

REGULAMIN BIEGU

VIII PRZEMYSKA DYCHA STRAŻAKÓW

wliczanego do
**PUCHARU POLSKI STRAŻAKÓW PSP W BIEGACH
O PUCHAR KOMENDANTA GŁÓWNEGO PSP – 2020 r.**

odbywającego się
w ramach przemyskiego biegu ulicznego na dystansie 10 km
„VIII PRZEMYSKA DYCHA”

Przemyśl 20 września 2020 r.

**Prosimy o śledzenie strony biegu www.przemyskadycha.pl,
www.facebook.com/PrzemyskiBiegUliczny , gdzie będą podawane komunikaty
i ewentualne zmiany dotyczące biegu**

1. Cel imprezy:

- popularyzacja biegów masowych jako czynnej i prostej formy rekreacji,
- podnoszenie sprawności fizycznej strażaków,
- promowanie zdrowego stylu życia,
- integracja społeczeństwa ze służbami mundurowymi.

2. Organizator – gospodarz – kontakt:

- Stowarzyszenie „Przemyski Klub Biegacza”
 - 1) Dyrektor Biegu – Mieczysław Jałocha telefon +48 608 511 542
e-mail: m.jalocha@poczta.onet.pl
 - 2) Koordynator Biegu – Daniel Dryniak telefon +48 693 946 448
e-mail: danieldryniak@gmail.com
- Współorganizatorem „VIII Przemyskiej Dychy” Strażaków jest:
 - Komenda Główna Państwowej Straży Pożarnej,
 - Komenda Wojewódzka Państwowej Straży Pożarnej w Rzeszowie,
 - Sportowy Klub Pożarniczy „Strażak” w Rzeszowie,
 - Komenda Miejska PSP w Przemyślu.
- Współgospodarzem Biegu jest Komenda Miejska PSP w Przemyślu.

3. Termin i miejsce:

Zawody odbędą się w dniu 20 września 2020 r. o godz. 11⁰⁰
Start z ul. Rynek (przy Urzędzie Miasta) w Przemyślu.

4. PROGRAM ZAWODÓW

- 10:35 – wspólna rozgrzewka – przy starcie biegu.**
- 10:50 – oficjalne otwarcie imprezy i powitanie uczestników.**
- 11:00 – bieg główny na dystansie 10 km.**
- 13:30 – dekoracja zwycięzców biegu głównego.**

5. TRASA, DYSTANS - biegu głównego

- 10km ulicami miasta - 1 pętla.
- Przebieg trasy biegu według mapki na stronie internetowej biegu.
- Nawierzchnia asfaltowa (około 100m – kostka brukowa).
- Pomiar czasu – elektroniczny, z wykorzystaniem transponderów pomiarowych (chipów) zwrotnych, wsznurowanych w buta. Transpondery będą wydawane nieodpłatnie w biurze zawodów przy weryfikacji wraz z pakietem startowym w sobotę, 19 września 2020 r. w godz. 16:00 – 20:00 oraz w niedzielę, 20 września 2020 r. w godz. 7:30 – 10:30.
- Trasa posiada atest PZLA, będzie oznakowana co 1km znakami pionowymi.
- Zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący 90 minut. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w regulaminowym czasie zobowiązani są do opuszczenia trasy, zdjęcia numeru startowego oraz zwrotu transpondera pomiarowego (chip) do punktu zwrotu przy mecie lub do biura zawodów.
- Zawodnicy którzy nie ukończyli biegu lub nie zmieścili się w limicie czasu nie będą ujęci w klasyfikacji końcowej biegu.
- Klasyfikacja zawodników w klasyfikacji generalnej odbywa się wg czasów brutto, klasyfikacja w kategoriach wiekowych wg czasów netto.

6. Biuro zawodów, szatnie, depozyty:

- Biuro zawodów, znajdować się będzie w budynku byłego Gimnazjum nr 2, ul. Ratuszowa 1 Przemyśl.
- Biuro zawodów czynne w sobotę, 19 września 2020 r. w godz. 16:00 – 20:00 oraz w niedzielę, 20 września 2020 r. od godz. 7:30
- Z powodu reżimu sanitarnego nie będą czynne szatnie, depozyt i prysznice.

7. Klasyfikacja:

I. Klasyfikacja indywidualna mężczyzn w nw. kategoriach wiekowych:

- kategoria OPEN,
- kategoria A: do 29 lat,
- kategoria B: 30 - 39 lat,
- kategoria C: 40 lat i powyżej.

O przynależności do danej kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia.

