

## **REGULAMIN III PRASKA DYCHA**

### **I CEL IMPREZY**

1. Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu.
2. Promocja biegania i Nordic Walking wśród mieszkańców dzielnicy Praga Południe i Warszawy.
3. Promowanie zdrowego stylu życia wśród lokalnej społeczności
4. Promowanie atrakcyjnych terenów do uprawiania rekreacji.
5. Integracja warszawskiego środowiska biegowego.

### **II ORGANIZATOR**

1. Organizatorem biegu jest Klub Biegacza Tempo Warszawa
2. Partnerem merytorycznym biegu jest firma Nike Poland Sp. z o.o.

### **III TERMIN I MIEJSCE**

1. Bieg odbędzie się dnia 24.10.2010 r. w Parku Skaryszewskim w Warszawie. Biuro zawodów usytuowane jest na terenie obiektów KS Drukarz Warszawa.
2. Start biegu nastąpi o godzinie 12:00.
3. Dekoracja zwycięzców oraz wręczanie nagród dla uczestników odbędą się o godzinie 14.00
4. Długość trasy wynosi: 10000m (100 % nawierzchnia asfaltowa). Trasa posiada atest Polskiego Związku Lekkiej Atletyki.
5. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
6. Szczegółowy opis miejsca imprezy znajduje się na stronie internetowej [www.sciezki-biegowe.pl](http://www.sciezki-biegowe.pl) i [www.sciezki-nordicwalking.pl](http://www.sciezki-nordicwalking.pl)

### **IV UCZESTNICTWO**

1. Każdy uczestnik III Praskiej Dychy ma obowiązek zapoznać się z Regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania.
2. W biegu głównym prawo startu mają wyłącznie osoby, które najpóźniej do dnia 24.10.2010 roku ukończą 13 lat (tj. urodzone przed 24.10.1997) i dokonają pełnej rejestracji do biegu.
3. W przypadku osób, które do dnia Imprezy nie ukończyły 18 roku życia, wymagane jest posiadanie pozwolenia na udział podpisanego przez rodziców lub prawnych opiekunów. Oświadczenie takie należy złożyć w dniu 24.10.2010 r. w Biurze Zawodów w godzinach 9.00-11.00.
4. Limit uczestników III Praskiej Dychy wynosi 900 osób (bieg główny). Organizator zastrzega sobie możliwość zamknięcia zapisów po osiągnięciu takiej liczby zarejestrowanych uczestników.
5. Wszyscy uczestnicy startujący w biegu, którzy dokonają pełnej rejestracji, muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Biuro będzie czynne 24.10.2010 r. w godzinach 9.00-

- 11.00 na terenie warszawskiego Parku Skaryszewskiego w okolicach K.S. Drukarz Warszawa, Muszli Koncertowej i baru Pstrąg.
6. Podczas weryfikacji uczestnicy muszą posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem, służący do kontroli daty urodzenia i obywatelstwa oraz dowód wniesienia opłaty rejestracyjnej.
  7. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie Oświadczenia zawierającego akceptację warunków regulaminu, deklarację dobrowolnego uczestnictwa w biegu i zaświadczenie o braku przeciwwskazań lekarskich do udziału w biegu - które znajdować się będzie w Biurze Zawodów.
  8. W przypadku osób, które do dnia Imprezy nie ukończyły 18 roku życia, wymagane jest dodatkowo posiadanie Oświadczenia Opiekuna - pozwolenia na udział podpisanego przez od rodziców lub prawnych opiekunów, którego wzór znajdować się będzie w Biurze Zawodów.
  9. Decyzje opieki medycznej dotyczące kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
  10. Ubezpieczenie NW uczestnicy wykupują we własnym zakresie.
  11. Dane osobowe uczestników III Praskiej Dychy będą wykorzystane na potrzeby przesyłania informacji o przyszłych imprezach a także na wewnętrzne potrzeby administracyjne i analityczne Klubu Biegacza Tempo Warszawa. W każdym wypadku dane te będą używane zgodnie z "Ustawą o ochronie danych osobowych" z dnia 29 sierpnia 1997 roku (Dz. U. Nr 133, poz. 883). Osoba uczestnicząca w imprezie III Praska Dycha ma prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dniu 24.10.2008, w godzinach 9.00-11.00 wypełniając stosowne oświadczenie, którego wzór znajdować się będzie w Biurze Zawodów.

## V ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia online przyjmowane są poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej [www.praskadycha.pl](http://www.praskadycha.pl) od 3.10.2010 r.
2. Aby dokonać wstępnej rejestracji należy prawidłowo wypełnić formularz zgłoszeniowy online umieszczony na stronie, następnie w ciągu 3 dni od daty wypełnienia formularza należy przesłać opłatę rejestracyjną na konto:  
Klub Biegacza Tempo  
ul. Kabacki Dukt 6/69  
02-798 Warszawa  
**34 1050 1025 1000 0090 7055 3285**  
Z dopiskiem: opłata startowa, imię i nazwisko (członkowie Klubu Biegacza Nike powinni umieścić dodatkowo numer karty klubowej)
3. Każdy uczestnik Imprezy, oprócz zgłoszenia online, zobowiązany jest do uiszczenia opłaty rejestracyjnej, której należy dokonać w ciągu 3 dni od daty rejestracji, w przeciwnym razie zgłoszenie zostanie anulowane.
4. Imię i nazwisko uczestnika, który dokonał pełnej rejestracji i uiszczył opłatę startową do biegu, znajduje się na stronie dla biegaczy [www.sciezki-biegowe.pl](http://www.sciezki-biegowe.pl), dla uczestników marszu Nordic Walking [www.sciezki-nordicwalking.pl](http://www.sciezki-nordicwalking.pl).
5. Zgłoszenia online zostaną zawieszane 20.10.2008 roku. Po tym terminie zgłoszenia będą możliwe wyłącznie w Biurze Zawodów III Praskiej Dychy, w dniu 24.10.2010 w godzinach 9.00-11.00

6. UWAGA! Zapisy zostaną zamknięte w momencie osiągnięcia limitu 900 zgłoszeń do biegu głównego na 10km i po osiągnięciu 200 zgłoszeń do marszu Nordic Walking na 5km.
7. Wszyscy uczestnicy startujący w biegu, którzy dokonają pełnej rejestracji, muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów w dniu 24.10.2010 w godzinach 9.00-11.00 (patrz Rozdział IV, p.5 niniejszego Regulaminu).
8. Uczestnicy odbierają swój pakiet startowy zawierający m.in. numer startowy i pamiątkową torbę startową w dniu 24.10.2010. w Biurze Zawodów w godzinach 9.00-11.00

## VI OPŁATY

1. Każdy uczestnik III Praskiej Dychy ponosi koszty opłaty rejestracyjnej. Do dnia 20.10.2010 r. (koniec zapisów Online), opłata rejestracyjna wynosi 40 zł.
2. Uwaga! Uczestnicy Klubu Biegacza Nike - opłata rejestracyjna uiszczona do 15.10.2010 r. wynosi 30zł.
3. Osoby, które zgłaszają swój udział w biegu po 20.10.2010 r., mogą dokonać rejestracji tylko 24.10.2010 r w Biurze Zawodów, w godzinach 9.00-10.30. W tym przypadku opłata rejestracyjna wynosi 50 zł.

Opłatę rejestracyjną należy wpłacać na konto bankowe:

**Klub Biegacza Tempo Warszawa**

**ul. Kabacki Dukt 6/69**

**02-798 Warszawa**

**Nr konta: 34 1050 1025 1000 0090 7055 3285**

**Z dopiskiem (w tytule przelewu umieszczając): "Opłata startowa Praska Dycha" oraz "Imię i Nazwisko" (UWAGA! Członkowie Klubu Biegacza Nike powinni umieścić dodatkowo numer karty klubowej)**

4. Organizator nie odpowiada za zaginięcie przelewu.
5. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. Nie ma możliwości przenoszenia raz wniesionej opłaty na rzecz innego zawodnika.
6. Istnieje możliwość wniesienia opłaty startowej za większą liczbę Uczestników na jednym blankiecie wpłaty (jednym przelewem). W tym wypadku w dopisku (w tytule przelewu) należy wpisać "Opłata grupowa **Praska Dycha**" oraz imiona i nazwiska wszystkich osób zgłaszanych do biegu.

## VII KLASYFIKACJE

Podczas II Praskiej Dychy prowadzone będą następujące klasyfikacje:

1. Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.
2. Klasyfikacje wiekowe: <19, 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69 oraz +70 K i M.
3. Klasyfikacja drużynowa. Drużyna składa się z minimum 3 osób, w tym koniecznie, przynajmniej jedna kobieta. Do klasyfikacji liczą się 3 najlepsze wyniki z drużyny na zasadzie: maksymalnie 2 wyniki mężczyzn i minimum 1 wynik kobiety. Wynik drużyny zlicza się sumując 3 najlepsze miejsca uzyskane przez członków każdej z drużyn w klasyfikacji generalnej.

Dodatkowo przeprowadzona zostanie dodatkowo klasyfikacja najliczniejszych drużyn.

## **VIII NAGRODY**

1. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą III Praską Dychę otrzymują na mecie pamiątkowe medale, posiłek regeneracyjny, oraz w trakcie zapisów pakiet startowy, w którego skład wchodzi m.in. numer startowy i worek startowy Nike.
2. Zdobywcy miejsc I - III w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn biegu głównego otrzymują puchary oraz nagrody rzeczowe ufundowane przez sponsorów.
3. Zdobywcy miejsc I - III w klasyfikacjach wiekowych biegu głównego otrzymują pamiątkowe statuetki oraz nagrody rzeczowe ufundowane przez sponsorów.
4. Zdobywcy miejsc I - III w klasyfikacji drużynowej biegu głównego otrzymują puchary.
5. Zdobywcy miejsca I w klasyfikacji najliczniejszych drużyn otrzymają pamiątkowe gadżety.
6. Nagrody rzeczowe nie dublują się.

## **IX POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Podczas biegu wszyscy uczestnicy muszą mieć numery startowe przypięte z przodu okrycia wierzchniego uczestnika. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości grozi dyskwalifikacją.
2. Opłata rejestracyjna jest opłatą za prawo startu w biegu.
3. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej.
4. Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie III Praskiej Dychy.
5. Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w trakcie trwania Imprezy.
6. Przed i po biegu uczestnicy będą mieli możliwość skorzystania z szatni.
7. W sprawach nie objętych regulaminem rozstrzyga Organizator.
8. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi.