



**Sponsor Główny Imprezy : Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Piątnicy**

## **Regulamin „III Piątnica Półmaraton POMAGAM”- „Biegam z Piątnicą. To naturalne” Pod Honorowym Patronatem Wójta Gminy Piątnica**

**Cel : Pomaganie przez bieganie - Finansowe wsparcie w formie darowizny na rzecz :**

1. Stowarzyszenie Przyjaciół Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnych Intelktualnie "Pomocna Dłoń" przy Domu Pomocy Społecznej w Łomży, ul. Polowa 39  
cel : zakup instrumentu muzycznego do prowadzenia terapii dla osób niepełnosprawnych.
2. Stowarzyszenie Kobiet z Problemem Onkologicznym Organizacja Pozytku Publicznego Łomża, Al. Piłsudskiego 11a lok. 410  
cel : pomoc kobietom, które zachorowały na choroby nowotworowe, głównie raka piersi [ i tu bardzo duża część to organizowanie rehabilitacji dla pań po amputacji piersi - zwalczanie obrzęków ręki, wywołanych gromadzeniem chłonki pośród tkanki po usunięciu węzłów chłonnych]. W razie obrzęków występują bóle ręki, trudności w poruszaniu ręką, stany zapalne. Dzięki prowadzonej przez Stowarzyszenie rehabilitacji nasze członkinie mogą korzystać przez 2 godziny w tygodniu ze specjalistycznych ćwiczeń prowadzonych przez rehabilitantkę, z ćwiczeń na przyrządach i masażu ręki.
3. Łomżyńskie Towarzystwo Przyjaciół Chorych "Hospicjum" Pod Wezwaniem Świętego Ducha, Rybaki 3, Łomża  
cel : za zabrane środki na biegu zakupimy łóżka rehabilitacyjne dla naszych pacjentów

Promocja marki OSM PIĄTNICA jako sponsora tytularnego,  
Promocja Gminy Piątnica.

**Organizatorem** imprezy jest Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Sportu dla Wszystkich „Biegamy dla Zdrowia” wpisana do Krajowego Rejestru Sądowego pod numerem KRS 0000531362 z siedzibą w Łomży oraz  
**Współorganizatorem : Gmina Piątnica .**

**Sponsorem Głównym** imprezy jest Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska Piątnica 18-421 ul Forteczna  
[www.piatnica.com.pl](http://www.piatnica.com.pl)

**Patronat medialny :** [www.maratonypolskie.pl](http://www.maratonypolskie.pl) ,

**Termin i Miejsce:** Zawody odbędą się 10 czerwca (*niedziela*) 2018r w Piątnicy o godz. 10:30. , trasa wytyczona jest ulicami Piątnicy oraz poza Piątnicą drogami o nawierzchni asfaltowej (100 % ) .

Organizator zastrzega sobie możliwość skrócenia trasy każdego dystansu o połowę w przypadku bardzo wysokiej temperatury – decyduje lekarz zawodów.

Start biegów na dystansie 21km atest PZLA , 10 km i 5km odbędzie się w okolicy Siedziby OSM w Piątnicy z ul. Polna  
1 - **UWAGA** start i meta jest oddalona od biura zawodów ok. 1km.

Punkty nawadniania będą rozstawione w odległości od startu :

na 2,5km (tutaj następuje nawrót dla zawodników którzy biegną dystans 5km)

na 5km (tutaj następuje nawrót dla zawodników którzy biegną dystans 10km)

na 7,5km, na 10,5km, na 13,5km, na 16km oraz na 18,5km - na każdym punkcie będzie ratownik medyczny.

