

„NOCNY BIEG DLA NIEPODLEGŁEJ”

Z okazji 100-lecia odzyskania przez Polskę niepodległości, 35-lecia istnienia szkoły przy ulicy Rydla 49 w Szczecinie oraz 10-lecia Centrum Kształcenia Sportowego proponujemy nową formę aktywności fizycznej - nocny bieg, który łączy cechy biegu i biegu na orientację.

Co to za hybryda? Trasa biegu (5-6 km) będzie wyznaczona ciągami pieszymi osiedla Słonecznego w pętli ok. 2,5-3 km. Kierunek biegu zostanie oznaczony przez taśmy, strzałki kierunkowe z farby fluorescencyjnej i pulsujące diody w kolorze niebieskim i białym. Diody będą rozmieszczone co 50-100 m. Takie oznaczenie trasy jest nowym rozwiązaniem i niewątpliwie stanowi atrakcję wydarzenia. Bieg jest rozgrywany w formie indywidualnej, choć rywalizacja będzie grupowa. Start do biegu nastąpi co 30”, a pomiar przeprowadzony będzie w formie elektronicznej (chipy). Taka forma biegu niesie niewiadomą – wygrać może nawet ostatni startujący.

Zapraszamy do wspólnej zabawy. Przetestujcie nasz pomysł. Więcej informacji w regulaminie biegu.

REGULAMIN „NOCNEGO BIEGU DLA NIEPODLEGŁEJ”

Nazwa imprezy:

Nocny Bieg Dla Niepodległej - organizowany z okazji 100-lecia odzyskania przez Polskę niepodległości, 35-lecia istnienia szkoły przy ulicy Rydla 49 w Szczecinie oraz 10-lecia Centrum Kształcenia Sportowego

Cel:

- uczczenie 100. rocznicy odzyskania niepodległości przez Polskę,
- aktywizacja środowisk lokalnych,
- promowanie nowej formy aktywności ruchowej,
- umożliwienie rywalizacji wielopokoleniowej

Termin i godzina:

25 maja 2018, godzina 23:05

Organizator:

UKK CKS „TRYGŁAW”

współorganizatorzy: CKS Szczecin, BnO Szczecin

Warunki uczestnictwa:

- wiek 15-18 lat tylko za pisemną zgodą rodziców
- konieczne wypełnienie zgłoszenia w formie elektronicznej na stronie www.bno.szczecin.pl do 23 maja 2018 roku. Po tym terminie istnieje możliwość zapisania się w biurze zawodów, w dniu startu do ustalonego limitu miejsc. Limit ustalono na 100 osób. Sekretariat zawodów czynny od 21:30 do 22:30 dnia 25 maja 2018 roku
- wpłata opłaty startowej w wysokości **30 zł** na konto **10 1020 4812 0000 0802 0119 9777** z dopiskiem Bieg Nocny Dla Niepodległej

Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność. Zgłoszenie jest jednocześnie potwierdzeniem znajomości regulaminu biegu i oświadczeniem o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w imprezie. Uczestnik wyraża zgodę na publikację zdjęć, wywiadów i danych niezbędnych do promowania, przeprowadzenia i podsumowania imprezy.

Trasa i dystans:

Trasa wytyczona będzie po pieszych ciągach komunikacyjnych osiedla Słonecznego.
Dystans ok.5-6 km w pętli ok. 2,5- 3,0 km.

Przebieg imprezy:

21:30- 22:30 - wydawanie pakietów startowych w CKS Szczecin ul. Rydla 49 (nr startowy, owoc, słodka przekąska, napój)

22:40 - przemarsz uczestników na miejsce startu (Pomnik Niepodległości, os. Słoneczne)

22:50-23:00 - otwarcie imprezy

23:05 - rozpoczęcie biegu, start co 30''

ok. 24:00 - zakończenie biegu

ok.00:15 - ogłoszenie wyników i dekoracja w auli szkolnej CKS Szczecin ulica Rydla 40

Oznaczenie trasy: taśmy, strzałki, oznaczenia farbą fluorescencyjną, pulsujące diody.
Diody pulsujące niebieskim i białym światłem umieszczone co 50-100m. Pomiar elektroniczny w trzech punktach pętli. Bieg odbędzie się przy nieograniczonym ruchu ulicznym.

Kategorie wiekowe:

Kobiety:

K1 15-18, **K2** 19-29, **K3** 30-39, **K4** 40- 49, **K5** 50 i starsze

Mężczyźni:

M1 15-18, **M2** 19-29, **M3** 30-39, **M4** 40-49, **M5** 50-59, **M6** 60 i starsi

Pracownik CKS - 3 najlepsze kobiety i 3 mężczyzn

Dyskwalifikacja:

Za skracanie trasy, utrudnianie innym biegaczom i niewłaściwe zachowanie (używanie wulgaryzmów, zaśmiecanie itp.)

Organizator zapewnia:

Medal pamiątkowy, pomiar elektroniczny, opiekę medyczną, oznakowanie trasy, szatnie i natryski, napoje, owoce.

Medale za miejsce I-III w kategoriach. Losowanie upominków dla uczestników.

Inne:

Interpretacja regulaminu należy do organizatora. Sytuacje nieujęte w regulaminie rozstrzyga organizator. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione w szatni. Impreza nie jest ubezpieczona. Każdy z uczestników powinien posiadać ubezpieczenie indywidualne.

Chipy do zwrotu.

Osoba odpowiedzialna za przygotowanie i przeprowadzenia imprezy:

Karol Radzinski tel. 505-088-941