



@BiegWilkaWilkowo 2024



7 Years of 5K Run Every Day - @Lake Tour Challenge 2024



5. Jubileuszowy BiegWilkaWilkowo pod patronatem Starosty Świebodzińskiego

REGULAMIN BIEGU (ze startu wspólnego)

<https://www.facebook.com/events/1685516421951396>

<https://www.facebook.com/BiegWilkaWilkowo>

1. TERMIN, MIEJSCE, DYSTANS I TRASA:

1.1 Termin **07.07.2024 start 9:00**

1.2 Miejsce - Jezioro Wilkowskie - **Plaża Gminna Wilkowo k/Świebodzina**
(zjazd w Wilkowie z DK92 na plażę - trasa Świebodzin - Świecko)

1.3 Bieg główny: - **BiegWilkaWilkowo 5,5 km**

1.4 Trasa: **wokół Jeziora Wilkowskiego** - jedna pętla - trasa oznakowana

1.5 Biegi indywidualne (patrz: osobny regulamin - na stronie FB)



ORGANIZATOR@5KRunEveryDay
tel. +48 602 667 925
e-mail: BiegWilkaWilkowo@gmail.com
IG #BiegWilkaWilkowo
FB @BiegWilkaWilkowo



@BiegWilkaWilkowo 2024



7 Years of 5K Run Every Day - @Lake Tour Challenge 2024

2. ORGANIZATOR

2.1 Piotr Cal - 5K Run Every Day

email: BiegWilkaWilkowo@gmail.com

tel. 602 667 925

<https://www.facebook.com/5KRunEveryDayStreakRunner>

3. WSPÓLORGANIZATOR

3.1 „Aktywni Razem” Stowarzyszenie Sportowo-Kulturalne,
Romanówek 6, 66-218 Lubrza

<https://www.facebook.com/AktywniRazemStowarzyszenie>

4. CEL IMPREZY

4.1 Promowanie aktywnego stylu życia

4.2 Propagowanie rywalizacji sportowej na zasadach fair-play

4.3 Popularyzacja biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej

4.4 Jubileusz - 7 lat w biegu bez dnia przerwy :) - **7 Years of 5K Run Every Day**

4.5 Finał **Lake Tour Challenge May 2024** - uhonorowanie zawodników majowej rywalizacji

5. BIURO ZAWODÓW

5.1 Biuro będzie czynne w dniu zawodów **07.07.2024** w godzinach **7:15 - 8:30**

Wydawanie numerów startowych, pakietów startowych oraz weryfikacja zawodników.

6. PROGRAM ZAWODÓW

08:50 Oficjalne otwarcie (wspólne foto)

09:00 Start biegu

10:10 Dekoracje uczestników Biegu Wilka Wilkowo (open)

10:15 Dekoracje uczestników Biegu Wilka Wilkowo (kat. wiek. 1-3) + kategorie dodatkowe

10:35 Losowanie nagród od partnerów Biegu Wilka (tylko dla obecnych na losowaniu)

10:50 Dekoracje uczestników Lake Tour Challenge 2024

11:05 Losowanie nagród od partnerów Lake Tour Challenge

(tylko dla obecnych na losowaniu)

7. WARUNKI UCZESTNICTWA

7.1 W zawodach może wziąć udział każdy zawodnik, który ukończył 18 lat w dniu zawodów, posiadający dobry stan zdrowia. Dopuszcza się udział w zawodach osób, które nie ukończyły 18 lat (młodzież szkolna szkół podstawowych i ponadpodstawowych) tylko za zgodą rodzica lub opiekuna prawnego i na jego odpowiedzialność.

8. ZGŁOSZENIE DO ZAWODÓW

8.1 Termin zgłoszeń - **do 30.06.2024 (online) + w biurze zawodów 07.07.2024*****

8.2 Zgłoszenia do zawodów na formularzu zgłoszeniowym <https://super-sport.com.pl>

8.3 Opłata startowa za zawody wynosi

59 PLN dla płatności **do 31.05.2024.**

69 PLN od **01.06.2024** do **12.06.2024**

79 PLN od **13.06.2024** do **23.06.2024** (z imiennym numerem startowym)

89 PLN od **24.06.2024** do **30.06.2024** (dodatkowa pula - opłacenie startowego proszę potwierdzić SMS-em na nr tel. 602 667 925; Bieg Wilka Wilkowo imię i nazwisko)

100 PLN od **01.07.2024** w biurze zawodów (jeśli będą wolne miejsca***)



ORGANIZATOR@5KRunEveryDay
tel. +48 602 667 925
e-mail: BiegWilkaWilkowo@gmail.com
IG #BiegWilkaWilkowo
FB @BiegWilkaWilkowo



@BiegWilkaWilkowo 2024



7 Years of 5K Run Every Day - @Lake Tour Challenge 2024

Planowany limit zawodników **250 osób**

Opłata w formie darowizny na konto stowarzyszenia Aktywni Razem.

