

# Tour de Run - Trial

Cykl 5 biegów w ciągu 10 dni o łącznej długości ok 34-35km.

ZAPISY = <https://elektronicznezapisy.pl/event/2593/clients.html>

+ ewentualnie pół godziny przed startem każdego biegu.

INFO = email = [tomad777@gmail.com](mailto:tomad777@gmail.com)

Dodatkowe INFO = na klubowym FORUM:

<http://biegajznami.pl/forum/zabiegani-cz%C4%99stochowa?limitstart=0&limit=15> w temacie:

CZĘSTOCHOWA - zabiegani.czyst.pl

**BIEGI :**

Nie. - 20.05.2018 - godz.18.30 = Sokole Góry = ok. 8.5km **(start wspólny)**  
(żółtym szlakiem turystycznym - las)

- Olsztyn - parking przy drodze do Biskupic

---

Wto. - 22.05.2018 - godz.18.30 = Góra Ossona = 4km **(start indywidualny**

**-wg numerów startowych -co 30 lub 60 sekund )** (2 pętle przez górę)

- ul.Legionów - parking przy drodze do Srocka

---

Czw. - 24.05.2018 - godz.18.30 = Dźbów = 5km **(start indywidualny**

**- wg klasyfikacji po 2 biegach - od ostatniego do pierwszego - co 30 lub 60 sekund)**  
( polne drogi)

- ul.Ostatnia parking przy cmentarzu

---

Sob. - 26.05.2018 - godz.18.30 = Grabówka Obierza Cross = **10 km (start wspólny)**

**BIEG MEMORIAŁOWY** (trasa 2 pętle na Bialskiej z dobiegiem)

- ul.K.de Bufalo/Zakopiańska parking

---

Wt.- 29.05.2018 - godz.18.30 = Grabówka Bis Cross = 6km (start indywidualny

- wg klasyfikacji po 4 biegach - od pierwszego do ostatniego -

- w odstępach czasowych po 4 biegach) (trasa 2 pętle na Bialskiej)

- ul.K.de Bufalo/Zakopiańska parking

=====

Czw.- 31.05.2018 - godz. 9.00 = Żłota Góra = 3km FINAŁ-Epilog (start - formuła niespodzianka)

#### CELE I ZAŁOŻENIA BIEGÓW

- popularyzacja biegania, jako najprostszej formy rekreacji fizycznej
- Propagowanie zdrowego trybu życia, aktywnego wypoczynku i rekreacji

wśród lokalnej społeczności.

- przybliżenie oraz integracja uczestników ze środowiskiem KLA "Zabiegani Cz-wa"
- rywalizacja sportowa

#### TRASY BIEGÓW

- Nawierzchnia - przełaj=ścieżki i drogi polne i leśne oraz szutry (w 90%)

#### WARUNKI UCZESTNICTWA **Limit uczestników = 140 osób.**

- Impreza ma charakter otwarty. Prawo uczestnictwa mają osoby pełnoletnie oraz osoby w wieku 14-18 lat(r.2000-2004), jeśli mają pisemną zgodę opiekunów prawnych(rodziców). Wzór zgody opiekunów/rodziców zostanie przesłany drogą mailową zapisanym nietetnim uczestnikom na tydzień przed startem na podany przez nich adres e-mail.

- Warunkiem dopuszczenia do biegu jest przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub złożenie podpisanego własnoręcznie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu.

- Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność (w przypadku zawodników niepełnoletnich na odpowiedzialność prawnych opiekunów (rodziców)).

- Uczestnik musi dokonać osobistej rejestracji w biurze zawodów.

- **Możliwy jest start w dowolnym etapie cyklu - niekoniecznie w całości.**

~~• Opłata startowa zależy od tego na ile wyceniasz pomysł i wysiłek organizatora ale minimum 1zł i wzwyż (za każdy bieg) - ile kto wrzuci do skarbonki. - :))~~

- **Opłata startowa - 25zł (za cały cykl) na konto SKLA Zabiegani Częstochowa do dnia 11 maja 2018 r.**

**Opłata za poszczególne etapy (dla startujących tylko w wybranym biegu):**

**1.= 10zł / 2.= 5zł / 3.= 7zł / 4.= 20zł / 5.= 7zł / Finał = 0zł**

**Bank CREDIT AGRICOLE - nr konta: 89 1940 1076 3095 1521 0000 0000**

- Każdy uczestnik ma obowiązek przymocować numer startowy z przodu tak, aby był bardzo dobrze widoczny podczas przekraczania mety.
- Pobranie numeru startowego przez zawodnika jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.
- Pomiar czasu - ręczny (chronometr Seiko)

#### **NAGRODY:**

- Poza własną satysfakcją uczestnika pokonania kilku górerek nagrody nie są przewidziane.
- Jednak jeżeli środki finansowe mi pozwolą - to uhonoruję zwycięzcę cyklu drobnym upominkiem + jedną osobę z pozostałych uczestników (poprzez losowanie).
- ~~Zwycięzca (K+M) każdego z biegów otrzymuje kwotę = 1/4 (25%) wpisowego z danego biegu (od wszystkich startujących).~~

#### **POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
- Organizator nie zapewnia opieki lekarskiej w trakcie trwania imprezy biegowej.
- Organizator nie zapewnia szatni, natrysków i toalet w trakcie trwania imprezy.
- Zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie. Organizator nie ubezpiecza zawodników na czas zawodów.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.
- Wszyscy zawodnicy zobowiązani są do zwrócenia szczególnej uwagi na trasie biegu na normalny ruch uliczny (piesi, rowrzyści, samochody) ponieważ trasa biegu nie jest zabezpieczona i bieg odbywa się przy pełnym ruchu ulicznym.
- Wszyscy zawodnicy proszeni są o niezaśmiecanie trasy biegu i szczególną troskę o środowisko naturalne.
- Używać można jedynie oficjalnych numerów startowych.
- Przy rejestracji każda osoba może podać przynależność klubową lub miasto/dzielnice, szkołę,

które chce reprezentować.

- Uczestnik biegu wypełniając i podpisując kartę zgłoszeniową akceptuje warunki niniejszego regulaminu
- Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora imprezy oraz na nieodpłatne wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych.
- Organizator zastrzega sobie prawo do interpretacji niniejszego regulaminu oraz do jego zmian.

**ORGANIZATOR:**

(SKLA Zabiegani Cz-wa).