**Uczestnictwo:** w „III Piątnica Półmaraton Pomagam” „Biegam z Piątnicą. To naturalne” prawo startu mają osoby, które do dnia 10 czerwca 2018 r. ukończą 18 lat oraz spełnią inne wymagania niniejszego regulaminu. Uczestnik dokona pełnej rejestracji na: <https://elektronicznezapisy.pl/event/2163/strona.html> oraz dokona opłaty startowej na konto organizatora: nr 40 2030 0045 1110 0000 0396 6200 - „Biegamy dla Zdrowia” z dopiskiem „Piątnica”

W pozostałych biegach może wziąć udział każdy bez względu na stopień wytrenowania i wiek. Stowarzyszenie „Biegamy dla Zdrowia” jest organizacją „non profit” i w związku z tym nie prowadzi działalności gospodarczej. Zawody zostaną wykonane w ramach działalności statutowej odpłatnej. Środki uzyskane z działalności statutowej odpłatnej przeznaczone są na realizację zawodów biegowych. Stowarzyszenie nie jest płatnikiem VAT .

**Oplata wpisowa w całości zostanie przekazana na cele charytatywne, każdy z uczestników może zadeklarować podczas zgłoszenia i wpłacić wyższą kwotę, która również zostanie przekazana na wybrany przez uczestnika cel.** Każdy uczestnik ponosi koszty opłaty startowej (wpisowego): uczestnik pokrywa koszty przelewów jeśli dokona opłaty z poza terenu Polski.

Terminy opłat	
od 10.03.2018r do 04.06.2018r	40zł

**UWAGA dla pierwszych 300 opłaconych zgłoszeń torba sportowa.**

**Zgłoszenia przyjmujemy :** od 10.03.2018r. do 04.06.2018r po tym terminie listę zgłoszeń jest zamykana.

**W dniu imprezy zgłoszenia nie będą przyjmowane.** Zgłoszenie uczestnika ważne jest przez 3 dni jeżeli nie zostanie dokonana opłata wpisowa po tym terminie zgłoszenie zawodnika zostaje usunięte, ponowne zgłoszenie będzie możliwe tylko u organizatora tel. 608 273 692. Opłata raz wniesiona nie podlega zwrotowi.

**UWAGA:** w związku z uwarunkowaniami technicznymi trasy łączna liczba startujących zawodników ograniczona będzie do 500 osób + pula organizatora, (21km -300osób, 10km -100osób i 100osób –na 5km )

**O możliwości uczestnictwa w imprezie decyduje kolejność opłaty wpisowej.**

Za zgłoszenie uważa się przesłanie wypełnionego formularza i wpłacenie opłaty startowej.

Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów Hala Gimnazjum w Piątnicy ul. Szkolna 29 w dniu 10 czerwca w godz. 8.00 – 10.00. Po godz. 10:00 biuro wydawania pakietów startowych zostaje zamknięte.

Podczas weryfikacji należy przedstawić:

- dowód tożsamości do weryfikacji.

Podczas weryfikacji wymagany będzie własnoręczny podpis zawodniczek i zawodników na oświadczeniu o braku przeciwwskazań do wzięcia udziału w biegach i wyrażających zgodę na udział w Półmaratonie i pozostałych biegach na własną odpowiedzialność z pełną świadomością niebezpieczeństw i ryzyk wynikających z charakteru tego wydarzenia. W szczególnych przypadkach wymagających badania lekarskiego decyzja lekarza przed i w czasie biegu jest ostateczna.

Zawodników obowiązuje limit czasu ukończenia biegu wynoszący 2:30 godz. Zawodnicy którzy przekroczą linie mety z czasem powyżej 2:30 nie będą klasyfikowani w komunikacie końcowym. Po przekroczeniu tego limitu uczestnicy zobowiązani są do natychmiastowego zejścia z trasy biegu.

Warunkiem udziału w Półmaratonie jest:

- wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych Uczestnika podanych w zgłoszeniu, o którym mowa wyżej. Dane osobowe Uczestnika mogą być przekazywane podmiotom współpracującym z Organizatorem przy realizacji Półmaratonu i akcji z nim związanych na podstawie umów powierzenia, zgodnie z art. 31. ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. nr 101, poz. 926 j.t. ze zm.),

Pakiety startowe będzie można odebrać tylko w Biurze Zawodów Gimnazjum w Piątnicy ul. Szkolna 29 od godz. 8:00 do 10:00 w dniu imprezy. Po skończonym biegu wszyscy zawodnicy otrzymują obiad (chłodnik + kałduny) w klimatyzowanej stołówce Gimnazjum, Ustala się **limit uczestników na 500 osób +pula organizatora**. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numer startowy przymocowany do koszulki na klatce piersiowej oraz obowiązkowo przebiec cały zadeklarowany dystans z butelką mleka OSM Piątница, (nie spełnianie tychże warunków skutkuje ostateczną dyskwalifikacją zawodnika), skracanie trasy powoduje dyskwalifikację. Pomieszczenia sanitarne **posiadają prysznice**. Do startu zostaną dopuszczone osoby, które posiadają aktualne badania lekarskie, lub podpiszą oświadczenie, że startują na własną odpowiedzialność.

- regulamin imprezy na [www.polmartonpiatnica.pl](http://www.polmartonpiatnica.pl)

- – zapisy: <https://elektronicznezapisy.pl/event/2163/strona.html>

#### **Program minutowy w dniu zawodów:**

od godz.08:00 otwarcie biura zawodów – Gminna Hala Sportowa ul. Szkolna 29

o godz. 10:30 start ostry na wszystkich dystansach w okolicy siedziby OSM Piątница ul. Polna 1. (biuro zawodów oddalone jest ok. 1km od startu )

ok. godz. 13:30 dekoracja zwycięzców oraz pozostałych uczestników,

**Nagrody** : „III Piątница Półmaraton Pomagam”- „Biegam z Piątницей. To naturalne” dla wszystkich uczestników okolicznościowy medal, w biegu głównym prowadzona będzie klasyfikacja wiekowa : Kobiety / Mężczyźni ; I-18-24; II-25-29; III-30-34; IV-35-39; V-40-44; VI-45-49; VII-50-54; VIII-55-59; IX-60-64; X-65-69; XI – 70lat i starsi za pierwsze trzy miejsca -Pamiątkowe Puchary. Organizator zastrzega sobie prawo do ufundowania dodatkowych nagród pieniężnych i rzeczowych w wybranych przez siebie kategoriach i klasyfikacjach. W biegach na 10km i 5km prowadzona będzie tylko klasyfikacja OPEN I-III M-c z podziałem na Kobiety i Mężczyźni – Pamiątkowe Puchary.

Trasa wszystkich biegów będzie odbywała się z ograniczeniem ruchu drogowego, **na wydzielonym pasie po prawej stronie w 1/2 pasie ruchu drogowego**, pachołki po lewej stronie, prosimy zachowanie szczególnej ostrożności na odcinkach skrzyżowań z innymi ulicami. Ustupić pierwszeństwa ewentualnym pojazdom poruszającym się po trasie biegu. **Zawodnicy bezwzględnie muszą stosować się do poleceń służb zabezpieczających.** Trasa na odcinku w okolicy siedziby OSM Piątница **START:** ul. Polna 1 skręcamy w lewo w ul. Zieloną skręcamy w prawo w ul. Czarnocką do miejscowości Czarnocin, Pęza, Stary Drożęcín, Nagórki, Drożęcín-Lubiejewo do Chłudnie i z powrotem do Piątницы.

**Wyżywienie:** Wszystkim zawodnikom przysługuje obiad wydawany po biegu w klimatyzowanej stołówce Gimnazjum Piątницы ul. Szkolna 29 w godz. 11:30 – 12:00 zawodnicy z dystansu 5km, od godz. 11:30-do godz. 12:30 zawodnicy z dystansu 10km oraz w godz. od 12:00 do godz. 13:30 zawodnicy z dystansu 21km.

