

REGULAMIN III BIEGU ICEMANA 22.03.2014

CEL IMPREZY:

Promocja Dolnego Śląska, regionu turystycznego Karkonoszy w tym gminy Podgórzyn w Polsce i na świecie.

Promocja biegów oraz zdrowego trybu życia, hartowania organizmu w niskich temperaturach.

ORGANIZATOR:

Organizatorem jest stowarzyszenie Rada Odnowy Przesieki.

Biuro biegu będzie się znajdowało **21.03.2014** roku w pizzerii Liczyrzepa przy ul. Droga Liczyrzepy 1, wjazd od ul. Karkonoskiej w Przesiece, w dniu zawodów bezpośrednio przy starcie na placu przy ul. Karkonoskiej 30c.

TERMIN, MIEJSCE, TRASA

Bieg Icemana odbędzie się **22.03.2014r. (sobota) o godz. 13:00** na dystansie **10 km**.

Trasa będzie przebiegała po duktach i ścieżkach leśnych oraz po nawierzchni asfaltowej i będzie oznaczona przez organizatora. Start i meta Biegu Icemana odbywa się z placu przy ul. Karkonoskiej 30c w Przesiece.

Limit czasu wynosi 1 godz. 45 min

WARUNKI UCZESTNICTWA:

Warunkiem uczestnictwa jest ukończenie 18 roku życia do dnia 22.03.2014 r.

Uczestnicy startują w biegu jedynie w:

- szortach - mężczyźni,
- szortach i minimalnym zakryciu tułowia - kobiety,
- dopuszcza się udział uczestników także w koszulkach.

Zaleca się udział w odpowiednim obuwiu do biegu. Z uwagi na termin biegu występuje możliwość zalegania śniegu na trasach biegu.

Zgłaszający się do biegu uczestnicy oświadczają, że stratują w biegu na własną odpowiedzialność, oraz że nie występują przeciwwskazania lekarskie i medyczne do udziału w Biegu Icemana, tj. biegu w terenie górskim, w zimie, przy niskiej temperaturze otoczenia i w minimalnej ilości odzieży.

ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenia do Biegu Icemana będą przyjmowane poprzez formularz na stronie internetowej biegu (<http://www.bieg-icemana.tu.info.pl/rejestracja.html>) do dnia **10.03.2014** roku. Po tym terminie istnieje możliwość przyjęcia zgłoszeń w przeddzień biegu tj.

21.03.2014 w biurze biegu w godz. **16:00 – 20:00**, lub w dniu startu **22.03.2014** w biurze biegu w godz. **10:00 – 11:30**.

Zgłoszenie się uczestnika poprzez formularz na stronie internetowej musi być potwierdzone wpłatą wpisowego na konto organizatora najpóźniej do **12.03.2014r.** Liczy się termin wpłynięcia środków na konto organizatora. Możliwość wpłaty wpisowego w przeddzień i w dniu biegu jest zastrzeżona tylko dla osób zgłaszających się w tych dniach.

Wpisowe dla osób zgłaszających się **do 10.03.2014 r. wynosi 40 zł**.

Dla osób zgłaszających się do biegu **po tym terminie wynosi 50 zł**.

Nr. Konta Bieg Icemana: 85 2030 0045 1110 0000 0328 9300

Za ZGŁOSZENIE uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na

stronie Biegu Icemana i wpłacenie opłaty startowej na konto Organizatora w ciągu **2 dni roboczych** od dokonania zgłoszenia, za wyjątkiem osób dokonujących zgłoszenia **21 i 22.03.2014r.** - wpłata musi wpłynąć najpóźniej do **12.03.2014r.** Opłaty startowe dokonane z błędami – bez podania wystarczających do identyfikacji danych uczestnika, lub w niepełnej wysokości nie będą honorowane i nie podlegają zwrotowi. Brak opłaty startowej w wyznaczonym terminie spowoduje usunięcie zgłoszenia.

W Przypadku rezygnacji uczestnika po dokonaniu wpłaty, nie podlega ona zwrotowi. Uczestnik startujący w Biegu Icemana wyraża zgodę do wykorzystania swojego wizerunku w celach promocji Biegu Icemana, a także przetwarzania swoich danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów.

Organizator nie zapewnia bezpłatnych noclegów oraz pryszniców na mecie.

Ideą biegu jest zmaganie z własnymi ograniczeniami przy zdrowej sportowej rywalizacji. Chętnych zapraszamy po biegu do darmowej kąpieli pod Wodospadem Podgórną w Przesiece.

ŚWIADCZENIA:

Organizator zapewnia w ramach opłaty startowej

- pamiątkowy medal
- elektroniczny pomiar czasu
- posiłek regeneracyjny dla zawodników po ukończeniu biegu
- zabezpieczenie medyczne
- oznakowanie i zabezpieczenie trasy biegu
- niezapomnianą atmosferę
- nagrody za pierwsze trzy miejsca w kategoriach: kobieta/mężczyzna uzależnione od pozyskanych sponsorów
- możliwość kąpieli pod Wodospadem Podgórną po ukończeniu biegu :)

Uczestnicy są zobowiązani do przestrzegania zaleceń służb porządkowych oraz zabezpieczających trasę biegu.

Uczestnicy ubezpieczają się samodzielnie w zakresie NNW.

Uczestnicy startujący w Biegu Icemana zobowiązują się do przestrzegania postanowień niniejszego regulaminu.

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany trasy biegu ze względu na nieprzewidziane okoliczności.

Tel. do organizatora: +48 532 282 823