II. Klasyfikacja indywidualna kobiet – generalna, bez podziału na kategorie wiekowe.

8. Warunki uczestnictwa:

W biegu mogą uczestniczyć wszystkie osoby zatrudnione w jednostkach organizacyjnych PSP (strażacy, pracownicy cywilni, studenci) oraz emeryci PSP po przedłożeniu właściwej i aktualnej legitymacji służbowej lub zaświadczenia o zatrudnieniu w dniu biegu z dokumentem tożsamości.

9. Zgłoszenia zapisy i opłaty:

- W biegu głównym prawo startu mają osoby, które wypełniły formularz zgłoszeniowy, wpłaciły wpisowe
- Limit uczestników biegu głównego na dzień 25 lipca 2020 r. 250 osób i może ulec zwiększeniu w przyszłości w zależności od aktualnie obowiązujących przepisów do 500 osób.
- Szczegóły startu zgodnie zobowiązującymi wymogami sanitarno – epidemiologicznymi zostaną podane w osobnym komunikacie.
- Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia zapisów w przypadku wypełnienia limitu zgłoszeń lub z innych niezależnych od organizatora powodów.
- Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu oraz okazanie dokumentu tożsamości, celem weryfikacji danych osobowych.
- Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym pociągającym za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość obrażeń ciała i urazów fizycznych, w tym śmierci.
- Przekazanie organizatorowi podpisanej karty zgłoszenia oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w imprezie i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko startując w biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność.
- Pobranie numeru startowego przez zawodnika oznacza, że zapoznał się z regulaminem biegu i akceptuje go i zobowiązuje się do jego przestrzegania.
- Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać widoczne numery startowe przymocowane do koszulek sportowych na piersiach oraz transpondery pomiarowe (chipy) wsznurowane w buta, pod groźbą dyskwalifikacji.
- **Zapisy do biegu głównego** odbywają się przy pomocy formularza elektronicznego dostępnego na stronie <http://przemyskadycha.pl/> do dnia 10 września 2020 r. po wpłaceniu wpisowego lub osobiście 19 i 20 września 2020 r. w biurze zawodów – **tylko w przypadku wolnego limitu zgłoszeń**. Organizator może odmówić przyjęcia zgłoszenia z innych przyczyn.
- Uczestnicy biegu głównego na 10km zobowiązani są do wpłacenia wpisowego:

Pakiet podstawowy (udział w biegu, worek, numer startowy)

- o 30 zł – przy wpłacie na konto do dnia 5 sierpnia 2020 r.
- o 35 zł – przy wpłacie na konto do dnia 25 sierpnia 2020 r.
- o 40 zł – przy wpłacie na konto do dnia 8 września 2020 r.
- o 60 zł – przy wpłacie w biurze zawodów.

Pakiet z koszulką (udział w biegu, worek, numer startowy, koszulka techniczna firmy ATTIQ)

- o 50 zł – przy wpłacie na konto do dnia 5 sierpnia 2020 r.
- o 60 zł – przy wpłacie na konto do dnia 25 sierpnia 2020 r.
- o 70 zł – przy wpłacie na konto do dnia 8 września 2020 r.
- o 100 zł – przy wpłacie w biurze zawodów.

- Opłatę startową należy wpłacać poprzez system online.
- W momencie zaksięgowania wpłaty, uczestnikowi zostaje nadany numer startowy.
- W przypadku rezygnacji z uczestnictwa opłata startowa nie podlega zwrotowi.
- Jest możliwość przeniesienia opłaty startowej na inną osobę.

10. Finansowanie:

- Koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy i sponsorzy,
- W ramach opłaty startowej organizator zapewnia:
 - elektroniczny pomiar czasu,
 - numer startowy,
 - koszulkę techniczną (w przypadku wybrania opcji z koszulką)
 - worek,
 - agrafki,
 - pamiątkowy medal,
 - napoje na trasie i mecie,
 - słodki poczęstunek na mecie.

11. Nagrody:

- zawodnicy, którzy zajmą trzy pierwsze miejsca w kategorii OPEN oraz w każdej grupie wiekowej otrzymają (trofea medale puchary i dyplomy).
- Nagrody w klasyfikacji OPEN i grupach wiekowych nie dublują się.

12. Komisja sędziowska:

Obsługę Zawodów stanowi Komisja wyznaczona przez organizatora.

13. Postanowienia końcowe:

- szczegółowych informacji dotyczących zawodów udziela: st. bryg. Daniel Dryniak pod numerem tel. kom: 693 946 448,
- w sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem zastosowanie ma regulamin Przemyskiej Dychy umieszczony na stronie internetowej www.przemyskadycha.pl
- przebieg trasy oraz profil trasy na ww. stronie internetowej,
- puchary w poszczególnych kategoriach PSP zostaną przygotowane na podstawie zgłoszeń i zaksięgowanych opłat na dzień 12 września 2020 r.