

15. EDF Maraton Energetyków

5. Mistrzostwa Pracowników Grupy EDF

17. Grand Prix Energetyków w biegach przełajowych

10. Polsko-Czeski Puchar Biegowy RYBOST CUP

4. Grand Prix Energetyków w NW.

Organizator: Sekcja Biegów Długodystansowych ENERGETYK Rybnik

Kontakt: sbdenergetyk@gmail.com ; tel. 793 687 666

asia-sbd@wp.pl; tel. 669 776 757

Dystans: 42,195 km (atest geodezyjny) – agrafka + 14 pętli
alternatywnie – dowolna wielokrotność 3 km bez deklarowania dystansu
(Bieg oraz Nordic Walking)

Miejsce startu: Rybnik-Grabownia

Termin: niedziela **13.08.2017 r.**,
start biegu : **godz. 9:00**
start Nordic Walking : **godz. 8.00**

UWAGA: JEŚLI PRZEWIDYWANE BĘDĄ W TYM DNIU BARDZO WYSOKIE TEMPERATURY ORGANIZATOR MOŻE ZMIENIĆ GODZINĘ STARTU (I ODPOWIEDNIO GODZ. OTWARCIA BIURA ZAWODÓW) NA WCZEŚNIEJSZĄ. INFORMACJA TA ZOSTANIE PODANA NA NASZYM FAN PAGE'U FB ORAZ W MIARĘ MOŻLIWOŚCI DROGĄ MAILOWĄ.

Biuro zawodów: w godz. 7.00 – 8.30 Rybnik – Grabownia, ul. Wiktora Poloczka (camping na końcu ulicy)
Zawodnicy NW powinni stawić się w Biurze zawodów najpóźniej do godz 7:30

Parking: w rejonie miejsca startu (bezpłatny) – parkowanie wzdłuż drogi z bruku po lewej stronie, prawa musi pozostać wolna.

Trasa: 3-km pętla wokół zbiornika wodnego Grabownia,
oznakowana co 1 km

Nawierzchnia: trudna, urozmaicona – ścieżki leśne, żwirowe, trylinka, asfalt, bruk

Profil: lekko pagórkowaty, różnica wzniesień na pętli - 7,5 m

Punkty odżywcze: punkt odżywczy – co 3 km, zawierał będzie: wodę, colę, izotonik, banany, pomarańcze, arbuzy, herbatniki, czekoladę (zależnie od temperatury)

Limit czasowy: 6 godzin (bieg), 7 godzin (nordic walking)

Limit wieku: brak

Pomiar czasu: elektroniczny (**TimeSport**)

- Każdy zawodnik otrzyma **zwrotny chip**.
- za zniszczenie lub zgubienie chipa jest pobierana opłata w wysokości 5 zł
- Chip należy zamocować do buta

Wpisowe: Wpisowe jest przeznaczone na wydatki poniesione na minimalne zabezpieczenie i przygotowanie imprezy biegowej pod względem sportowym.

50 zł przy zgłoszeniu drogą internetową i opłacie dokonanej przelewem w terminie do 06.08.2017r:

35 zł dzieci i młodzież do 18 lat oraz członkowie SBD przy zgłoszeniu drogą internetową i opłacie dokonanej przelewem do 06.08.2017r

60 zł opłata w dniu zawodów (bez względu wiek, czy przynależność klubową)

bezpłatnie dzieci do 10 lat oraz członkowie klubu SBD biorący udział w organizacji zawodów, pracownicy EDF zgłoszeni w terminie.

Płatność:

- przelewem na rachunek bankowy Fundacji EDF Polska:

77 1560 0013 2353 6765 9000 0006

Ważne!

W tytule wpłaty wpisać: Maraton Energetyków-Imię i Nazwisko

By otrzymać fakturę należy dodatkowo w tytule dopisać „faktura”

Dane do FV proszę przesłać na adres mailowy organizatora (asia-sbd@wp.pl; sbdenergetyk@gmail.com)

Faktura będzie do odbioru w dniu zawodów lub przesłana pocztą.

