

REGULAMIN III BIEGU ICEMANA 20.02.2015

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 20.02.2015 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 21.02.2015 roku 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 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 20.02.2015r.

Uczestnicy startują w biegu jedynie w

- szortach - mężczyźni,
- szortach i minimalnym zakryciu tyłowi - 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 do dnia 10.02.2015 roku.

Po tym terminie istnieje możliwość przyjęcia zgłoszeń w przeddzień biegu tj. 20.02.2015 w biurze biegu w godz. 16:00 – 20:00, lub w dniu startu 21.02.2015 w biurze biegu w godz. 10:00 – 12:00.

Limit uczestników - 150 osób!

Zgłoszenie się uczestnika poprzez formularz na stronie internetowej musi być potwierdzone wpłatą wpisowego na konto organizatora najpóźniej do 13.02.2015r. 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 10.02.2015 r. wynosi 40 zł** .

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

Nr. Konta - Bieg Icemana: 52 2030 0045 1110 0000 0397 1610

Za Zgłoszenie uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie Biegu Icemana i wpłacenie opłaty startowej na konto Organizatora do 10.02.2015 r. za wyjątkiem osób dokonujących zgłoszenia 20 i 21.02.2015r. - wpłata musi wpłynąć najpóźniej do 13.02.2015r. 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 prysznicu 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 i/lub skorzystania z sauny typu beczka.

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 skorzystania z sauny typu beczka
- możliwość kąpieli pod Wodospadem Podgórną po ukończeniu biegu :)

Uczestnicy są zobowiązani do przestrzegania zaleceń służb porządkowych i zabezpieczenia biegu.

Uczestnicy ubezpieczają się samodzielnie w zakresie NNW.

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

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

Tel. do organizatora: +48 668 283 243