

REGULAMIN
XXIV „Międzyrzecka Dziesiątka”
Bieg zaliczany jest do Grand Prix Ziemi Gorzowskiej
Międzyrzecz 06 czerwca 2015 r.

UWAGA !!!

**W ZWIĄZKU Z NIEMOŻLIWOŚCIĄ WYKORZYSTANIA W PEŁNI ULICY
STANISŁAWA OŻOGA (OD WIADKUTU TRASY S3) ZMIANIE ULEGA
DYSTANS TEGOROCZNEGO BIEGU**

1. Cel imprezy:

- upowszechnianie masowego biegania
- promocja walorów turystycznych Międzyrzecza i Ziemi Międzyrzeckiej

2. Organizator:

Międzyrzecki Ośrodek Sportu i Wypoczynku przy współpracy:

- Komenda Powiatowa Policji w Międzyrzeczu
- Rejonowy Sztab Ratownictwa Społecznego Krajowej Sieci Ratunkowej w Międzyrzeczu

3. Termin:

- **06 czerwca 2015 r.** – sobota – start nastąpi o godzinie **17.00**

4. Trasa:

- droga asfaltowa na trasie os. Kasztelańskiego – ul. T. Kościuszki oraz drogi gminne: 102 148 ul. J. Zamoyskiego (w części podłoże betonowe, płyty i polbruk) i 102 150 F ul. Pięciu Świętych Braci Międzyrzeckich.
- **dystans: - 7.300 metrów; (pięć pętli każda 1.460 metrów)**
- start i meta ul. Pięciu Świętych Braci Międzyrzeckich

5. Warunki uczestnictwa:

- ukończone **16** lat, dobry stan zdrowia, który pozwala na uczestnictwo w rywalizacji sportowej, uczestnictwo na własną odpowiedzialność.
- przed biegiem pobiera się opłatę startową w kwocie – **20 zł.** od osoby.

!!! Zasady zachowanie się uczestników biegu:

Wszyscy uczestnicy biegu zobowiązani są do przestrzegania regulaminu, zasad bezpieczeństwa w ruchu ulicznym, respektowania poleceń służb mundurowych, organizatorów, służb porządkowych pod rygorem wykluczenia z biegu. Po stracie poruszamy się prawą stroną ulicy.

Bieg odbywa się przy ruchu zamkniętym, ale mogą wystąpić okoliczności gdzie na drogę zostaną wpuszczone pojedyncze pojazdy. W związku z powyższym należy poruszać się prawą stroną, przy prawej krawędzi jezdni.

Uczestnicy biegu ponoszą odpowiedzialność cywilną i prawną za swoje zachowanie oraz wyrządzone szkody. Organizator zastrzega sobie

prawo do zmian w regulaminie, które zostaną podane do wiadomości najpóźniej przed startem do biegu.

6. Kategorie wiekowe:

- kobiety: **16 – 29 ; 30 – 39 ; 40 i powyżej**
- mężczyźni: **16 – 29 ; 30 – 39 ; 40 – 49 ; 50 – 59 ; 60 – 69 ; 70 – 79 ; 80 i powyżej**

7. Nagrody:

- kobiety OPEN – miejsca **1 – 6**
- mężczyźni OPEN – miejsca **1 – 6**
- kategorie wiekowe miejsca **1 – 3**
- kategoria „**Międzyrzeczanin**” dot. mieszkańców międzyrzecza
- zawodnik który otrzymał **nagrodę w kategorii OPEN** nie otrzymuje kolejnej
- wyróżnienia okolicznościowe według uznania organizatora
- nagrody rzeczowe drogą **losowania** wśród zawodników, którzy ukończyli bieg

8. Zgłoszenia:

- pisemne w dniu zawodów
- biuro zawodów czynne w dniu imprezy od godziny **15.30 do 16.50**

9. Uwagi końcowe:

- uczestnicy biegu ubezpieczają się we własnym zakresie
- organizator zapewnia uczestnikom biegu jednorazowy posiłek
- Organizatorzy zapewniają opiekę medyczną
- Zawody odbywać się będą bez względu na warunki atmosferyczne.
- Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników.
- Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki.
- Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w Biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego Formularza Rejestracyjnego oraz dokonanie Opłaty Rejestracyjnej oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w Biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność.
- Uczestnik posiada aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w biegu lub podpisze własnoręcznie oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.
- Organizator zaleca uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegu;
- Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać:
- numery startowe przymocowane do koszulek na piersiach. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego w części lub w całości.
- prawo interpretacji niniejszego regulaminu przysługuje organizatorom

ORGANIZATOR