

REGULAMIN

- XIV edycja

„Przewietrz się na Olimpijskim” we Wrocławiu – 2016 r.

www.przewietrzsie.awf.wroc.pl

1. ORGANIZATORZY

- Klub Sportowy AZS – AWF Wrocław

azs@awf.wroc.pl 51-612 Wrocław, al. I.J. Paderewskiego 35

2. KOMITET ORGANIZACYJNY

- Grzegorz Żurek, Bogdan Bednarski, Kazimierz Kurzawski, Zdzisław Paliga, Paweł Posłuszny, Andrzej Raszowski, Jacek Stodółka, Ryszard Michalski, Ireneusz Cichy.

II. CEL

- propagowanie wartości oraz korzyści niesionych przez sport - fair play, tolerancja, sprawność, kondycja, zdrowie, wychowanie poprzez sport,
- popularyzowanie biegania jako najprostszej formy ruchu wśród dzieci, młodzieży, dorosłych oraz osób niepełnosprawnych,
- promocja zdrowego trybu życia i alternatywnego sposobu spędzania czasu wolnego,
- popularyzacja Nordic Walking i zdrowego stylu życia,
- promowanie terenów wrocławskiej „Wielkiej Wyspy”
- popularyzacja walorów sportowo-rekreacyjnych kompleksu Stadionu Olimpijskiego i obiektów AWF,
- promocja Klubu Sportowego AZS- AWF Wrocław oraz Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu,
- realizacja zawodów kwalifikowanych w ramach Grand Prix PZLA w biegach przełajowych i ulicznych,

III. KONKURENCJE

- **Bieg Główny na 10 km** - w ramach Grand Prix biegów przełajowych i ulicznych Polskiego Związku Lekkiej Atletyki (punkty PZLA przyznawane są mężczyznom i kobietom).
- **Bieg Otwarty na ok. 960 m.**
- **Marsz Nordic Walking na ok. 3,4 km – VIII Otwarte Mistrzostwa AWF Wrocław**

IV. UCZESTNICTWO

A. Biegi:

1. Udział zawodników zrzeszonych odbywać się będzie na zasadach określonych w "Regulaminie Grand Prix PZLA w biegach na przełaj (www.pzla.pl).
2. Udział w biegu możliwy jest bez względu na płeć, przy czym dla zawodników startujących w ramach Grand Prix PZLA, biegiem klasyfikującym dla mężczyzn i kobiet jest Bieg Główny na 10 km.
3. Do Biegu Głównego dopuszczeni zostaną zawodnicy urodzeni w 1998 i starsi.
4. Zawodnicy niepełnoletni startujący w Biegach Głównych muszą posiadać pisemną zgodę rodziców lub ustawowego opiekuna prawnego na uczestnictwo.
5. Zawodnicy startujący w Biegach Głównych muszą posiadać aktualne zaświadczenie lekarskie dopuszczające do zawodów lub podpisać oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność, zawodnicy niepełnoletni muszą posiadać zgodę rodziców lub ustawowego opiekuna prawnego na udział w imprezie oraz zaświadczenie lekarskie.
6. Przyjazd i pobyt uczestników na koszt własny.

7. Koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy i sponsorzy.
8. Wpisowe za udział w biegu głównym **wynosi 20,- zł**, przy zgłoszeniu elektronicznym do 05.10.2016 roku i wpłacie na konto
BZ WBK SA, nr. 14 1090 1522 0000 0001 2247 1522 z dopiskiem „bieg” w nieprzekraczalnym terminie do 6.10.2016 roku (data wpływu na konto Klubu Sportowego AZS-AWF Wrocław)
9. Przy zgłoszeniu się w dniu zawodów opłata **wynosi 40,- zł**.
10. Pracownicy organizatora, członkowie Klubu oraz pracownicy i studenci Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu są zwolnieni z wpisowego pod warunkiem, że zgłoszenie wpłynie do organizatora do 06 października 2016 r.
11. Udział w Biegu Otwartym na ok. 960 m bez wpisowego.

B M a r s z Nordic Walking :

1. W Marszu mogą startować osoby urodzone w 1998 r. i starsze.
2. Zawodnicy niepełnoletni muszą posiadać zgodę rodziców lub ustawowego opiekuna prawnego na udział w imprezie.
3. W Marszu mogą uczestniczyć osoby niepełnosprawne.
4. Uczestnicy Marszu startują na własną odpowiedzialność.
5. Uczestnik musi posiadać własne kije do Nordic Walking.
6. Podczas marszu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe otrzymane od organizatora. Zasłanianie numeru startowego w części lub całości lub jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji.
7. Zawodnicy zobowiązani są zwrócić szczególną uwagę na bezpieczeństwo podczas rozgrzewki i marszu, aby nie uderzyć lub nie ukłuć kijem drugiego zawodnika.
8. Wpisowe za udział w Marszu Nordic Walking **wynosi 20,- zł** płatne w dniu zawodów przy wcześniejszym zgłoszeniu elektronicznym do 05.10.2016 r. i wpłacie na konto (nr **BZ WBK SA, nr. 77 1090 1522 0000 0000 5201 9094** w nieprzekraczalnym terminie do 06.10.2016 roku (data wpływu na konto Klubu Sportowego AZS-AWF Wrocław)
Natomiast przy zgłoszeniu się w dniu zawodów opłata **wynosi 40,- zł**.
9. Pracownicy organizatora, członkowie klubu oraz pracownicy i studenci Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu są zwolnieni z wpisowego pod warunkiem, że zgłoszenie wpłynie do organizatora do 06 października 2016 r.
10. Zawodnicy startują wszyscy razem – bez określania kategorii wiekowej i płci.

