

Regulamin zawodów : „ **BIEG ABSOLWENTA ZSOiS w Zielonej Górze** ”  
- bieg ma charakter otwarty – uczestnikiem biegu  
może być każda chętna osoba powyżej 16 roku życia .

### **I.Cel imprezy .**

1. Promocja Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Sportowych w Zielonej Górze .
- 2.Integracja społeczności zielonogórskiej i absolwentów ZSOiS  
( SP-10 , Gimnazjum nr 4 Sportowego , VII LO ) .
3. Upowszechnianie form ruchu na świeżym powietrzu, a w szczególności biegów terenowych jako atrakcyjnego spędzania wolnego czasu .
4. Popularyzacja zdrowego i aktywnego trybu życia .

### **II Organizator .**

Zespół Szkół Ogólnokształcących i Sportowych w Zielonej Górze  
ul. Wyspiańskiego 21 65-001 Zielona Góra . TELEFON : +48 68 451 20 50 .  
**[www.zsois.zgora.pl](http://www.zsois.zgora.pl)**

### **III Termin i miejsce zawodów .**

1. Zawody odbędą się 15 czerwca 2019 roku w Zielonej Górze ( stadion lekkoatletyczny Uniwersytetu zielonogórskiego) o godz. 10 :00 .
2. Biuro zawodów, szatnie i depozyt, znajdować się będą przy ul. Wazów 76 w Zielonej Górze na hali sportowej ZSOiS.
3. Zawody zostaną przeprowadzone bez względu na pogodę w oparciu o program minutowy przedstawiony poniżej.  
Program ma charakter porządkowy i i informacyjny. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany programu minutowego i poinformowania o tym uczestników najpóźniej na 7 dni przed rozpoczęciem zawodów za pośrednictwem strony internetowej organizatora : **[www.zsois.zgora.pl](http://www.zsois.zgora.pl)**

Program minutowy :

- 7:00- 9:30 - otwarcie biura zawodów dla uczestników Biegu Absolwenta , rejestracja i pobieranie pakietów startowych ,
- 9:30 -10:00 - oficjalne otwarcie zawodów , rozgrzewka dla startujących w Biegu Absolwenta ,
- 10:00 - START biegu i chodźiarzy NORDIC WALKING ,
- 10:00 - rozpoczęcie festiwalu sportowego na płycie stadionu (biegi dla dzieci i festyn sportowy ) ,
- 11:40 - zakończenie biegu ,
- 12:00 - wręczenie medali i nagród

### **IV .Trasa biegu .**

1. Start i meta biegu znajdować się będą na stadionie lekkoatletycznym Uniwersytetu zielonogórskiego przy ul. Wyspiańskiego.
- 2.Trasa prowadzi przez teren Parku Poetów i okoliczne lasy-długość trasy 8 km. (2 pętle po4km.) , nie posiada atestu PZLA .
- 3.Bieg o charakterze pagórkowatym ( nieliczne zbiegi i podbiegi ) .
- 4.Trasa będzie zabezpieczona i oznakowana kolorowymi taśmami; w nieoczywistych miejscach na trasie stać będą sędziowie .

## **V. Limit biegu i klasyfikacja zawodów .**

1. Zawodników obowiązuje limit 100 min. Po upływie limitu czasu, zawodnik zobowiązany jest do zejścia z trasy biegu.
2. Klasyfikacja będzie przeprowadzona w kategorii :  
**BIEG ABSOLWENT** - ( VII LO , Gim nr 4 Spor. , SP -10 ) dla kobiet i mężczyzn  
**BIEG OPEN** - dla kobiet i mężczyzn bez podziału na kategorie wiekowe.  
Przewidziano nagrody za zajęcie miejsc I-III (kobiety i mężczyźni) w każdej z kategorii .  
Zwycięzca w kategorii ABSOLWENT może wygrać kategorię OPEN i odwrotnie .  
( dotyczy także drugiego i trzeciego miejsca ) .
3. Dla każdego uczestnika przewidziany jest medal na mecie biegu .

## **VI. Zgłoszenia i uczestnictwo :**

1. Zgłoszenia do biegu ( do dnia 7 czerwca) należy dokonywać przez stronę <https://super-sport.com.pl/zapisy-formularze/2255-bieg-absolwenta-zsois.html>
2. W przypadku osób, które do dnia imprezy nie ukończyły 18 roku życia, wymagane jest posiadanie pozwolenia na udział w zawodach podpisane przez rodziców lub prawnych opiekunów .
3. Zgłoszenie swojego uczestnictwa jest jednoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora imprezy oraz na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych.
4. Za zgłoszenie uważa się prawidłowe wypełnienie formularza  
( opcjonalnie należy zaznaczyć kategorię **absolwent** ).
5. Nie ma możliwości przenoszenia numeru startowego na inną osobę .
6. Obowiązuje limit uczestników - 200 osób .
7. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręcznie podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu oraz okazanie dokumentu tożsamości celem weryfikacji danych osobowych.
8. **Dopuszcza się udział chodźarzy Nordic Walking,**

## **VII. Postanowienia końcowe .**

1. Pomiar czasu odbywać się będzie za pomocą chipów znajdujących się w numerach startowych .
2. Każdy uczestnik biegu otrzyma pamiątkowy medal na mecie .
3. Uczestnicy biegów dla dzieci, odbywających się w trakcie festiwalu sportowego na płycie boiska, także zostaną nagrodzeni medalami .
4. W miarę pozyskiwania sponsorów przewidziane są dodatkowe nagrody dla zwycięzców poszczególnych kategorii.
5. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.
6. Wszystkich uczestników zawodów sportowych obowiązuje niniejszy regulamin , którego ostateczna interpretacja należy do organizatorów.
7. Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w trakcie imprezy.
8. Każdy z uczestników biegu ubezpiecza się na własną odpowiedzialność.

Organizatorzy: Krzysztof Filipowski tel. **604 630 041**, Przemysław Brodzik tel. **664 735 683**

