowanie trasy wyprzedzającemu, popychanie lub wywracanie konkurenta,
- nieposzanowanie środowiska – porzucanie sprzętu lub śmieci,
- wszelkie wykroczenia przeciw regułom zachowania, także wyżej nie wymienione.

DEFINICJA MARSZU NORDIC WALKING:

Marsz Nordic Walking to przemieszczanie się ruchem naprzemiennym, krokiem do przodu z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią (podłożem). Podczas marszu używa się specjalnie wykonanych kijów do Nordic Walking.

Niesportowe zachowanie

Zawodników obowiązują zasady Fair play. Od wszystkich osób biorących czynny lub bierny udział w

zawodach NW oczekuje się postępowania niesprzecznego z etyką, moralnością i aprobowanymi społecznie obyczajami.

INTERPRETACJA REGULAMINU

1. Prawo interpretacji niniejszego regulaminu przysługuje Organizatorom.
2. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo zmian w programie zawodów i trasy ze względu na nieprzewidziane okoliczności, do odwołania zawodów włącznie.

Organizatorzy mają nadzieję, że zawodnicy NW, będący na trasie, w duchu sprawiedliwej sportowej rywalizacji, będą przestrzegać Regulaminu zawodów.

Limit zgłoszeń tylko 70 osób !

Opłata wpisowa wynosi

Do 15 lipca 2017 r. wynosi 30 zł.

Po 15 lipca 50 zł

Wpłaty przyjmowane są na konto

BS Piwniczna 648813 0004 2001 0000 1179 0001 z dopiskiem „Marsz Piwniczanki” na adres Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Piwnicznej – Zdroju oraz dane imię i nazwisko adres

Opłata startowa nie podlega zwrotowi.

UWAGA ! Zawodnik po rejestracji zobowiązany jest do wniesienia opłaty startowej w terminie 14 dni od rejestracji . Brak opłaty w terminie 14 dni powoduje automatyczne usunięcie zgłoszenia co wymaga ponownej rejestracji zawodnika chcącego startować.

W razie wątpliwości i pytań, kontakt tel. do organizatora: kom. 604539919 Zapraszamy do udziału.

Dyrektor Marszu „Piwniczanki”

Marian Dobosz