



(<http://marynarskadycha.pl/marynarskadycha>)

# V BIEG PRZEŁAJOWY "MARYNARSKA DYCHA" im. admirała floty Andrzeja KARWETY 25 kwietnia 2020 roku

[krzysiek.ruczaj@interia.pl](mailto:krzysiek.ruczaj@interia.pl) (mailto:krzysiek.ruczaj@interia.pl)

[kontakt](#)  
[marynarskadycha/contact](#)  
[marynarskadycha/index](#)  
[marynarskadycha/rejestracja](#)

## Regulamin

### V BIEGU PRZEŁAJOWEGO "MARYNARSKA DYCHA" im. admirała floty Andrzeja KARWETY

#### I. ORGANIZATOR

CENTRUM SZKOLENIA MARYNARKI WOJENNEJ (CSMW)

#### II. WSPÓŁORGANIZATOR

- 6 Wojskowy Oddział Gospodarczy Ustka;
- Centralny Poligon Sił Powietrznych Ustka;
- WKB Meta Lubliniec;
- Fundacja Herkules All Sports

#### III. CEL MISTRZOSTW

1. Wyłonienie indywidualnych mistrzów w biegu przełajowym;
2. Popularyzowanie wśród służb mundurowych i cywilów biegów przełajowych jako dyscyplin o znaczeniu utylitarnym;
3. Umożliwienie funkcjonariuszom, żołnierzom - sportowcom i cywilom zaprezentowania poziomu wyszkolenia fizycznego;
4. Integracja różnych rodzajów służb mundurowych i środowiska cywilnego poprzez udział w sporcie masowym;
5. Prowadzenie działalności promocyjnej Centrum Szkolenia Marynarki Wojennej w Ustce.

#### IV. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW

- 25 kwietnia 2020 r.
- Centrum Szkolenia Marynarki Wojennej w Ustce, Lądowo 1N.
- Teren Centralnego Poligonu Sił Powietrznych Ustka.

## V. PROGRAM

### Piątek 24.04.2020r

- w godz. 16.00 – 20.00 - odbiór pakietów startowych - Baza Noclegowa "KADET" Centrum Szkolenia Marynarki Wojennej w Ustce

### Sobota 25.04.2020r.

- godz. 07.30 – 09.30 – odbiór pakietów startowych Baza Noclegowa "KADET" Centrum Szkolenia Marynarki Wojennej w Ustce
- 10.20 – Bieg Małego Marynarza ( rodzinny ) na dystansie 600 m ( dziecko do 7 roku życia + opiekun / rodzic)
- 10.30 - Bieg Wilka Morskiego ( dziecięcy ) na dystansie 800 m (dzieci od 8 lat - do 13 lat )
- 10.40 - Bieg Wilka Morskiego ( młodzieżowy ) na dystansie 1000 m (dzieci od 14 lat - do 17 lat )
- 10.50 – Uroczyste otwarcie zawodów
- 11.00 – Start Biegu Głównego na dystansie 10km
- 11.05 – Start Nordic Walking ok. 5km
- 11.10 – Start Rajdu Rowerowego ok. 22 km
- 13.00 – Uroczyste podsumowanie biegu – wręczenie trofeów sportowych.

## VI. SPRAWY ORGANIZACYJNO-TECHNICZNE

1. Biuro zawodów czynne (Baza Noclegowa „KADET” Centrum Szkolenia Marynarki Wojennej w Ustce):

- 24.04.2020r. – w godz. 16.00 – 20.00
- 25.04.2020r. – w godz. 07.30 – 09.30

2. Linia startu: stadion CSMW;

3. Linia mety: stadion CSMW;

4. Limit na pokonanie trasy biegu: 2 godz.;

5. Trasa biegu nie posiada atestu PZLA;

6. Napoje dostępne będą w okolicach startu-mety;

7. Nie zezwala się na podawanie picia i odżywek przez osoby trzecie na trasie biegu (z wyjątkiem miejsca wyznaczonego przez organizatorów);

8. Zabroniona jest jakakolwiek pomoc, w tym towarzyszenie osób trzecich na trasie biegu;

9. Dekoracja zwycięzców poszczególnych klasyfikacji oraz wręczenie pucharów i wyróżnień przewidziane jest w miejscu rozpoczęcia biegu ok. godz. 13.00.

## VII. ZASADY UCZESTNICTWA

Prawo startu mają osoby, które:

- są pełnoletnie (z wyjątkiem Biegu Rodzinnego);
- okażą dokument tożsamości;
- będą przestrzegać zasad określonych w niniejszym Regulaminie;
- żołnierze i funkcjonariusze służb mundurowych występują w pełnym umundurowaniu polowym lub ćwiczebnym (mundur z długim rękawem, beret lub czapka polowa, buty krój wojskowy - wys. cholewki min. 8 cali, tj. 20,24cm);
- osoby cywilne występują w dowolnym stroju sportowym (preferowane są barwy morskie);
- zezwala się na zastosowanie dodatkowych cywilnych przedmiotów jeśli ich kształt i kolor są typu wojskowego oraz na start w mundurach polowych wojsk innych państw. O dopuszczeniu decyduje sędzia zawodów;
- zawodnicy podczas rejestracji podpisują oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w biegach długodystansowych i własnej odpowiedzialności za wszelkie konsekwencje zdrowotne związane z udziałem w tym biegu.

Wskazane jest wcześniejsze wykonania badań lekarskich;

- w oświadczeniu zawodnicy wyrażają również zgodę na publikację ich wyników i wizerunku (np. imienna tabela wyników, publikacja zdjęcia, itp.).
- zawodnicy nie spełniający w/w warunków nie zostaną dopuszczeni do startu w zawodach.

