



## REGULAMIN OGÓLNOPOLSKIEGO BIEGU

### ”PRZEŁAJOWA ÓSEMKA”

#### I

### I Mistrzostw Polski w Nordic Walking

**BLACHOWNIA 30.08.2009**

„Przełajowa Ósemka” jest imprezą biegową Miasta Blachowni

Patronat honorowy objęli:

- **Burmistrz Miasta Blachownia**  
mgr Zdzisław Nowak – nagrodzony przez portal internetowy MaratonyPolskie.PL  
„Flipidesem 2008 – Mecenas Biegów
- **Rada Miasta Blachownia**

#### **I. CELE IMPREZY:**

Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej.

Popularyzacja nordic walking jako nowej formy aktywności fizycznej pomagającej zachować witalność i zdrowie.

Promocja Miasta Blachowni.

Integracja środowiska sportowego.

#### **II. ORGANIZATOR:**

Urząd Miasta Blachownia.

#### **ORGANIZATOR SPORTOWY:**

OSiR Blachownia

UKS Blachownia

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Blachowni

### **III. TERMIN i MIEJSCE:**

#### **Przełajowa Ósemka**

30 sierpień 2009 r. godzina 12.00

Start i Meta : Blachownia, stadion OSiR , ul. Sportowa 1

Zawodnicy – biegacze na miejsce startu muszą się zgłosić do godz.11.50

#### **Nordic Walking**

30 sierpień 2009 r. godzina 12.00

Start i Meta : Blachownia, stadion OSiR , ul. Sportowa 1

Zawodnicy startujący w nordic walking na miejsce startu muszą się zgłosić do godz.11.50

**W ramach „Przełajowej Ósemki”, Wojskowy Klub Biegacza „META” Lubliniec rozgrywał będzie mistrzostwa swojego klubu w biegu przełajowym.**

### **IV. TRASA i DYSTANS:**

Dystans : 8 km.

Trasa : ścieżki leśne i ulice Blachowni, na jednej pętli, z dystansem oznaczonym co kilometr.

Nawierzchnia: 50% ścieżki leśne, 30% szutrowe, 20% asfalt

Szczegółowy przebieg trasy podany jest w załączniku.

### **V. WARUNKI UCZESTNICTWA:**

Uczestnikiem biegu może zostać każda osoba, która do dnia 29 sierpnia 2009 r. ukończyła 14 lat.

Warunkiem udziału w biegu i zawodach nordic walking jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu, lub złożenie własnoręcznego podpisu pod oświadczeniem o przyjęciu pełnego ryzyka i konsekwencji udziału w biegu, na własną odpowiedzialność.

W przypadku osób poniżej 18 roku życia, na start muszą wyrazić zgodę rodzice lub opiekunowie prawni, poprzez złożenie stosownego oświadczenia podpisanego w obecności obsługi biura zawodów. Wszyscy zawodnicy startujący w zawodach, muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów. Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dowód tożsamości (dowód osobisty, legitymację szkolną, paszport lub prawo jazdy) celem kontroli daty urodzenia i obywatelstwa. Wszyscy zawodnicy muszą przestrzegać regulaminu biegu.

Biuro zawodów będzie się mieściło w holu budynku OSiR, ul. Sportowa 1 w Blachowni

Limit czasu ukończenia biegu wynosi 70 minut tj. 8.45 min/km.

Limit czasu ukończenia marszu wynosi 90 minut tj. 11:15 min/km

### **VI. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA**

Zgłoszenia przyjmowane będą pocztą elektroniczną, przez formularz zgłoszeniowy na stronie internetowej

[www.maratonypolskie.pl](http://www.maratonypolskie.pl); do dnia 27.08.2009, a ponadto na stronie internetowej; [www.kkta.pl](http://www.kkta.pl);

[www.blachownia.com](http://www.blachownia.com) ; telefonicznie : + 48 343204506 po godz.16.00

oraz mobil; 661 288 101

lub pocztą elektroniczną [jacekchudy@o2.pl](mailto:jacekchudy@o2.pl). do dnia 29.08.2009 r.

Weryfikacja zawodników w biurze zawodów w dniu 30.08.2009 od godz.09.00 do godz.11.30 Organizator nie pobiera opłaty startowej za udział w biegu.

**W dniu zawodów zgłoszenia nie będą przyjmowane.**

### **VII. KLASYFIKACJA:**

Pomiar czasu i ustalenie kolejności zawodników na mecie będzie dokonywane systemem elektronicznym.

Biegaczy w „Przełajowej Ósemce” obowiązują następujące klasyfikacje :

- generalna kobiet i mężczyzn

- w kategoriach wiekowych dla kobiet i mężczyzn z przedziałem, co 10 lat.
- M i K 14 , 14 - 19 lat (1990-1995)
- M i K 20 , 20 - 29 lat (1980-1989)
- M i K 30 , 30 – 39 lat (1970-1979)
- M i K 40 , 40 – 49 lat (1960-1969)
- M i K 50 , 50 – 59 lat (1950-1959)
- M i K 60 , powyżej 60 lat (1940 i starsi).

