

## REGULAMIN BIEGU

# „PUSZCZYGÓR”

### 1. CEL ZAWODÓW

- Popularyzacja biegania, jako zdrowego i aktywnego stylu życia oraz sposobu na zintegrowanie środowiska aktywnych sportowo osób.
- Umożliwienie sprawdzenia swoich sił i możliwości w rywalizacji sportowej.
- Promowanie miasta Szczecin, a w szczególności terenów i infrastruktury Puszczy Bukowej.

### 2. ORGANIZATOR

Stowarzyszenie „Puszczyk Bukowy”, Stowarzyszenie „Puszczygór”.

### 3. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW

- Bieg główny PUSZCZYGÓR odbędzie się w dniu 27 maja 2018 roku (niedziela), start o godz. 6:00.
- Trasa biegu będzie przebiegać szlakami i ścieżkami Puszczy Bukowej - szczegółowa mapa przebiegu trasy zostanie podana na stronie biegu.

### 4. TRASA

- PUSZCZYGÓR będzie rozgrywany na dystansie ok. 55km. Większość trasy biegu będzie prowadziła turystycznymi szlakami Puszczy Bukowej z niewielkimi odcinkami po drogach asfaltowych lub poza szlakiem (po leśnych ścieżkach).

#### **Limit czasowy to 8h.**

- Trasa będzie wyznaczona w terenie szlakami turystycznymi oraz dodatkowymi oznaczeniami organizatora. Ostateczny przebieg trasy zostanie wyznaczony najpóźniej na tydzień przed biegiem i zostanie przedstawiony na stronie [www.puszczygor.pl](http://www.puszczygor.pl). Trasa biegu zostanie wyraźnie oznaczona.

## 5. ZASADY UCZESTNICTWA

W zawodach może wziąć udział każdy, kto:

- do dnia 27 maja 2018 roku ukończy 18 lat;
- złoży w Biurze Zawodów pisemne oświadczenie o stanie zdrowia pozwalającym na udział w biegu;
- opłaci wpisowe.

**Organizator chcąc wyjść naprzeciw potrzebom zawodnika ustalił trzy rodzaje pakietów startowych.**

### **Puszczygór 55 – PODLOTEK**

- numer startowy wraz z chipem oraz agrałkami
- elektroniczny pomiaru czasu
- pamiątkowy medal (tylko dla osób, które ukończą zawody w limicie czasowym)
- napoje (woda, napój izotoniczny) na trasie biegu
- worek foliowy na bagaż osobisty do przechowania w Depozycie
- oznakowanie trasy, Biura Zawodów oraz Depozytu, w którym uczestnicy będą mogli składać rzeczy na czas trwania biegu
- Depozyt zlokalizowany w pobliżu START/META
- PAPU na mecie – na pewno coś ciepłego
- relację fotograficzną z biegu
- opiekę medyczną podczas trwania imprezy

zgłoszenie + wpłata do 31 stycznia 2018 – wpisowe 70 zł

zgłoszenie + wpłata od 1 lutego 2018 do 31 marca 2018 – wpisowe 90 zł

zgłoszenie + wpłata od 1 kwietnia 2018 do 30 kwietnia 2018 – wpisowe 110 zł

### **Puszczygór 55 – KLASYCZNA SÓWKA**

- numer startowy wraz z chipem oraz agrałkami
- elektroniczny pomiaru czasu
- pamiątkowy medal (tylko dla osób, które ukończą zawody w limicie czasowym)
- napoje (woda, napój izotoniczny) na trasie biegu
- worek foliowy na bagaż osobisty do przechowania w Depozycie
- oznakowanie trasy, Biura Zawodów oraz Depozytu, w którym uczestnicy będą mogli składać rzeczy na czas trwania biegu
- Depozyt zlokalizowany w pobliżu START/META
- PAPU na mecie – na pewno coś ciepłego
- relację fotograficzną z biegu
- opiekę medyczną podczas trwania imprezy
- **pamiątkową koszulkę FINISHERA (tylko dla osób, które ukończą zawody mieszcząc się w limicie czasowym – tak wiemy, kasa idzie, a i tak trzeba to wywalczyć)**