**Organizator wprowadza limit startujących:**

- w każdym biegu dzieci i młodzieży – po 50 osób
- w biegu na dystansie 10 km – 400 osób
- w nordic walking na dystansie 5 km – 50 osób
- w rajdzie rowerowy na dystansie 22 km – 50 osób

## VIII. ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenie do biegu przyjmowane są poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej [www.herkules.org.pl](http://www.herkules.org.pl) w terminie od 08.01.2020 r. do 21.04.2020 r. (pod warunkiem nie osiągnięcia limitu zgłoszeń)
2. Przyjęcie zgłoszenia będzie potwierdzone drogą mailową. Nie jest to równoznaczne z zatwierdzeniem kandydata do startu w zawodach.
3. W celu ukończenia rejestracji należy w ciągu 7 dni od zgłoszenia uiścić opłatę startową. Po zaksięgowaniu wpłaty nastąpi rejestracja zawodnika na liście startowej.
4. Pełna lista osób startujących zostanie opublikowana na stronie imprezy [www.herkules.org.pl](http://www.herkules.org.pl) (<http://www.herkules.org.pl>)

## VIII. ZASADY FINANSOWANIA

1. Zawodnicy wnoszą opłatę startową w wysokości:

**- w biegu na 10km oraz nordic walking:**

- 60 zł do dnia 13.04.2020r. (organizator zapewnia koszulki techniczne w pakiecie startowym)
- 70 zł - w terminie 14.04 - 11.04.2020r. - jeżeli nie zostanie osiągnięty limit startujących (organizator nie zapewnia koszulki techniczne w pakiecie startowym)
- 80 zł - w dniu zawodów, jeżeli nie zostanie osiągnięty limit startujących (organizator nie zapewnia koszulki techniczne w pakiecie startowym)

Pakiet startowy zawiera: odlewany pamiątkowy medal , koszulkę techniczną, posiłek regeneracyjny, upominki od sponsorów.

**- w rajdzie rowerowym:**

- 40 zł do dnia 13.04.2020r.
- 50 zł - w terminie 14.04 - 11.04.2020r. - jeżeli nie zostanie osiągnięty limit startujących
- 60 zł - w dniu zawodów, jeżeli nie zostanie osiągnięty limit startujących

Pakiet startowy zawiera: odlewany pamiątkowy medal, posiłek regeneracyjny, upominki od sponsorów.

2. Opłata grupowa na konto:

Fundacja Herkules All Sports, Bonin 11E, 76-009 Bonin

nr konta 55 1050 1559 1000 0090 3178 8087

3. Wpłaty, które zostaną zaksięgowane po terminie zostaną zwrócone;
4. W wypadku wniesienia opłaty startowej i rezygnacji zawodnika z udziału w zawodach, wpłaty nie będą zwracane. Nie ma też możliwości przenoszenia opłaty na inną osobę;
5. Zawodnicy przyjeżdżają na koszt własny lub jednostki (organizacji) delegującej;
6. Organizatorzy nie zapewniają noclegów dla uczestników zawodów;

## IX. KLASYFIKACJA KOŃCOWA

- Klasyfikacja generalna w biegu: kobiety i mężczyźni miejsca I-III (oddzielnie mundurowi i cywile)
- Klasyfikacja generalna w nordic walking: kobiety i mężczyźni miejsca I-III
- Kategorie wiekowe w biegu:

Osoby cywilne:

K/M - 18-29 lat

K/M - 30-39 lat

K/M - 40-49 lat

K/M - 50-59 lat

K/M - 60 lat i więcej

Służby mundurowe

K/M - 18-29 lat

K/M - 30-39 lat

K/M - 40-49 lat

K/M – 50 i więcej

## **X. NAGRODY**

### W biegach głównych oraz nordic walking

- za miejsca I-III w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn w biegu głównym (oddzielnie mundurowi i cywile) - puchary
- w kategoriach wiekowych zawodnicy otrzymują - statuetki.
- za miejsca I-III w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn w nordic walking - puchary

### W biegach dzieci i młodzieży

- Biegi Wilka Morskiego - w kategorii kobiet i mężczyzn - za miejsca I - III pucharki

### Wszyscy uczestnicy

- którzy ukończą bieg, nordic walking, rajd rowerowy, bieg rodzinny (dzieci) otrzymają pamiątkowe medale.

## **XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne;
2. Organizatorzy zapewniają opiekę lekarską (związaną z biegiem) w trakcie trwania imprezy biegowej;
3. Organizatorzy zapewniają szatnie, natryski i toalety w trakcie trwania imprezy;
4. Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za szkody wyrządzone uczestnikom oraz za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas zawodów;
5. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmian w regulaminie w szczególnych sytuacjach;
6. Ostateczna interpretacja zapisów powyższego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorowi.
7. Uczestnik wyraża zgodę na wykorzystywanie i przetwarzanie danych osobowych zawartych w formularzu zgłoszeniowym w zakresie związanym z organizacją imprezy (zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE)

## **XII. DANE KONTAKTOWE**

### W sprawach organizacyjnych

- st. chor. sztab. mar. Krzysztof RUCZAJ tel. 664 037 132 e-mail: [krzysiek.ruczaj@interia.pl](mailto:krzysiek.ruczaj@interia.pl)  
(<mailto:krzysiek.ruczaj@interia.pl>)

### W sprawach technicznych

- Arkadiusz Kozak tel. 691 116 224 e-mail: [biuro@herkules.org.pl](mailto:biuro@herkules.org.pl)  
(<mailto:biuro@herkules.org.pl>)



© HERKULES ([//herkules.org.pl](http://herkules.org.pl)), 2020

© B4SPORTONLINE (<http://b4sportonline.pl>) 2020