- Gotówką w biurze zawodów podczas weryfikacji w dniu biegu

Termin zgłoszeń: **do niedzieli 06.08.2017 r**

Przez stronę internetową:

<http://time-sport.pl/bieg/15-edf-maraton-energetykow/>

Przyjęcie każdego zgłoszenia zostanie potwierdzone mailem zwrotnym.

Po tym terminie zgłoszenia przyjmowane będą jedynie na miejscu w biurze zawodów za

naliczeniem podwyższonej opłaty startowej (nie ma limitu ilości startujących zawodników, każdy chętny wystartuje)

Nagrody: za miejsca I-III w kategoriach **OPEN mężczyzn i kobiet – bieg** - puchary;
za miejsca I-III w kat. **Pracowników Grupy EDF mężczyzn i kobiet – bieg** - puchary;
za miejsca I-III w kategoriach **OPEN mężczyzn i kobiet – NW** - puchary;
za miejsca I-III w kat. **Pracowników Grupy EDF mężczyzn i kobiet – NW** - puchary;
za miejsca I-III w kat. Bieg z Psem mężczyzn i kobiet – oba dystanse – dyplomy
Medale pamiątkowe dla wszystkich uczestników
Dla najmłodszych dzieci paczki

punkty do **17. Grand Prix Energetyków w biegach przełajowych,**

10. RYBOST CUP oraz do **4. Grand Prix Energetyków w NW**

Regulaminy GPE oraz RYBOST CUP dostępne na naszej stronie internetowej:

<http://www.sbd-energetyk.pl/zawody2017>

koszulka – dla zapisanych droga internetową do 06.08.2017r

W przypadku, gdy zapas koszulek nie zostanie wyczerpany dla zapisanych drogą internetową, zostaną one wydane wraz z pakietami startowymi pierwszym zgłoszonym zawodnikom w dniu biegu w biurze zawodów.

Dodatkowo przyznany zostanie Puchar Prezessa za najwięcej wybieganych kilometrów w rywalizacji endomondo „Trenujemy z Energetykiem do 15 Maratonu Energetyków” (bieg oraz NW). Zwycięzca otrzyma także darmowy start w naszych zawodach.

Kategorie wiekowe: Kategorie wiekowe dla biegów oraz dla NW (K-kobiety, M-mężczyźni):

- K0/M0 - (do 9 lat) - 2008 i młodsi
- K10/M10 - (10-15 lat) – 2007 -2002
- K16/M16 - (16-19 lat) - 2001-1998
- K20/M20 - (20-29 lat) - 1997-1988
- K30/M30 - (30-39 lat) -1987-1978
- K40/M40 - (40-49 lat) -1977-1968
- K50/M50 - (50-59 lat) - 1967-1958
- K60/M60 - (60-69 lat) - 1957-1948
- K70/M70 - (70 lat i więcej) - 1947 i starsi

Nordic Walking: W ramach zawodów prowadzona będzie również klasyfikacja Nordic Walking. Impreza zaliczana jest do 4 Grand Prix Energetyków w NW.

Na trasie znajdować się będą sędziowie, którzy będą pilnować prawidłowej techniki chodu Nordic Walking, a w szczególności czy dochodzi do załamania zasad fair play zwłaszcza poprzez wszelkie formy podbiegania. Sędziowie mogą użyć upomnienia słownego, przyznać zawodnikowi żółtą kartkę z 3 minutową karą (maksymalnie zawodnik może otrzymać 2 żółte kartki, 3 kartka jest jednoznaczna z dyskwalifikacją

zawodnika) oraz w jawnych przypadkach podbiegania od razu zdyskwalifikować zawodnika. Zdyskwalifikowany zawodnik nie będzie mógł ukończyć trasy zawodów. Decyzja sędziów jest niepodważalna i nie ma możliwości od niej odwołania. W przypadku startu w słuchawkach zawodnik musi mieć przynajmniej jedno ucho odkryte (bez słuchawki), tak by było możliwe upomnienie słowne sędziego. Ponieważ zawody mają charakter koleżeński i mają zachęcać do uprawiania NW oraz starów w zawodach wszystkich (zarówno tych zaawansowanych jak również amatorów, którzy nie ukończyli kursów poprawnej techniki chodu) sędziowie surowszym okiem będą patrzeć na zawodników z czołówki, natomiast łagodniej potraktują zawodników ze środka stawki i dalszych. Zawodnik, który wykaże się najlepszym stylem podczas zawodów, niezależnie od zajętej pozycji zostanie wyróżniony i otrzyma puchar.

MARATON ENERGETYKÓW Z PSEM

✓ Do biegu dopuszcza się każdego psa, który:

- ma powyżej 1 roku, ale nie osiągnął wieku 9 lat; jeżeli pies jest starszy lub młodszy, może wystartować tylko po okazaniu zaświadczenia od lekarza weterynarii o braku przeciwwskazań do startu na określonym dystansie;
- prowadzony jest na smyczy lub na lince z amortyzatorem, w szelkach lub obroży
- posiada aktualne szczepienie przeciw wściekliźnie (do wglądu organizatorów przy stracie)
- w przypadku suk zabrania się: startu suk w ciąży, suk do 6 tygodni po porodzie, suk w okresie rui
- nie wykazuje przeciwwskazań zdrowotnych do wzięcia udziału w biegu
 - Przez cały czas trwania imprezy tj. od przybycia zawodnika na miejsce, aż po wyjazd, zawodnik ma obowiązek trzymać psa/psy na smyczy.
 - Każdy zawodnik odpowiada za zachowanie swojego psa oraz ewentualne szkody przez niego wyrządzone.
 - Podczas zawodów zabronione jest zmuszanie psa do marszu oraz jakiegokolwiek działanie powodujące ból lub stres u zwierzęcia.
 - W przypadku braku możliwości kontynuowania zawodów przez psa zawodnik ma obowiązek zejść z trasy i powiadomić o tym organizatora.
 - Zabrania się startu psa w kagańcu, kolczatce lub obroży zaciskowej!

Po biegu:

przyznanie medali (bezpośrednio po przekroczeniu linii mety);
dekoracja zwycięzców (w miejscu startu/mety) - wstępnie wręczanie nagród przewidziane jest na godz. 14:30 – 15.00);
Posiłek regeneracyjny (grill) i spotkanie integracyjne biegaczy.

Można zabrać koce – istnieje możliwość piknikowania ;-)

Uwagi:

Bieg ma charakter koleżeński i tylko w takiej formie należy go postrzegać.

Uczestnicy Biegu są zobowiązani do przestrzegania niniejszego regulaminu, przepisów Polskiego Związku Lekkiej Atletyki, ogólnych zasad bezpieczeństwa i stosowania się do poleceń organizatorów.

Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

Organizator nie ubezpiecza zawodników w czasie trwania zawodów.

Zawodnicy biegną całkowicie na własną odpowiedzialność; potencjalne urazy, czy szkody wynikłe z udziału w zawodach nie będą powodem żadnych roszczeń wobec organizatora imprezy.