zgłoszenie + wpłata do 31 stycznia 2018 – wpisowe 90 zł

zgłoszenie + wpłata od 1 lutego 2018 do 31 marca 2018 – wpisowe 110 zł

zgłoszenie + wpłata od 1 kwietnia 2018 do 30 kwietnia 2018 – wpisowe 130 zł

### **Puszczygór 55 – OBROŚNIĘTY W PIÓRKA**

- numer startowy wraz z chipem oraz agrałkami
- elektroniczny pomiaru czasu
- pamiątkowy medal (tylko dla osób, które ukończą zawody w limicie czasowym)
- napoje (woda, napój izotoniczny) na trasie biegu
- worek foliowy na bagaż osobisty do przechowania w Depozycie
- oznakowanie trasy, Biura Zawodów oraz Depozytu, w którym uczestnicy będą mogli składać rzeczy na czas trwania biegu
- Depozyt zlokalizowany w pobliżu START/META
- PAPU na mecie – na pewno coś ciepłego
- relację fotograficzną z biegu
- opiekę medyczną podczas trwania imprezy
- **pamiątkową koszulkę FINISHERA (tylko dla osób, które ukończą zawody mieszcząc się w limicie czasowym – tak wiemy, kasa idzie, a i tak trzeba to wywalczyć)**

- unikatowa koszulka techniczna marki NEWLINE,

Tabela rozmiarów: [http://www.newline.pl/?p=tabela\\_rozmiarow](http://www.newline.pl/?p=tabela_rozmiarow)



zgłoszenie + wpłata do 31 stycznia 2018 – wpisowe 160 zł

zgłoszenie + wpłata od 1 lutego 2018 do 31 marca 2018 – wpisowe 180 zł

zgłoszenie + wpłata od 1 kwietnia 2018 do 30 kwietnia 2018 – wpisowe 200 zł

#### **Wpisowe należy wpłacać na konto bankowe:**

Stowarzyszenie „PUSZCZYGÓR”

Nr konta: 21160014621816914010000001

**Tytuł wpłaty:** PUSZCZYGÓR z podaniem imienia i nazwiska oraz roku urodzenia zawodnika, którego wpłata dotyczy. Przykład: PUSZCZYGÓR/STEFAN BATORY/1533

Osoby zgłoszone, które nie dokonają przelewu wpisowego w terminie 7 dni od daty zgłoszenia, zostaną usunięte z listy startowej.

- W przypadku rezygnacji z uczestnictwa w biegu wpisowe nie podlega zwrotowi.
- Istnieje możliwość udziału innego zawodnika w ramach opłaconego już wpisowego, po uprzednim poinformowaniu o tym Organizatora w terminie do 30.04.2018r.
- **Wpisowe przeznaczone jest na pokrycie kosztów organizacyjnych biegów.**

Uiszczenie wpisowego jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu.

## 6. ZGŁOSZENIA

- Zapisy do Biegu PUSZCZYGOR odbywać się będą w formie elektronicznej za pośrednictwem strony <http://super-sport.com.pl/> do **30.04.2018**.
- Limit uczestników ustalono na 300 osób. Listy Startowe zostaną zamknięte po wyczerpaniu limitów (o kolejności zgłoszeń decyduje data wpływu wpisowego na konto Stowarzyszenia).
- Informacja o zamknięciu Listy Startowej zamieszczona zostanie na stronie internetowej biegu [www.puszczygor.pl](http://www.puszczygor.pl) oraz na platformie Facebook, @PUSZCZYGOR. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany limitów uczestników zawodów.

