

REGULAMIN IV BIEGU ICEMANA 20.02.2016

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 19.02.2016 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 **20.02.2016 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. 30 min

WARUNKI UCZESTNICTWA:

Warunkiem uczestnictwa jest ukończenie 18 roku życia do dnia 19.02.2016r.

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, czego potwierdzeniem będzie przedstawienie zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w Biegu Icemana lub popisanie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu.

Wszyscy startujący muszą zostać zweryfikowani i odebrać numery startowe. Weryfikacja będzie przebiegała na podstawie dowodów osobistych lub paszportów – data urodzenia, obywatelstwo, miejsce zamieszkania.

ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenia do Biegu Icemana będą przyjmowane poprzez formularz na stronie internetowej biegu **do dnia 10.02.2016 roku**.

Po tym terminie istnieje możliwość przyjęcia zgłoszeń w przeddzień biegu tj. **19.02.2016 w biurze biegu w godz. 16:00 – 20:00**, lub w dniu startu **20.02.2016 w biurze biegu w godz. 10:00 – 12:00**.

Limit uczestników 200 osób!

Zgłoszenie się uczestnika poprzez formularz na stronie internetowej musi być potwierdzone wpłatą wpisowego na konto organizatora najpóźniej **do 13.02.2016r**. 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 45 zł .
Dla osób zgłaszających się do biegu po tym terminie wynosi 55 zł.
Mieszkańcy gminy Podgórzyn startują bezpłatnie. Warunkiem jest potwierdzenie zamieszkania na terenie gminy Podgórzyn w dniu ogłoszenia i weryfikacja w dniu startu.

Nr konta Biegu Icemana: 42 2030 0045 1110 0000 0417 7430

Za zgłoszenie uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie Biegu Icemana i wpłacenie opłaty startowej na konto Organizatora do 10.02.2016r. za wyjątkiem osób dokonujących zgłoszenia **19 i 20.02.2016r.** - wpłata musi wpłynąć najpóźniej do **13.02.2016r.**

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 Podgórzyn w Przesiece i/lub skorzystania z sauny typu beczka.

KLASYFIKACJE:

Prowadzone będą klasyfikacje generalne kobiet i mężczyzn.

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 Podgórzyn po ukończeniu biegu :)

POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

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 jest uprawniony do dyskwalifikacji uczestnika biegu łamiącego zasady niniejszego regulaminu, po uprzednim ostrzeżeniu zawodnika.

Pisemne protesty przyjmowane będą przez Biuro Biegu zarówno w czasie trwania biegu, jak też do 30 min. po jego zakończeniu. Składający protest jest zobowiązany do

uiszczenia kaucji w wys. **100,00 zł**. W przypadku, gdy protest nie będzie uwzględniony, kaucja nie podlega zwrotowi. Rozpatrzeniem protestów zajmować będzie się Komisja Odwoławcza powołana przez organizatora biegu. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany trasy biegu ze względu na nieprzewidziane okoliczności.

Tel. do organizatora: +48 668 283243