



## Regulamin „X Rodzinnego Biegu Gdańszczan”

### 1. CEL IMPREZY

- Promocja Gdańska z okazji „Święta Miasta”
- Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako zdrowej i najprostszej formy aktywnego wypoczynku wśród mieszkańców Gdańska.

### 2. PATRONAT

Prezydent Miasta Gdańska Paweł Adamowicz

### 3. ORGANIZATOR

Gdański Ośrodek Kultury Fizycznej, 80-314 Gdańsk; Al. Grunwaldzka 244

### 4. TERMIN I MIEJSCE

- 23 maja 2015 r. (sobota), godz. 10:00
- ulice Głównego Miasta, START i META zlokalizowana na Targu Węglowym.

### 5. TRASA BIEGU

Długość trasy biegu wynosi ok. 2200 m. Bieg będzie prowadzony ulicami Głównego Miasta: Wojciecha Bogusławskiego, Zbytki, Ogarna, Powroźnicza, Pończoszników, Dziana, Mydlarska, Świętego Ducha, Krowia, Klesza, Chlebnicka, Kuśnierska, Długi Targ, Długa, Wojciecha Bogusławskiego.

### 6. PROGRAM MINUTOWY

godzina	informacja
8:00 – 9:30	Otwarcie Biura Biegu, indywidualne zapisy do Biegu
9:00 – 9:30	Występy artystyczne zespołów Cheerleaders z GOKF
9:30 – 9:50	Wspólna rozgrzewka
9:50 – 9:55	Omówienie trasy i zasad Biegu
9.55 – 10.00	Powitanie uczestników Biegu
10:00	Start do Biegu
Ok. 10.45	Zamknięcie Biegu
10:45 – 11:40	Losowanie nagród-niespodzianek
11:40	Zakończenie imprezy

### 7. UCZESTNICTWO

- Bieg ma charakter otwarty – w biegu mogą wziąć udział wszyscy chętni: osoby indywidualne oraz grupy zorganizowane,
- W Imprezie prawo uczestnictwa mają osoby, które najpóźniej w dniu 23.05.2015 roku ukończą 18 lat.
- Osoby niepełnoletnie między 13 a 18 rokiem życia mogą uczestniczyć w Imprezie tylko i wyłącznie za zgodą opiekunów prawnych lub rodziców i posiadać przy sobie w trakcie biegu pisemną zgodę swoich podopiecznych według wzoru organizatora. Osoby małoletnie do lat 13 mogą uczestniczyć w biegu wyłącznie pod opieką osoby dorosłej.
- Osoby, o których mowa wyżej zwane dalej uczestnikami, biorą udział w Imprezie na własną odpowiedzialność. Biorąc udział w biegu jednocześnie deklarują, że są zdolne do wysiłku fizycznego.
- Opiekun zgłaszający grupę jest zobowiązany sprawdzić posiadanie przez nieletnich podopiecznych badań lub oświadczeń przed biegiem i zapoznać ich z regulaminem.

### 8. ZGŁOSZENIA

#### *Osoby indywidualne*

- zgłaszają się osobiście i odbierają identyfikator w sekretariacie GOKF (Al. Grunwaldzka 244, Gdańsk, pon-pt. 9.00-15.00) do dnia 21.05.2015 r. lub bezpośrednio przed biegiem w czasie pracy Biura Biegu w godz. 8.00-9.30.

#### *Grupy zorganizowane*

- zgłoszenia **tylko do dnia 21.05.2015 r.**
- grupę zgłasza osobiście opiekun przedstawiając listę imienną podpisaną przez dyrektora jednostki w sekretariacie GOKF (Al. Grunwaldzka 244, Gdańsk, pon-pt 9.00-15.00), opiekun podaje do siebie nr telefonu kontaktowego (komórkowy) i odbiera identyfikatory.

## 9. NAGRODY

- wszyscy uczestnicy otrzymają pamiątkowe medale „X Rodzinnego Biegu Gdańszczan”,
- po biegu uczestnicy wezmą udział w losowaniu nagród – niespodzianek,
- uczestnik może wziąć udział w losowaniu tylko na podstawie wypełnionego identyfikatora, który należy wrzucić do urny na mecie biegu,
- najliczniej reprezentowana szkoła/organizacja uhonorowana zostanie nagrodą. Nagroda nie jest wręczana w dniu biegu.

## 10. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- w biegu nie przewiduje się prowadzenia klasyfikacji i nagradzania za osiągnięte miejsce,
- podczas biegu zawodnicy muszą posiadać identyfikatory wydane przez organizatora,
- uczestnik zobowiązany jest czytelnie wypisać identyfikator następującymi danymi: imię i nazwisko, dokładna data urodzenia, reprezentowana szkoła/organizacja,
- punktacja drużynowa (grupowa, szkolna) będzie prowadzona tylko przy wcześniejszym zgłoszeniu grupy (zgodnie z pkt. 8 niniejszego regulaminu) i wrzuceniu identyfikatorów do urny,
- pobranie identyfikatora jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu Biegu,
- organizator udostępnia przebieralnię i szatnię, Pałac Młodzieży, ul. Ogarna 56.
- opiekunowie grup szkolnych są odpowiedzialni za swoich podopiecznych przed, w trakcie oraz po zakończeniu biegu,
- bieg odbędzie się niezależnie od warunków atmosferycznych,
- organizator zabezpiecza opiekę medyczną,
- każdy z uczestników ubezpiecza się od NNW we własnym zakresie,
- o wszystkich sprawach nie objętych Regulaminem decyduje Organizator.

## Trasa „X Rodzinnego Biegu Gdańszczan”

