

11 GZELSKI CROSS JESIENNY

15. Grand Prix Energetyków w biegach przełajowych 8. Polsko-Czeski Puchar Biegowy RYBOST CUP 2. Grand Prix Energetyków w NW.

Organizator: Sekcja Biegów Długodystansowych ENERGETYK Rybnik
Kontakt: asia_fojcik@wp.pl; tel. 669776757

Dystans: bieg główny:
Bieg na dystansie 25 km (dwie pętle po 12,5km)
Biegi dodatkowe:
Bieg na dystansie 5km
Nordic Walking na dystansie 12,5km

Przeprowadzimy też klasyfikację honorową biegową dla osób, które zdecydują się pokonać dystans tylko jednej pętli. Uwaga: organizator nie zapewnia nagród w postaci pucharów na tym dystansie.

Miejsce startu: Rybnik-Gzel

Termin: niedziela **04.10.2015 r.**,
start biegu : **godz. 10:00**
start Nordic Walking : **godz. 10:02**

Trasa: 12,5-km pętla
oznakowana co 1 km

Profil: lekko pagórkowaty, pofałdowany

Nawierzchnia: ścieżki leśne, żwirowe

Punkty odżywcze: punkt odżywczy dla głównego biegu ok 12 km (w połowie trasy, w okolicach startu/mety) – zawierał będzie: woda, banany, cukier, czekolada (zależnie od temperatury)

Limit czasowy: brak

Limit wieku: brak

Pomiar czasu: ręczny

Wpisowe: 35,-zł przy zgłoszeniu drogą internetową i opłacie dokonanej przelewem w terminie do 27.09.2015
20,-zł dzieci i młodzież ucząca się oraz członkowie SBD przy zgłoszeniu drogą internetową i opłacie dokonanej przelewem do 27.09.2015r
40,-zł opłata w dniu zawodów (bez względu wiek, czy przynależność klubową)
bezpłatnie - dzieci do 10 lat oraz członkowie klubu SBD biorący udział w organizacji zawodów, pracownicy EDF zgłoszeni w terminie

Płatność: przelewem na rachunek bankowy Fundacji EDF Polska:
77 1560 0013 2353 6765 9000 0006.

Ważne!

W tytule wpłaty wpisać: Cross Jesienny-Imię i Nazwisko

By otrzymać fakturę należy dodatkowo w tytule dopisać „faktura”

Dane do FV proszę przesłać na adres mailowy organizatora (asia_fojcik@wp.pl)

Faktura będzie do odbioru w dniu zawodów.

Gotówką w biurze zawodów podczas weryfikacji w dniu biegu

Biuro zawodów: w godz. **8.30 – 9.30** Rybnik – Chwałęcice, ul. Azaliowa 17 (dojazd ul.Gzelską)

Dojazd:

Termin zgłoszeń: **do niedzieli 27.09.2015 r**

Przez stronę internetową:

<http://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=1903>

Przyjęcie każdego zgłoszenia zostanie potwierdzone mailem zwrotnym.

Po tym terminie zgłoszenia przyjmowane będą jedynie na miejscu w biurze zawodów za naliczeniem podwyższonej opłaty startowej (nie ma limitu ilości startujących zawodników, każdy chętny wystartuje)

Nagrody: za miejsca I-III w kategoriach **OPEN mężczyzn i kobiet – bieg dystans 24km-** puchary;
za miejsca I-III w kategoriach **OPEN mężczyzn i kobiet – bieg dystans 5km-** puchary;
za miejsca I-III w kategoriach **OPEN mężczyzn i kobiet – NW dystans 12km-** puchary;

dla najmłodszych dzieci paczki

dla wszystkich uczestników – medal pamiątkowy

Przeprowadzimy też klasyfikację honorową biegową dla osób, które zdecydują się pokonać dystans tylko jednej pętli czyli 12km.

Uwaga: organizator nie zapewnia nagród w postaci pucharów na tym dystansie.

punkty do **15. Grand Prix Energetyków w biegach przełajowych,**

punkty do **2. Grand Prix Energetyków w NW,**

oraz do **8. RYBOST CUP**

Regulaminy GPE, GPE w NW oraz RYBOST CUP dostępne na naszej stronie internetowej:

<http://www.sbd-energetyk.pl/zawody2015>

Kategorie wiekowe: brak

Po biegu: przyznanie medali (bezpośrednio po przekroczeniu linii mety);
dekoracja zwycięzców (w miejscu startu/mety) - wstępnie wręczanie nagród
przewidziane jest na godz. 13:00 – 13.30);
Posiłek regeneracyjny i spotkanie integracyjne biegaczy

Nordic Walking: W ramach zawodów prowadzona będzie również klasyfikacja Nordic Walking. Impreza zaliczana jest do 2. Grand Prix Energetyków w NW.

Uwagi: Bieg ma charakter koleżeński i tylko w takiej formie należy go postrzegać.
Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
Uczestnicy Biegu są zobowiązani do przestrzegania niniejszego regulaminu, przepisów Polskiego Związku Lekkiej Atletyki, ogólnych zasad bezpieczeństwa i stosowania się do poleceń organizatorów.
Pobranie numeru startowego jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu.

Podczas odbioru pakietu startowego zawodnicy zobowiązani są do podpisania oświadczenia, że są świadomi zagrożeń mogących pojawić się w związku ze startem w biegu oraz że ich stan zdrowia pozwala na udział w tym biegu. W razie jakichkolwiek wątpliwości co do swojego zdrowia i związanej z nim możliwości uczestnictwa w biegu, zawodnik obowiązany jest we własnym zakresie zasięgnąć przed startem opinii lekarza.

Odpowiedzialność za osoby niepełnoletnie biorące udział w biegu biorą ich rodzice lub opiekunowie podpisując w biurze zawodów stosowne oświadczenie.

Zawodnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność. Organizator nie ubezpiecza uczestników biegu od następstw nieszczęśliwych wypadków. Wskazany jest ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków we własnym zakresie.

Zawody nie są zabezpieczane przez sędziów Nordic Walking, dlatego uprasza się o stosowanie zasad fair play. Protesty nie będą rozstrzygane z uwagi na brak fachowej komisji sędziowskiej.

W miejscu zawodów brak zaplecza sanitarnego (prysznic, przebieralni itp.), ale dla wszystkich chętnych, zarówno przed biegiem, jak i po nim, w pełni będą dostępne i przygotowane szatnie i natryski w Klubie Energetyka przy ul. Podmiejskiej tj. około 7 km (10 min samochodem) od miejsca startu/mety – dojazd indywidualnie na własną rękę.

Wszelkie sprawy sporne rozstrzyga Organizator.

Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w niniejszym regulaminie.

Partnerzy:

