**REGULAMIN**

**Bieg Powstania Wielkopolskiego – Pamiętamy !**

Organizator: Gmina Krobia

Realizator imprezy: Gminne Centrum Kultury i Rekreacji im. Jana z Domachowa Bzdęgi
w Krobi.

Cel biegu

Popularyzacja zdrowego stylu życia, biegania jako najlepszej i najprostszej formy zachowania dobrej kondycji fizycznej i psychicznej, propagowanie patriotyzmu.

Zapobieganie alkoholizmowi, narkomani i patologiom społecznym poprzez czynne uprawianie sportu.

Profilaktyka antyalkoholowa – sport i rekreacja jako skuteczna alternatywa dla niepożądanych uzależnień

Miejsce i termin

1. Biuro zawodów – ul. Rynek w Krobi, 63-840 Krobia

2. Start i meta – start nastąpi z Rynku po uroczystościach upamiętniających Powstanie Wielkopolskie, meta przed budynkiem Gminnego Centrum Kultury i Rekreacji im. Jana z Domachowa Bzdęgi w Krobi, ul. Powstańców Wielkopolskich 27

3. Trasa biegu – ul. Rynek, ul. Powstańców Wlkp., ul. Dworcowa

Dystans – 5km, trasa nie posiada atestu.

4. Rozpoczęcie w dniu 27 grudnia 2023 r. w godz. 16.00-19.00.

5. Parking dla uczestników mieścił się będzie przy budynku GCKiR w Krobi ul. Powstańców Wlkp. 27 oraz na ul. Rynek.

Program biegu

1. Otwarcie biura zawodów i weryfikacja uczestników- 16:00 – 17:00.

2. Wspólna rozgrzewka – 17.00.

3. Start biegu – 17.15.

4. Zakończenie ok. 18.15

Warunki uczestnictwa

1. Uczestnikiem biegu może być każda osoba, która zapozna się z regulaminem – wyruszenie na trasę biegu jest jednoznaczne z faktem zapoznania się i z akceptacją jego treści.

2. Osoby poniżej 18 roku życia uczestniczą w biegu pod opieką rodziców, prawnych opiekunów lub za ich zgodą. **Uczestnik w dniu biegu musi mieć ukończone 13 lat.**

3. Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność.

Organizatorzy zapewniają

1. Bezpłatny udział w biegu.

2. **Dla 100 pierwszych zapisanych osób koszulka techniczna.**

3. Zabezpieczenie biegu przez służby techniczne, pracowników Gminy Krobia i wolontariuszy.

4. Opiekę przedmedyczną na trasie biegu.

5. Pomoc techniczną.

6. Posiłek regeneracyjny i napój po biegu.

7. Wspaniałą atmosferę.

Zasady bezpieczeństwa

1. Udział w biegu odbywa się po drodze asfaltowej i ciągu pieszo rowerowym.

2. Biegnąc należy zachować zasady bezpieczeństwa tak, aby nie uszkodzić lub spowodować urazu, kontuzji innego uczestnika biegu.

3. Zakaz zabierania ze sobą na trasę biegu szklanych i ostrych przedmiotów.

4. Uczestnik biegu powinien posiadać strój sportowy.

5. Podczas imprezy obowiązuje zakaz spożywania napojów alkoholowych.

6. W razie potrzeby należy skontaktować się z organizatorami, obsługą medyczną lub porządkową.

7. Każdy uczestnik musi bezwzględnie podporządkować się zapisom regulaminu, poleceniom służb ds. bezpieczeństwa i porządkowym.

Przestrzegać ustaleń dotyczących poruszania się po trasie biegu, stosować się do poleceń służb zabezpieczenia i oznaczeń trasy. Należy poruszać się po wyznaczonej trasie.

8. Zakaz udziału osób pod wpływem alkoholu lub innych substancji odurzających.

Postanowienia końcowe

1. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatorów.

2. Zobowiązuje się uczestników biegu do przestrzegania regulaminu i zasad bezpieczeństwa.

3. Organizator prosi o ubranie się w barwy narodowe (biało-czerwone).

4. Organizator nie bierze odpowiedzialności za zdarzenia wynikłe z nieprzestrzegania regulaminu. Wnioski, zażalenia, reklamacje można składać organizatorowi najpóźniej 15 minut po zakończeniu imprezy.

5. Organizator nie odpowiada za szkody osobowe, rzeczowe, majątkowe powstałe przed, w trakcie lub po biegu, a także za rzeczy zagubione.

6. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

7. Bieg nie jest wyścigiem – nie jest prowadzona klasyfikacja końcowa.

8. Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność, akceptując zapisy regulaminu oświadcza, że nie ma przeciwwskazań medycznych do startu w biegu.

9. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenie zmian w regulaminie.

10. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.