#### **Ochrona danych osobowych :**

1. Dane osobowe uczestników biegu będą przetwarzane w celach organizacji i promocji imprez Organizatora, wyłonienia zwycięzców biegu oraz przyznania i wydania nagród.
2. Dane osobowe uczestników będą przetwarzane zgodnie z obowiązującymi przepisami, w szczególności z Ustawą z 29 sierpnia 1997r. o Ochronie Danych Osobowych (Dz.U. z 2016r. poz. 922).
3. Przetwarzanie i wykorzystanie danych obejmuje również publikację: imienia, nazwiska, roku urodzenia, nazwy miejscowości i nazwy klubu.
4. Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że przysługuje mu prawo wglądu do treści jego danych oraz ich poprawiania.
5. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz niezbędne do udziału w biegu.

#### **Postanowienia końcowe :**

1. Pomiar czasu i ustalenie kolejności na mecie będzie dokonywane za pomocą chipów. Chipy będą wydawane podczas odbioru pakietu startowego, brak chipa spowoduje dyskwalifikację zawodnika.
2. Przekazanie numeru startowego innej osobie spowoduje dyskwalifikację zawodnika.
3. Półmaraton będzie rozgrywany zgodnie z przepisami IAAF i PZLA oraz niniejszym regulaminem.
- 4.Przebywanie na trasie biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru

startowego będą usuwane z trasy przez obsługę. W szczególności zabrania się poruszania się po trasie biegu na rowerach, rolnikach, deskorolkach, innych urządzeniach mechanicznych oraz z wózkami dziecięcymi bez ważnego zezwolenia wydanego przez Organizatora. Niedozwolone jest również korzystanie z kijków typu nordic walking oraz bieg z psem. Na trasie mogą znajdować się jedynie pojazdy organizatora (rowery, motocykle, samochody) z ważną przepustką wydaną przez Organizatora.

5. W celu otrzymania indywidualnej zgody na start z wózkiem dziecięcym, Uczestnik powinien skontaktować się z organizatorem celem wydania stosownej zgody.

6. Pakiety startowe nieodebrane w Biurze Zawodów nie będą wysyłane ani wydawane w terminie późniejszym. Warunkiem otrzymania nagród jest osobisty udział w ceremonii dekoracji – w przypadku braku nagrodzonych zawodników nagrody przepadają i nie będą wręczone. Nagrody nie odebrane po dekoracji przechodzą na cele charytatywne.

7. W czasie trwania biegu Uczestnicy powinni stosować się do poleceń wydawanych przez osoby odpowiedzialne za bezpieczeństwo, służby porządkowe oraz inne osoby wyznaczone przez Organizatora.

8. Każdy uczestnik jest zobowiązany do podpisania oświadczenia o znajomości regulaminu. Podpisując ww. oświadczenie, uczestnik wyraża zgodę na udzielenie pierwszej pomocy medycznej, wykonanie innych zabiegów medycznych oraz transport uszkodzowanego w bezpieczne miejsce przez personel medyczny i paramedyczny działający w imieniu organizatora. Uczestnik oświadcza, że jest zdolny do udziału w biegu, nie są mu znane żadne powody o charakterze zdrowotnym wykluczające go z udziału w biegu oraz że startuje na własną odpowiedzialność, przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Ponadto, z udziałem w zawodach mogą wiązać się inne, niemożliwe w tej chwili do przewidzenia, czynniki ryzyka. Podpisanie oświadczenia o znajomości regulaminu oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił zakres i charakter ryzyka wiążącego się z udziałem w biegu, startuje dobrowolnie i wyłącznie na własną odpowiedzialność. Decyzje lekarzy dotyczące kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne

9. Szatnie i przebieralnie usytuowane będą na terenie biura zawodów. Umywalki i natryski dostępne będą w tym samym miejscu.

10. Niniejszy regulamin może być rozszerzony i dodane dodatkowe punkty – w sprawach spornych decyzje podejmuje Komisja Sportowa złożona z przedstawicieli organizatorów imprezy.

11. Każdy uczestnik biegu w czasie jego trwania jest ubezpieczony od nieszczęśliwych wypadków na zasadach ogólnych. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika.

Dyr. organizacyjny

Mariusz Pozdrawiam tel. 608 273 692