

4. Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatorów Biegu.
5. Regulamin Biegu oraz komunikat końcowy będą dostępne na stronach:  
[www.maratonypolskie.pl](http://www.maratonypolskie.pl), [www.eurocalendar.info](http://www.eurocalendar.info), [www.mgoksir-sokolow.pl](http://www.mgoksir-sokolow.pl), [www.sokolow-mlp.pl](http://www.sokolow-mlp.pl).
6. Wyniki Biegu będą podane przez ULTIMASPORT.PL- elektroniczny sportowy pomiar czasu na zawodach sportowych, tel. kom. Tomasz Zając 691-601-151

### IX. ZGŁOSZENIA

1. Na stronach internetowych: [www.ultimasport.pl](http://www.ultimasport.pl), [www.maratonypolskie.pl](http://www.maratonypolskie.pl), [www.mgoksir-sokolow.pl](http://www.mgoksir-sokolow.pl), [www.sokolow-mlp.pl](http://www.sokolow-mlp.pl).
2. W sekretariacie zawodów w dniu startu w godz. 7.30-9.00
3. Wpisowe dla uczestników Biegu na 5 km oraz Biegu Głównego:
  - wynosi **20 zł-5 km** oraz **25 zł-Bieg Główny** (do dnia **20 czerwca br.** po tym terminie zgłoszenie będzie możliwe jedynie w Biurze Zawodów-14 czerwca br. )
  - W dniu biegu wpisowe wynosi **25 zł - 5 km** oraz **30 zł - Bieg Główny** płatne w biurze zawodów.
  - Z opłaty wpisowego zwolnieni są uczestnicy Biegu z Gminy i Miasta Sokółów Młp.
4. Opłata startowa nie podlega zwrotowi.
5. **ILOŚĆ ZAWODNIKÓW BIEGU OGRANICZONA !**
  - **12 km - 180 osób**
  - **5 km - 120 osób**
  - **1,5 km - 50 osób**

#### Opłatę startową należy uiścić na:

Miejsko Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji  
w Sokółowie Młp., ul. Lubelska 5, 36-050 Sokółów Młp.  
Nr konta 20 9182 0006 0000 0404 2000 0010

Z dopiskiem Bieg Sokoła-imię i nazwisko zawodnika oraz miejscowość.  
W dniu biegu należy posiadać dowód wpłaty.  
Brak opłaty do **14 czerwca br.** jest równoznaczny z anulowaniem zgłoszenia.

**Organizatorzy**

## REGULAMIN

Logo Burmistrza Gminy i Miasta Sokółów Młp., Miejsko Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji w Sokółowie Młp., MGOKSIR, Krajowe Zrzeszenie Ludowych Zespołów Sportowych w Warszawie, Podkarpackie Zrzeszenie Ludowych Zespołów Sportowych w Rzeszowie, Zespół Szkół Im. Jana Pawła II w Sokółowie Młp., Grupa Biegowa na Szlaku Sokółów Młp., Miejsko-Gminna OSP w Sokółowie Młp., Komenda Policji w Sokółowie Młp.

**XI Bieg Sokoła**  
Sokółów Małopolski

**29 czerwca 2019 r.**

Start i Meta - ul. Rynek 1 (obok Urzędu GiM w Sokółowie Młp.)  
Informacje - tel. 17 7729 053, e-mail: mgoksir@sokolow-mlp.pl

Zapisy oraz informacje - [www.ultimasport.pl](http://www.ultimasport.pl), [www.maratonypolskie.pl](http://www.maratonypolskie.pl), [www.mgoksir-sokolow.pl](http://www.mgoksir-sokolow.pl), [www.sokolow-mlp.pl](http://www.sokolow-mlp.pl)

Dystans - 1,5 km, 5 km, 12 km  
Trasa - nawierzchnia asfaltowa drogi i ścieżki leśne

SPONSORZY:

Bank Spółdzielczy w Sokółowie Młp.



PPHU GUT-LINE Janusz Gut



MEDIA:



**Pod Patronatem Burmistrza  
Gminy i Miasta Sokółów Małopolski**

## I. CEL

- Popularyzacja biegu jako formy rekreacji ruchowej.
- Propagowanie zdrowego stylu życia.
- Promocja miasta Sokołów Małopolski i okolic.

## II. ORGANIZATORZY

- Burmistrz Gminy i Miasta Sokołów Młp.
- Miejsko Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji Sokołów Młp.
- Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe Warszawa
- Podkarpackie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe Rzeszów
- Zespół Szkół im. Jana Pawła II Sokołów Młp.
- Grupa Biegowa „na Zdrowie” Sokołów Młp.
- Miejsko-Gminna Ochotnicza Straż Pożarna Sokołów Młp.
- Komisariat Policji Sokołów Młp.

## III. TERMIN I MIEJSCE

**29.06.2019 r. (sobota) godz. 9.30 Sokołów Młp. Bieg na 1,5 km,  
godz. 10.00 Bieg Główny oraz Bieg na 5 km (start wspólny).**

Start i meta Rynek 1 (obok Urzędu Gminy i Miasta w Sokołowie Młp.)  
Zgłoszenia od godz. 7.30 do godziny 9.00 w dniu startu.

## IV. TRASA

Program zawodów:

1. Bieg 1,5 km - do 13 lat kategoria dziewcząt i chłopców
2. Bieg 5 km (nawierzchnia asfaltowa).
3. Bieg Główny 12 km (nawierzchnia asfaltowa, drogi i ścieżki leśne).
4. Uroczyste zakończenie.

## V. WARUNKI UCZESTNICTWA

W Biegu mogą uczestniczyć zawodnicy, którzy:

1. Przedstawią zaświadczenie lekarskie pozwalające na uczestnictwo w Biegu lub podpiszą oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność.
2. Dokonają terminowego zgłoszenia.
3. Mają ukończone 18 lat (do 18 lat za pisemną zgodą rodziców).

## VI. KATEGORIE WIEKOWE

Dotyczy Biegu Głównego			
Mężczyźni		Kobiety	
kat. A	13 lat i młodsi (2006<)	kat. I	13 lat i młodsze (2006<)
kat. B	14 – 19 lat (2005-2000)	kat. J	14 – 19 lat (2005-2000)
kat. C	20 – 29 lat (1999-1990)	kat. K	20 – 29 lat (1999-1990)
kat. D	30 – 39 lat (1989-1980)	kat. L	30 – 39 lat (1989-1980)
kat. E	40 – 49 lat (1979-1970)	kat. M	40 – 49 lat (1979-1970)
kat. F	50 – 59 lat (1969-1960)	kat. N	50 – 59 lat (1969-1960)
kat. G	60 – 69 lat (1959-1950)	kat. O	60 – 69 lat (1959-1950)
kat. H	70 lat i starsi (1949>)	kat. P	70 lat i starsze (1949>)

**Bieg na 5 km bez podziału na grupy wiekowe**

## VII. NAGRODY

1. Zawodnicy w poszczególnych kategoriach Biegu Głównego otrzymują za miejsca I-III okolicznościowe statuetki wraz z grawerką.
2. Zawodnicy w klasyfikacji generalnej Biegu Głównego, Biegu na 1,5 km oraz 5 km za zajęcie miejsca od I-III otrzymują okolicznościowe puchary z grawerką.
3. **Zawodnicy, którzy w Biegu Głównym zajmą trzy pierwsze miejsca nie będą nagradzani w kategoriach wiekowych.**
4. Organizatorzy zapewniają pamiątkowe medale, koszulki, długopisy i torby z nadrukami dla uczestników Biegu.

## VIII. SPRAWY OGÓLNE

1. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Organizatorzy zapewniają opiekę medyczną, gorący posiłek, wodę mineralną dla uczestników Biegu.
3. Organizatorzy zastrzegają sobie podanie oficjalnej klasyfikacji końcowej po 60 min od ukończenia Biegu przez ostatniego zawodnika.