W tytule przelewu należy podać: **Bieg Wilka, imię i nazwisko, DAROWIZNA**

8.4 Numer konta „Aktywni Razem” Stowarzyszenie Sportowo-Kulturalne, Romanówek 6,
66-218 Lubrza, Nr konta: **24 9656 0008 2080 4295 2000 0001**

9. PAKIET

- 9.1 medal (po ukończeniu biegu) ,
- 9.2 numer startowy
- 9.3 pomiar czasu,
- 9.4 butelka wody, baton,
- 9.5 upominek od partnerów biegu
- 9.6 bufet
- 9.7 udział w losowaniu nagród od partnerów biegu - odbiór osobisty z numerem startowym

10. POMIAR CZASU

- 10.1 Pomiar czasu będzie prowadzony przez firmę SUPER SPORT
- 10.2 Podstawą klasyfikacji jest pomiar czasu z wykorzystaniem chipów
- 10.3 Wszelkie klasyfikacje będą prowadzone wg czasów NETTO
- 10.4 Limit czasowy 60 min.

11. KLASYFIKACJA

- 11.1 open (kobiety / mężczyźni) - bieg 5,5K
- 11.2 kategorie wiekowe (kobiety / mężczyźni) bieg 5,5K
K/M U15 (15 lat i mniej)/16-19/20-29/30-39/40-49/50-59/60-69/70+
O przynależności do kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia.

12. NAGRODY

- 12.1 Każdy uczestnik Biegu Wilka otrzymuje pamiątkowy medal
- 12.2 dla zwycięzców Biegu miejsca open 1-3 statuetki + nagrody
oraz w kategoriach wiekowych 1-3 statuetki (nagrody **nie** dublują się)
- 12.3 Nagroda za rekord trasy 5,5K : aktualne rekordy: M 18:04 - K 20:50
- 12.4 Nagroda za rekord trasy w kategorii wiekowej.
- 12.5 Nagroda za indywidualny rekord trasy
(tylko dla zawodników, którzy startowali w poprzednich edycjach)
- 12.6 Nagroda dla najmłodszego i najstarszego zawodnika zawodów.

13. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- 13.1 Wszystkich uczestników zawodów obowiązuje niniejszy regulamin
- 13.2 Zgłoszenie się do zawodów jest jednoznaczne z potwierdzeniem zapoznania się z regulaminem, wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych zawodnika dla potrzeb wewnętrznych organizatora, wyrażeniem zgody na wykorzystanie zdjęć i filmów wykonanych podczas biegu, na starcie oraz mecie w celach reklamowych i promocyjnych.
- 13.3 Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się



ORGANIZATOR@5KRunEveryDay
tel. +48 602 667 925
e-mail: BiegWilkaWilkowo@gmail.com
IG #BiegWilkaWilkowo
FB @BiegWilkaWilkowo



@BiegWilkaWilkowo 2024



7 Years of 5K Run Every Day - @Lake Tour Challenge 2024

z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych.

13.4 Każdy zawodnik musi wyrazić zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla celów weryfikacji i umieszczenia w komunikacie końcowym.

13.5 Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania.

13.6 Pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu imprezy.

13.7 Organizator nie zapewnia uczestnikom biegu ubezpieczenia OC.

Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność.

13.8 Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.

13.9 Organizator nie zapewnia natrysków oraz szatni.

13.10 Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie.

Do zobaczenia na ścieżce w Wilkowie -



Piotr Cał
5K Run Every Day
e-mail: BiegWilkaWilkowo@gmail.com
tel. 602 667 925



Foto: Bieg Wilka Wilkowo 2022 - bieg ukończyło 140 zawodników

Rekord trasy: Aleksander Wostal 18:04 / Sandra Nowak 20:50

<https://super-sport.com.pl/wyniki/wyniki-2022/3416-biegwilka-wilkowo-2022-wyniki.html>



ORGANIZATOR@5KRunEveryDay
tel. +48 602 667 925
e-mail: BiegWilkaWilkowo@gmail.com
IG #BiegWilkaWilkowo
FB @BiegWilkaWilkowo



@BiegWilkaWilkowo 2024



7 Years of 5K Run Every Day - @Lake Tour Challenge 2024

Foto: Bieg Wilka Wilkowo 2023 - bieg ukończyło 171 zawodników

https://super-sport.com.pl/wyniki/20230702_Wilkowo_General.pdf?v=638238884767539339



ORGANIZATOR@5KRunEveryDay
tel. +48 602 667 925
e-mail: BiegWilkaWilkowo@gmail.com
IG #BiegWilkaWilkowo
FB @BiegWilkaWilkowo