**Warunkiem sklasyfikowania w kat. wiekowej jest udział co najmniej trzech zawodników. W innym przypadku zawodnik sklasyfikowany będzie w grupie niższej**

W zawodach nordic walking obowiązują następujące klasyfikacje:

- generalna kobiet i mężczyzn / pierwszych pięć kobiety i pierwszych pięciu mężczyzn /

### **VIII. NAGRODY:**

1. W biegu zawodnicy otrzymują nagrody :

- w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn za miejsca I – III : puchary + nagrody rzeczowe
- w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn za miejsca I – III: puchary.

2. W zawodach nordic walking zawodnicy otrzymują nagrody:

- w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn za miejsca I – V : puchary + nagrody rzeczowe

Każdy zawodnik, który ukończy zawody otrzyma medal i certyfikat ukończenia „Przełajowej Ósemki”  
Dodatkowo odbędzie się losowanie nagród rzeczowych dla wszystkich sklasyfikowanych zawodników.

### **XI. NOCLEGI i POSIŁKI :**

Koszty noclegów, dojazdu i wyżywienia pokrywają we własnym zakresie zawodnicy.

Każdy zawodnik, który dokonał weryfikacji w biurze zawodów otrzyma bon na posiłek, który będzie można zrealizować po ukończeniu biegu.

**Istnieje możliwość skorzystania z noclegu w hotelu OSiR z 29.08.09r na 30.08.09r z rezerwacją do dnia 03.08.2009r(cena noclegu -25 zł od osoby ). Informacje pod nr tel.034 327 04 15 oraz przez pocztę elektroniczną: [osir@vp.pl](mailto:osir@vp.pl)**

### **X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

Organizator zapewnia :

- opiekę medyczną podczas zawodów ( na starcie, trasie i mecie).
- szatnie, toalety, natryski, przebieralnie - budynek OSiR

Każdy uczestnik biegu otrzyma numer startowy, który musi być przypięty do ubrania na klatce piersiowej.

Każdego zawodnika obowiązuje estetyczny ubiór sportowy.

Należy przestrzegać zasad ochrony przyrody i przepisów przeciwpożarowych, dbać o porządek w miejscu zawodów i zakwaterowania.

Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za zgubione, uszkodzone czy zniszczone rzeczy uczestników zawodów.

Organizator nie ponosi żadnej odpowiedzialności za urazy, kontuzje i innego rodzaju uszczerbek na zdrowiu lub życiu, powstałe w trakcie zawodów.

Uczestnicy zawodów nordic walking pokonują trasę marszem.

**Marsz NW jest to przemieszczanie się ruchem naprzemiennym krokami do przodu, z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, w taki sposób że nie jest widoczna gołym okiem jednoczesna utrata kontaktu obu stóp z podłożem.**

Protesty przyjmowane są przez dyrektora biegu do godziny 14.00, a rozpatrywane w ciągu 30 min. od złożenia.

Podpisanie zgłoszenia jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu biegu.

**Zawodnicy skracający trasę będą zdyskwalifikowani.**

Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.

Wszelkich informacji na temat biegu udziela Jacek Chudy ; telefonicznie : (+ 48) 34 320 45 06, po 16.00 mobil; 661 288 101 lub pocztą elektroniczną <jacekchudy@o2.pl.>

#### **XI. INSTYTUCJE WSPIERAJĄCE:**

- STAROSTWO POWIATOWE W CZĘSTOCHOWIE
- KATOLICKI KLUB TURYSTYKI AKTYWNEJ W BLACHOWNI
- OCHOTNICZA STRAŻ POŻARNA BLACHOWNIA
- OCHOTNICZA STRAŻ POŻARNA CISIE
- NIEZALEŻNA GRUPA SPORTOWA GRZMIĄCE KIJE KATOWICE
- ACTIVE PROJECT TOMASZ ADAMCZYK TYCHY

#### **XII.SPONSORZY**

- BANK GOSPODARKI ŻYWNOŚCIOWEJ
- POWERADE
- Odlewnia Żeliwa Józef Terlecki -Gruszewnia
- Pralnia WOD-CHEM Blachownia
- Instalatorstwo Elektryczne Blachownia
- RF MONTER Blachownia
- Zakłady Mięsne ALEKSANDRIA
- SCOUT Częstochowa
- EMO FARM Łódź
- OSM MLECZGAL Częstochowa
- Polska Grupa Medyczna Częstochowa
- Lasy Państwowe
- Nadleśnictwo Herby
- MASKPOL Konieczki
- HiZ hurt i detal paliw Blachowni
- Kropla Beskidu
- PSS SPOŁEM Częstochowa
- Henkel
- CERESIT
- DREIER
- New Balance
- Olimpius.pl Częstochowa
- MOELLER ELECTRIC Sp. z o.o. Gdańsk
- TIMEX
- AMY Zdrowa Pościel Dla Twojego Dziecka Dąbrowa Górnicza

#### **XIII.PATRONI MEDIALNI**

- MaratonyPolskie.PL
- Gazeta Wyborcza
- Radio RMF MAXXX
- TV Silesia

#### **XII. DOJAZD Z CZĘSTOCHOWY**

- Autobusy PKS linii 152,151 lub 162 – odjazd z dworca PKS ul. Wolności , stanowisko 20.

**Dyrektor Biegu  
Jacek Chudy  
wraz  
z zespołem organizacyjnym**