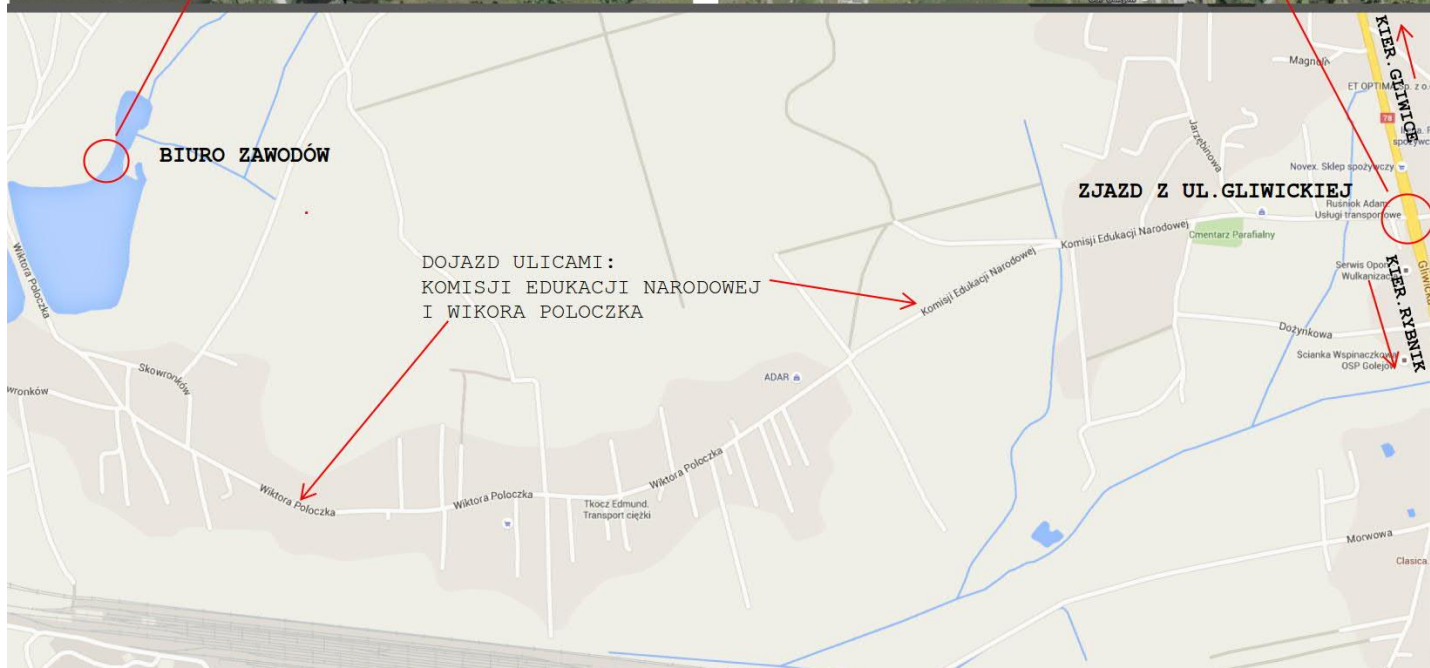
Pobranie numeru startowego jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu.

Podczas odbioru pakietu startowego zawodnicy zobowiązani są do podpisania oświadczenia, że są świadomi zagrożeń mogących pojawić się w związku ze startem w biegu oraz że ich stan zdrowia pozwala na udział w tym biegu. W razie jakichkolwiek wątpliwości co do swojego zdrowia i związanej z nim możliwości uczestnictwa w biegu, zawodnik obowiązany jest we własnym zakresie zasięgnąć przed startem opinii lekarza.

Odpowiedzialność za osoby niepełnoletnie biorące udział w biegu biorą ich rodzice lub opiekunowie podpisując w biurze zawodów stosowne oświadczenie.

Wszelkie sprawy sporne rozstrzyga Organizator i zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w niniejszym regulaminie.

W miejscu zawodów brak zaplecza sanitarnego (prysznic, przebieralni itp.), ale dla wszystkich chętnych, zarówno przed biegiem jak i po nim w pełni będą dostępne i przygotowane szatnie i natryski w Klubie Energetyka przy ul. Podmiejskiej (około 7 km od miejsca startu/mety) – dojazd indywidualnie na własną rękę.



Partnerzy:



