

„SUWAŁSKI EKSPRES”

- SPORTOWE ZAKOŃCZENIE WAKACJI

REGULAMIN

1. Cel

- Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu wśród mieszkańców Miasta Suwałk;
- Podnoszenie sprawności fizycznej;
- Rywalizacja wśród dzieci, młodzieży i dorosłych;
- Integracja społeczności sportowej;
- Promocja Miasta Suwałk.

2. Organizator:

- Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach.

3. Termin i miejsce:

- **26 sierpnia 2018 r. (niedziela):**

a) „Rodzinny Ekspres” – bieg towarzyszący dla rodziców z dziećmi.

- Start/Meta: zalew Arkadia
- Dystans: ok. 1,7 km
- Godz. startu: 15:00

Uczestnicy biegu muszą wspólnie przekroczyć linię mety, trzymając się za dłonie. Rodzina uczestnicząca w biegu może liczyć od 3 do 4 osób (rodzice + dziecko lub rodzic + dzieci).

b) „Suwałski Ekspres” – bieg główny (dorośli i młodzież).

- Start/Meta: zalew Arkadia
- Dystans: ok. 3,4 km
- Godz. startu: 15:20

4. Trasa biegu

Trasa płaska (kostka typu polbruk) oznakowana:

a) „Rodzinny Ekspres” – bieg towarzyszący dla rodziców z dziećmi (ok. 1,7 km)

Trasa:

- **Pętla** – szlak wokół zalewu Arkadia

- b) „Suwalski Ekspres” – bieg główny (ok. 3,4 km)

Trasa:

- **Pętla (x2)** – szlak wokół zalewu Arkadia

5. Pomiar czasu

Podczas trwania biegów będzie prowadzony ręczny pomiar czasu.

6. Nagrody i świadczenia dla zawodników:

- a) wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg otrzymają medal pamiątkowy;
- b) po biegu Organizator zapewnia wodę;
- c) nagrody w poszczególnych konkurencjach biegowych:

- **„Rodzinny Ekspres”**

Kategoria OPEN

I miejsce – puchar + voucher

II miejsce – puchar + voucher

III miejsce – puchar + voucher

- **„Suwalskie Ekspres”**

Kategoria Mężczyzn:

I miejsce w kategorii mężczyzn – puchar + nagroda pieniężna **250 PLN**

II miejsce w kategorii mężczyzn – puchar + nagroda pieniężna **150 PLN**

III miejsce w kategorii mężczyzn - puchar + nagroda pieniężna **100PLN**

Kategoria Kobiet:

I miejsce w kategorii kobiet – puchar + nagroda pieniężna **250 PLN**

II miejsce w kategorii kobiet – puchar + nagroda pieniężna **150 PLN**

III miejsce w kategorii kobiet - puchar + nagroda pieniężna **100 PLN**

7. Zgłoszenia do biegu

Zgłoszeń do poszczególnych biegów należy dokonywać w dniu zawodów w godz. **12:00 – 14:30** w biurze zawodów zlokalizowanym nad Zalewem Arkadia.

8. Wpisowe:

„Suwalski Ekspres” jest imprezą otwartą i ogólnodostępną. Organizatorzy nie pobierają od uczestników wpisowego. Podczas zapisów będzie można przekazać dobrowolną kwotę na rzecz zbiórki na leczenie Lenki Lasoty.

9. Uczestnictwo:

- a) zawodnik w celu zapisania się do wybranego przez siebie biegu musi zgłosić się osobiście do biura zawodów;
- b) warunkiem wystartowania w biegu i sklasyfikowania w komunikacie końcowym jest posiadanie numeru startowego (zabezpiecza Organizator);

- c) do startu dopuszczeni zostaną zawodnicy, którzy w dniu zawodów ukończyli 18 lat. W przypadku osób poniżej 18 roku życia wymagana jest zgoda przedstawiciela ustawowego;
- d) każdy zawodnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność, co potwierdza złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu. W przypadku osób niepełnoletnich oświadczenie zastępuje zgoda przedstawiciela ustawowego;
- e) każdy zawodnik musi wyrazić zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla celów weryfikacji i umieszczenia w komunikacie końcowym oraz zgodę na wykorzystanie zdjęć wykonanych podczas imprezy w materiałach reklamowych biegu;
- f) każdy zawodnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania;
- g) zgłoszenie do biegu jest równoznaczne z akceptacją regulaminu.

10. Postanowienia końcowe

- a) wyniki biegu dostępne będą po zakończeniu imprezy na stronie www.osir.suwalki.pl;
- b) zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne;
- c) Organizator nie odpowiada za rzeczy zagubione;
- d) ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora i Sędziego Głównego zawodów.