## 7. ODBIÓR PAKIETÓW STARTOWYCH

Weryfikacja zawodników na podstawie dokumentu tożsamości oraz odbiór pakietów startowych odbywać się będzie:

- w dniu 25-26 maja 2018 (piątek, sobota) w Biurze Zawodów

Biuro zawodów będzie czynne 25-26 maja 2018 w godz. 16:00-20:00.

W przypadku odbioru pakietu przez inną osobę należy dostarczyć upoważnienie (na załączonym druku) oraz kopię dowodu osobistego zawodnika do wglądu.

Organizator zastrzega sobie prawo zmiany miejsca odbioru pakietów oraz miejsca biura zawodów.

## 8. NAGRODY

- Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg otrzymają na mecie pamiątkowe medale.
- W kategorii generalnej kobiet i mężczyzn: (kolejność wbiegnięcia na linię mety) / (miejsca I-III) otrzymują pamiątkowe puchary.

## 9. „BIEGAM ULTRA, NIE ŚMIECĘ”

PUSZCZYGOR wspiera akcję „Biegam ultra, nie śmieczę”. Impreza odbywa się w Szczecińskim Parku Krajobrazowym „Puszcza Bukowa”. Chcielibyśmy naszą knieję zostawić po zawodach w takim stanie w jakim ją zastaliśmy. Dlatego, na punktach odżywczych uczestnicy nie zastaną plastikowych kubeczków.

Każdy uczestnik jest zobowiązany do posiadania własnego pojemnika na wodę czy izotonik, które będą na punktach.

**Dodatkowo każdy uczestnik jest zobowiązany do podpisania swoim numerem startowym wszelkich opakowań batonów, żelków etc.**

Zawodnik może być poproszony o okazanie podpisanych opakowań przed startem jak i w trakcie biegu na punktach odżywczych (tak to zrobimy by Was nie spowalniać).

Przed startem – jeżeli opakowania nie będą podpisane, zawodnik zostanie poproszony o ich podpisanie w czasie kontroli organizatora (tak, markery będziemy mieć przygotowane).

W trakcie biegu – brak podpisanych opakowań będzie związany z koniecznością odbycia 15 minutowej kary czasowej na punkcie w którym kontrola miała miejsce.

**Odmowa będzie traktowana dyskwalifikacją zawodnika.**

Jesteśmy pewni, że Wszyscy jednogłośnie podzielacie nasze zdanie 😊

## 10. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Każdy startujący musi posiadać numer startowy przypięty do koszulki z przodu na klatce piersiowej.
- Uczestnicy imprezy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych Organizatora, a także na wykorzystanie ich wizerunku

w materiałach informacyjnych i reklamowych imprezy.

- Uczestnicy imprezy wyrażają zgodę na wykorzystanie ich danych osobowych na potrzeby przesłania do nich informacji o przyszłych imprezach Organizatora.
- Zawodnicy pokonujący trasę Biegu w sposób niedozwolony, omijający punkty kontrolne, zostaną zdyskwalifikowani. W przypadku stwierdzenia przez Organizatorów skrócenia trasy przez uczestnika, (przebiegnięcie po innej niż wyznaczona trasa), uczestnik zostanie zdyskwalifikowany.
- Interpretacja zapisów Regulaminu należy do Organizatora.
- Sprawy nieuregulowane w Regulaminie rozstrzyga Organizator.
- Organizator zastrzega sobie możliwość zmian w niniejszym Regulaminie.

#### **Osoby kontaktowe:**

Radosław Erkiert  
506 271 067

Karolina Pająk  
531 765 133

[puszczygor@gmail.com](mailto:puszczygor@gmail.com)

#### **U W A G A !!!**

Uczestnicy Biegu biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność. Organizator nie ubezpiecza uczestników Biegu od następstw nieszczęśliwych wypadków. Wskazany jest ubezpieczenie się od następstw nieszczęśliwych wypadków we własnym zakresie.

Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Uczestnik rejestrując się do biegu przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu PUSZCZYGÓR wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym.