

Regulamin Biegu Pamięci Żołnierzy Wyklętych – Tropem Wilczym

w Jeleniej Górze 6 marca 2022 r.

I ORGANIZATOR

Organizatorem Biegu Tropem Wilczym, zwanej dalej „Biegiem”, jest – Fundacja Wolność i Demokracja

Organizator lokalny: Uczniowski Klub Sportowy „Pankracy” Jelenia Góra (UKS „Pankracy”)

Współorganizatorzy:

Miasto Jelenia Góra

Zespół Szkół Katolickich u św. Pankracego w Jeleniej Górze

Karkonoskie Stowarzyszenie Edukacyjne „Erazma i Pankracego”

Patronat:

Krzysztof Mróz Senator Rzeczypospolitej Polskiej

Parafia Św. Erazma i Pankracego w Jeleniej Górze

II CELE

1. Uczczenie Narodowego Dnia Pamięci Żołnierzy Wyklętych.
2. Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu.
3. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Polski.
4. Promocja Miasta Jelenia Góra jako przyjaznego dla biegaczy.

III TERMIN I MIEJSCE

1. Biegi odbędą się 6 marca 2022 r. na dystansach: 5000 m o godz. 13.00 oraz 1963 m o godz. 14.00 w Jeleniej Górze.
2. Biuro Zawodów otwarte będzie w dniu 6 marca 2022 r. w godz. od 12:00 – 15:30. Lokalizacja biura i depozytu: Park Norweski w Cieplicach okolicie dawnej siedziby Muzeum Przyrodniczego.
3. Start i meta Biegu – Park Norweski okolicie dawnej siedziby Muzeum Przyrodniczego
4. Trasa Biegu: wg mapki zamieszczonej na stronie UKS
5. Długość biegów: **I bieg – 5000 m.** /limit 50 miejsc/ **II bieg - rodzinny 1963 m** (nawiązanie do daty śmierci ostatniego Żołnierza Wyklętego – Józefa Franczaka „Lalka”) / do wyczerpania numerów startowych /
6. W biegu na dystansie 5000 m uczestnicy będą klasyfikowani według kolejności zajętych miejsc, natomiast bieg rodzinny ma charakter honorowy, bez prowadzenia klasyfikacji zajętych miejsc.
7. Limit czasu na pokonanie tras wynosi 40 minut.
8. Trasa Biegu jest dostosowana do potrzeb wózków inwalidzkich.
9. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

IV TRASA BIEGU

Trasa biegu: „Tropem Wilczym. Bieg Pamięci Żołnierzy Wyklętych” Jelenia Góra składa się w przypadku Biegu Rodzinnego - z jednego okrążenia o długości 1963 m oraz w Biegu na 5000 m z niepełnych trzech okrążeń i jest trasą o niskim nachyleniu terenu. **START** oraz **META** znajdują się w północnej części Parku nieopodal Pawilonu Norweskiego - dawniej budynku Muzeum Przyrodniczego przy podejściu widowiskowym. Trasa biegnie głównymi alejkami parku i rozpoczyna się prostą, a potem skręca w prawo wiodąc dalej dookoła parku jego alejkami. Trasa biegu w większości swej długości pokrywa się z najdłuższą trasą ParkRun. Trasa będzie dokładnie oznakowana znakami poziomymi (strzałki i linie ciągłe na podłożu wykonane farbą luminescencyjną) i pionowymi (taśma białą czerwoną przymocowana do drzew, latarni i słupów na wysokości wzroku. Start i meta wyodrębnione będą szpalerami tyczek połączonych białą czerwoną taśmą.

V PROGRAM IMPREZY

6.03.2022 r.

- **12:00** – Otwarcie Biura Zawodów i wydawanie pakietów startowych
- **12:30** – Otwarcie depozytu rzeczy oraz punktu gastronomicznego
- **12:30** – Zajęcia i pokazy, instruktaż i rozgrzewka zawodników
- **12:30** – Wspólny aerobic zawodników i pozostałych uczestników imprezy prowadzony przez zawodowych instruktorów
- **12:30** – Konsumpcja napojów i posiłków ekologicznych serwowanych przez punkt gastronomiczny
- **13:00** – Start biegu na dystansie 5000m
- **14:00** – Start Biegu Rodzinnego na dystansie 1963m
- **15:00** – Ogłoszenie wyników i dekoracja zwycięzców biegu na dystansie 5000m
- **15:30** – Zamknięcie biura zawodów oraz szatni z depozytem

VI UCZESTNICTWO I ZAPISY

1. W biegu Rodzinnym prawo udziału mają wszyscy chętni bez względu na wiek. Nie będzie tu prowadzona klasyfikacja.
2. Obowiązuje limit startujących: **do wyczerpania numerów startowych**
3. Osoby niepełnoletnie biorą udział w Biegu pod warunkiem podpisania zgody na start i wzięcia odpowiedzialności przez ich prawnych opiekunów. Każda osoba niepełnoletnia musi posiadać zgodę rodziców / opiekunów prawnych / na udział w biegu.
4. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty lub inny dokument potwierdzający tożsamość oraz dowód opłaty startowej.
5. Zapisy na Bieg odbywają się poprzez pobranie i wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego na [STRONIE](#); dokonanie opłaty startowej (numer konta bankowego podany jest w punkcie 7 regulaminu); wysłanie skanów lub wyraźnych zdjęć formularza i potwierdzenia wpłaty na adres e-mail: tropemwilczym@pankracy.edu.pl

6. Zgłoszenia przyjmowane są w formie elektronicznej do: wyczerpania limitu miejsc, jednak nie później niż do **4 marca 2022 r. godz.24.00** – zakończenie rejestracji on-line dla biegaczy. Zgłoszenia przyjmowane będą także w dniu biegu od godziny **13.00** w biurze zawodów.
7. Opłata startowa wynosi **35,00 zł**
Opłatę należy dokonywać:
 - na konto **14 1020 2124 0000 8302 0235 1310 PKO Bank Polski S.A.** z wyraźnym tytułem przelewu: **Imię i Nazwisko ; Bieg Tropem Wilczym ; dystans**
 - osobiście, gotówką, w biurze zawodów do wyczerpania się limitów rejestracji I i II Biegów
8. W ramach udziału w Biegu uczestnik otrzymuje: pakiet startowy zawierający koszulkę okolicznościową, torbę papierową, materiały promocyjne w tym informator o historii Żołnierzy Wyklętych; na mecie – medal pamiątkowy oraz zimne napoje i posiłek regeneracyjny w punkcie gastronomicznym.
9. Wszyscy uczestnicy imprezy Bieg Tropem Wilczym oraz pozostałe osoby, to jest widzowie, rodziny, dzieci i młodzież mogą skorzystać z usług punktu gastronomicznego wydającego, z kuchni polowej, posiłki oraz ciepłe i zimne napoje (do wyczerpania zapasów). Posiłki regeneracyjne dla zarejestrowanych uczestników Biegu wydawane są bezpłatnie.

VII POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zawodnicy winni stosować się do poleceń Policji, Straży Pożarnej, Straży Miejskiej oraz służby porządkowej i wolontariuszy zaopatrzonych w identyfikatory.
2. Wszyscy uczestnicy Biegu ubezpieczeni są od OC.
3. Organizator nie bierze odpowiedzialności za stan zdrowia osób startujących. Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność i są świadomi trudności trasy.
4. Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie Biegu.
5. W sprawach nie ujętych w regulaminie ostateczną decyzję podejmuje organizator.
6. Dopuszczalne jest dokonywanie zmian w regulaminie wyłącznie przez organizatora ze względu na właściwą organizację i zachowanie bezpieczeństwa podczas biegu.