

Cross „Na ostrej łące” w Ostrołęce

1. Cele i założenia biegu

- ✓ Popularyzacja biegania, jako najprostszej formy rekreacji fizycznej.
- ✓ Promocja Miasta Ostrołęka.
- ✓ Propagowanie zdrowego trybu życia wśród społeczności lokalnej.
- ✓ Popularyzacja biegów przełajowych w środowisku dzieci, młodzieży i dorosłych w Mieście Ostrołęka.
- ✓ Popularyzacja regionu kurpiowskiego.

2. Organizatorzy

- ✓ Ostrołęckie Stowarzyszenie Promocji Zdrowia i Trzeźwości ARKADIA;
dane kontaktowe: ul. Gorbatowa 15/105, 07-410 Ostrołęka;
tel.:797 789 563, e-mail: stw.arkadia@wp.pl.



3. Termin i miejsce

- ✓ Impreza odbędzie 7 sierpnia 2016r. w Ostrołęce.
- ✓ Start odbędzie się ze Stadionu MOSiR w Ostrołęce.
- ✓ Dystanse biegowe: 500m, 1 km, 7.5 km, 15 km.

4. Plan godzinowy Biegu:

- ✓ 9:00 - Otwarcie biura zawodów,
- ✓ 10:00 – start ostry biegu 7,5km i 15km,
- ✓ 10:15 – start dla dzieci 1,
- ✓ 12:00 – zakończenie biegu,
- ✓ 12:45 – wręczenie pucharów i rozdanie nagród.

5. Zgłoszenia

- ✓ Wszyscy uczestnicy mają obowiązek zgłoszenia imiennego swojego udziału w biegu poprzez wypełnienie karty zgłoszeniowej na stronie internetowej www.arkadia.sos.pl w zakładce Cross.
- ✓ Data zgłoszeń od 7 lipca 2016r. do dnia 5 sierpnia 2016r. do godziny 22:00.
- ✓ Zgłoszonych może być **250 osób** - decyduje data wpływu zgłoszenia do organizatora. Pierwsze 250 osób, które się zgłosi otrzyma pamiątkowy medal oraz imienny numer startowy.
- ✓ W dniu imprezy zgłoszenia będą przyjmowane do godziny 10.00 – te osoby jednak nie otrzymają imiennego numeru startowego.

6. Uczestnictwo

- ✓ Impreza ma charakter otwarty i będzie prowadzona w duchu fair play oraz zgodnie z przepisami PZLA.



- ✓ W biegu mogą brać udział wszyscy bez względu na wiek, płeć i miejsce zamieszkania.
- ✓ Osoby niepełnoletnie mogą wziąć udział w biegu wyłącznie za zgodą pisemną rodziców lub opiekunów.
- ✓ Warunkiem przystąpienia do Crossu jest podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań do biegu.
- ✓ Warunkiem uczestnictwa w imprezie jest dokonanie zgłoszenia oraz odebranie numeru startowego, osoby niepełnoletnie przed startem zobligowane są do przekazania organizatorowi zgody rodzica lub opiekuna.
- ✓ Uczestnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w razie wystąpienia zdarzeń losowych.
- ✓ Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.

7. Sposób przeprowadzenia Crossu

- ✓ Zawody zostaną przeprowadzone na dystansie 500m, 1km, 7.5 km, 15km.
- ✓ Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn
- ✓ Od godziny 09:00 w biurze biegów w miejscu startu - osoby zgłoszone będą mogły odebrać numer startowy oraz podpisać oświadczenie o stanie zdrowia, osoby niepełnoletnie oddać podpisaną zgodę rodzica.

8. Świadczenia dodatkowe

- ✓ Organizatorzy zapewniają posiłek regeneracyjny oraz wodę dla uczestników biegów, po zakończeniu Crossu.
- ✓ Dla wszystkich Crossowych zawodników zapewniony będzie symboliczny medal za udział.
- ✓ Organizator zapewnia również nagrody indywidualne dla zwycięzców.
- ✓ Dane osobowe zgłoszonych uczestników będą przetwarzane wyłącznie na potrzeby realizowanych zawodów, administratorem tych danych jest OSPZIT Arkadia, zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych (t.j. Dz.U. z 2002 r. Nr 101 poz. 926 ze zm.).

9. Postanowienia końcowe

- ✓ Organizator nie ponosi odpowiedzialności za powstałe w trakcie biegu wypadki.
- ✓ Zawodnicy powinni być ubezpieczeni we własnym zakresie.
- ✓ Zawody odbywać się będą bez względu na pogodę!
- ✓ Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie oraz zmiany miejsca Crossu. Informacje o zmianach będą umieszczane na fanpage'u Stowarzyszenia oraz stronie internetowej.
- ✓ Ewentualne protesty będą rozpatrywane przez Komisję Odwoławczą powołaną na czas zawodów po opłaceniu kaucji 200 zł. W przypadku nie uznania protestu kaucja przepada na rzecz organizatora.
- ✓ Organizator nie bierze odpowiedzialności za zniszczony sprzęt i rzeczy zagubione.
- ✓ W sprawach spornych nie ujętych w regulaminie rozstrzyga organizator.