V. TRASA

1. Biegi Główny oraz Marsz Nordic Walking;

Teren kompleksu Stadionu Olimpijskiego oraz przyległych bulwarów nadodrzańskich (asfalt, utwardzone drogi gruntowe, nawierzchnia trawiasta) - oznaczony każdy kilometr. Start i meta Stadion LA.

2. Bieg Otwarty:

Teren Stadionu LA i przyległej bieżni stadionu piłkarskiego

3. Obowiązujące limity czasowe:

Bieg Główny	na 10 km	90 minut
Bieg Otwarty	na ok. 960 m	15 minut
Marsz Nordic Walking	na ok. 3,4 km	40 minut

VI. TERMIN I MIEJSCE

Termin	08 październik 2016 r., o godz. 11 ⁰⁰		
Miejsce rozpoczęcia	Stadion LA na terenie kompleksu Stadionu Olimpijskiego		
Program minutowy:	Godz. 11 ⁰⁰	start do marszu na	3,4 km - Nordic Walking.
	Godz. 11 ⁴⁵	start do biegu na	10 km.
	Godz. 11 ⁵⁰	start do biegu na	960 m.
	Godz. 13 ⁰⁰	uroczyste zakończenie	

VII. ZGŁOSZENIA

1. Do dnia 06 października 2016 r. imienne zgłoszenia do Biegu Głównego i Marszu Nordic Walking przyjmowane będą drogą elektroniczną **poprzez stronę www.przewietrzsie.awf.wroc.pl** pod warunkiem otrzymania zgłoszenia przez organizatora w tym terminie.
2. W dniu zawodów (08.10.2016 r.) zgłoszenia oraz weryfikacja do Biegu Głównego , Marszu Nordic Walking i Biegu Otwartego w Biurze Zawodów Stadionu LA w godz. 8.00 -10.30.
3. Bieg otwarty – ok. 960 m – zgłoszenia tylko w biurze zawodów w dniu imprezy – 08.10.2016 r. – 8.00 – 10.30
4. Wpłaty należy dokonać na konto Klubu Sportowego AZS-AWF Wrocław - BZ WBK SA, nr. 14 1090 1522 0000 0001 2247 1522 z dopiskiem „bieg”.

VIII. KLASYFIKACJA

1. Bieg Główny:

- Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn – **bieg na 10 km**
- Klasyfikacja generalna osób niepełnosprawnych – bez wózków,
- Klasyfikacja pracowników Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu
- Klasyfikacja w kategoriach wiekowych:

przy zaliczeniu do odpowiedniej kategorii wiekowej przyjmuje się rok urodzenia

K + M	20	1987	18 – 29 lat
K + M	30	1986 – 1977	30 – 39 lat
K + M	40	1976 – 1967	40 – 49 lat
K	50	1966	50 lat i starsze
M	50	1966 – 1957	50 – 59 lat
M	60	1956	60 lat i starsi

2. **Bieg Otwarty na ok. 960 m.** - Klasyfikacja generalna bez podziału na płeć i wiek uczestników.
3. **Marsz Nordic Walking na ok. 3,4 km** - Klasyfikacja generalna bez podziału na płeć i wiek uczestników.

IX. NAGRODY

Bieg Główny na 10 km

- Klasyfikacja generalna mężczyzn i kobiet - 3 pierwsze miejsca,
- Klasyfikacja w kategoriach wiekowych mężczyzn i kobiet - zwycięzcy każdej kategorii.
- Organizator przewiduje nagradzanie osób niepełnosprawnych.

Bieg Otwarty na ok. 960 m

- Upominek od sponsora.

Marsz Nordic Walking na ok. 3,4 km

Klasyfikacja generalna – 3 pierwsze miejsca

X. SPRAWY ORGANIZACYJNE

1. Weryfikacja uczestników Biegów Głównych i Nordic Walking w dniu zawodów na podstawie dokumentów tożsamości ze zdjęciem – dowód osobisty, paszport, legitymacja (do godz. 10³⁰).
2. Składając Organizatorom imprezy swój formularz zgłoszenia uczestnik wyraża, tym samym, zgodę na przetwarzanie jego danych osobowych dla potrzeb organizacyjnych, klasyfikacji i promocyjnych zawodów.
3. Odbiór numeru startowego jest jednoznaczny z zaakceptowaniem zasad określonych w niniejszym regulaminie.
4. Każdy zawodnik w trakcie Biegu lub Marszu musi posiadać przypięty numer startowy otrzymany od Organizatora imprezy.
5. Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe.
6. Organizator nie ubezpiecza imprezy i nie ponosi z tego tytułu żadnej odpowiedzialności.
7. Podczas imprezy, oprócz przebieralni i umywalni, uruchomiony zostanie punkt depozytowy na przedmioty wartościowe.
8. Informujemy, że Międzywojewódzka Przychodnia Sportowo – Lekarska (tel. 71, 347 33 00), funkcjonująca w kompleksie Stadionu Olimpijskiego oferuje możliwość przeprowadzenia badań lekarskich, pozwalających na dopuszczenie do biegów.
9. Zawodnicy startujący w Biegu Głównym oraz Nordic Walking otrzymują: koszulkę, wodę, okolicznościowy numer startowy .
10. Komitet Organizacyjny zastrzega sobie prawo do ostatecznej interpretacji zapisów niniejszego regulaminu.

KOMITET ORGANIZACYJNY