

# Botaniczna Piątka

## bieg i marsz nordic walking na 5 km

### 23 kwietnia 2017 roku

#### 1. Cel zawodów:

- popularyzacja biegania, jako najprostszej formy ruchu, oraz rekreacji ruchowej, jako jednego z elementów zdrowego trybu życia,
- poznanie walorów przyrodniczych i krajobrazowych Śląskiego Ogrodu Botanicznego;
- sprawdzenie swoich sił w rywalizacji sportowej.

#### 2. Organizator:

Marcin Stachowiak przy współpracy z grupą biegi.wlkp

#### 3. Partner:

Śląski Ogród Botaniczny

#### 4. Zasady uczestnictwa:

- zawodnicy powyżej 18 roku życia podpisują oświadczenie o biegu na własną odpowiedzialność,
- osoby w wieku 16-18 lat (które w dniu biegu nie osiągnęły jeszcze pełnoletności) zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL,
- zgłoszenia można dokonać drogą elektroniczną poprzez formularz dostępny na stronie <http://botanicznapiatka.wixsite.com/mikolow/zapisy>,
- limit uczestników wynosi 320 osób (250 biegaczy, 70 zawodników nordic walking),
- osobę liczy się jako zgłoszoną, gdy wypełni formularz oraz dokona wpłaty startowego,
- zgłaszając się poprzez formularz, uczestnik akceptuje niniejszy regulamin,
- każdy zawodnik zobowiązany jest do uiszczenia startowego, o czym szerzej w kolejnym punkcie.

#### 5. Zasady finansowania:

wpisowe wynosi:

35 zł do dnia 22 marca

40 zł do dnia 5 kwietnia

45 zł do dnia 19 kwietnia

60 zł w dniu zawodów (w przypadku wolnych pakietów)

- wpisowe należy uiszczyć po zgłoszeniu się przez serwis przelewy24,
- opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi,
- możliwe jest przepisanie opłaty startowej na innego uczestnika do dnia 19 kwietnia.

#### 6. Termin i miejsce:

- miejsce zawodów: Śląski Ogród Botaniczny w Mikołowie (Sośnia Góra): start i meta w okolicy parkingu
- biuro zawodów: budynek dydaktyczny na terenie Ogrodu – czynny od 9:00
- termin biegu: niedziela, 23 kwietnia

#### 7. Harmonogram imprezy:

- 9:00 - otwarcie biura zawodów, weryfikacja zawodników, wydawanie pakietów startowych
- 10:00 - start rajdu nordic walking na 5 km
- 11:30 - start biegu na 5 km (fala I – pierwsza setka opłaconych zawodników)
- 11:35 - dekoracja uczestników rajdu nordic walking
- 12:30 - start biegu na 5 km (fala I – druga setka opłaconych zawodników)
- 13:45 - dekoracja uczestników biegu
- 14:00 - zakończenie imprezy.

## 8. Trasa:

- Trasa biegu to trzy pętle o nawierzchni twardej po terenie ogrodu botanicznego (Ogród Czerwony, część na Sośniej Górze)
- Trasa oznaczona będzie taśmą biało-czerwoną z oraz tablicami wskazującymi kierunek biegu.

## 9. Rozdział dyscyplin:

- Bieg na 5 km rozgrywany jest w charakterze wyścigu, najlepsze trójki w poszczególnych kategoriach zostaną nagrodzone, o czym szerzej w kolejnym punkcie
- Rajd nordic walking rozgrywany jest w charakterze rekreacyjno-sportowym - każdy z uczestników otrzyma na mecie pamiątkowy medal, a nagradzane będą miejsca w kategorii OPEN.

## 10. Nagrody i klasyfikacje biegu :

Dekoracje przeprowadzone zostaną dla następujących kategorii:

OPEN mężczyzn (nagradzane miejsca 1-3)

OPEN kobiet (nagradzane miejsca 1-3)

Kategorie wiekowe:

Mężczyźni: (nagradzane miejsca w kategoriach: 1-3)

M-15 (15-19 lat)

M-20 (20-29 lat)

M-30 (30-39 lat)

M-40 (40-49 lat)

M-50 (50-59 lat)

M-60 (60+ )

Kobiety: (nagradzane miejsca w kategoriach: 1-3)

K-15 (15-19 lat)

K-20 (20-29 lat)

K-30 (30-39 lat)

K-40 (40-49 lat)

K-50 (50-59 lat)

K-60 (60+ )

- możliwe wprowadzenie dodatkowych klasyfikacji w zależności od ilości pozyskanych sponsorów i liczby zgłoszeń

- każdy zawodnik otrzyma na mecie pamiątkowy medal.

## 11. Nagrody i klasyfikacje marszu:

Dekoracje przeprowadzone zostaną dla następujących kategorii:

OPEN mężczyzn (nagradzane miejsca 1-3)

OPEN kobiet (nagradzane miejsca 1-3)

- każdy zawodnik otrzyma na mecie pamiątkowy medal.

## 12. Wyżywienie:

- organizator zapewnia napoje oraz słodki poczęstunek po zakończeniu biegu.

### **13. Opieka medyczna:**

- organizator zapewnia opiekę medyczną w postaci kwalifikowanego ratownika w czasie trwania biegu oraz po jego zakończeniu. W biurze zawodów zawodnik zobowiązany jest okazać aktualne badania lekarskie bądź też podpisać oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność.

### **14. Start na własną odpowiedzialność**

- zawodnik startuje w imprezie „Botaniczna Piątka” na własną odpowiedzialność, znając stan swojego zdrowia i wobec braku przeciwwskazań do udziału w tego typu imprezie (bieg/marsz długodystansowy),

- organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne kontuzje uczestnika wynikające z udziału w biegu i/lub przebiegu trasy (upadki, uderzenia o drzewa, gałęzie).

### **15. Postanowienia dodatkowe:**

- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora,

- organizator zastrzega sobie prawo do dyskwalifikacji zawodnika w przypadku celowego „skrócenia” trasy lub też innego niesportowego zachowania wobec innych uczestników biegu.