

# 16 Potworny Bieg Zimowy 12.02.2017r

17 Grand Prix Energetyków w biegach przełajowych  
10 Polsko-Czeski Puchar Biegowy RYBOST CUP  
4 Grand Prix Energetyków w Nordic Walking

- Organizator: Sekcja Biegów Długodystansowych ENERGETYK Rybnik  
tel. 793 687 666; [sbdenergetyk@gmail.com](mailto:sbdenergetyk@gmail.com)  
669 776 757 [asia-sbd@wp.pl](mailto:asia-sbd@wp.pl)
- Dystans: bieg główny:  
Bieg na dystansie 10 km  
Biegi dodatkowe:  
Bieg na dystansie 5km  
Nordic Walking na dystansie 5 km
- Biuro zawodów: Fundacja EDF Polska, Klub Energetyka, ul. Podmiejska, Rybnik-Rybnicka Kuźnia;  
czynne w dniu biegu od godz. 8:15 do godz. 9:30
- Parking: parking przy Klubie Energetyka/Pływalni krytej (bezpłatny);
- Zaplecze socjalne: Zapewniamy szatnie, prysznice oraz depozyt.  
W bezpośredniej bliskości biura zawodów znajduje się kryta pływalnia z której można skorzystać – niestety na własny koszt ;-)
- Termin: **niedziela 12.02.2017r**  
**10:00 start honorowy**  
(wspólne przejście spod Klubu Energetyka na miejsce ostrego startu).  
Start ostry przy torze speedrowerowym (obok sklepu Biedronka przy ul. Św Maksymiliana 28)  
**10:15 start ostry dla biegaczy**  
**10:20 start ostry dla NW**
- Trasa: 2 pętle wałami rzeki Ruda  
(pętla: tor speedrowerowy przy ul. Podmiejskiej/Św.Maksymiliana – mostek przy gimnazjum nr 4 – wał rzeki Ruda - most na ul. Gliwickiej – powrót drugą stroną rzeki Ruda z powrotem do toru speedrowerowego)
- Nawierzchnia: żwirowa, leśna, trawiasta, śladowa ilość asfaltu (w przypadku śniegu/błota – coś trzeba lecieć i szlak przecierać :-)
- Profil: praktycznie płaski
- Punkt odżywczy: brak
- Limit czasowy: brak
- Limit wieku: brak
- Limit uczestników: brak

- Pomiar czasu: elektroniczny (Time Sport)
- Każdy zawodnik otrzyma zwrotny chip.
  - za zniszczenie lub zgubienie chipa jest pobierana opłata w wysokości 5 zł
  - Chip należy zamocować do buta, prawidłowe zamocowanie chipa gwarantuje sklasyfikowanie w wynikach
- Wpisowe: **35 zł przy zgłoszeniu drogą internetową i opłacie dokonanej przelewem w terminie do 05.02.2017r**  
**25 zł dzieci i młodzież do 18 lat oraz członkowie SBD przy zgłoszeniu drogą internetową i opłacie dokonanej przelewem do 05.02.2017r**  
**45 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
- Płatność:
- przelewem na rachunek bankowy Fundacji EDF Polska:  
77 1560 0013 2353 6765 9000 0006.  
Ważne!  
W tytule wpłaty wpisać: Potworny Bieg Zimowy - Imię i Nazwisko  
By otrzymać fakturę należy dodatkowo w tytule dopisać „faktura”  
Dane do FV proszę przesłać na adres mailowy organizatora.  
Faktura będzie do odbioru w dniu zawodów.
  - Gotówką (podwyższona opłata) w biurze zawodów podczas weryfikacji w dniu biegu
- Termin zgłoszeń: **do niedzieli 05.02.2017r**
- Przez stronę internetową:  
<http://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=2764>
- Przyjęcie każdego zgłoszenia zostanie potwierdzone mailem zwrotnym.  
Po tym terminie zgłoszenia przyjmowane będą jedynie na miejscu w biurze zawodów za naliczeniem podwyższonej opłaty startowej

Nagrody: I-III miejsca w biegu na 10 km w kategorii OPEN mężczyzn, kobiet – puchary  
I-III miejsca w biegu na 5 km w kategorii OPEN mężczyzn, kobiet – puchary  
I-III miejsca w Nordic Walking w kategorii OPEN mężczyzn, kobiet – puchary  
**Medale pamiątkowe dla wszystkich uczestników dla najmłodszych dzieci paczki**  
punkty do **17. Grand Prix Energetyków w biegach przełajowych**,  
punkty do **4. Grand Prix Energetyków w NW**,  
oraz do **10. RYBOST CUP**

Regulaminy GPE oraz RYBOST CUP dostępne na naszej stronie internetowej:

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

Dodatkowo przyznany zostanie Puchar Prezessy oraz darmowy udział w zawodach za najwięcej wybieganych kilometrów w rywalizacji endomondo „Trenujemy z Energetykiem do 16 Potwornego Biegu Zimowego” oraz taka sama nagroda w rywalizacji dla nordic walking.

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

Przy czym:

- Przy zaliczeniu do odpowiedniej kategorii wiekowej przyjmuje się rok urodzenia
- Zwycięzcy klasyfikacji Open nie będą uwzględniani w kategoriach wiekowych,
- W kategoriach wiekowych zwycięzcom wręczone zostaną oryginalne dyplomy (nie przewiduje się pucharów)
- Kategorie wiekowe nie mają wpływu na zliczanie punktów do rywalizacji GPE oraz RYBOSTU

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.

Wyniki: zostaną zamieszczone na stronie <http://time-sport.pl>, naszej klubowej stronie <http://www.sbd-energetyk.pl/zawody2017> oraz w portalu maratony-polskie.pl, a także na dedykowanym wydarzeniu na naszym fan page'u.

Po biegu: przyznanie medali (bezpośrednio po przekroczeniu linii mety);  
dekoracja zwycięzców (w miejscu startu/mety) - wstępnie wręczanie nagród przewidziane jest ok godz. 12:15);  
Ciepły posiłek regeneracyjny i spotkanie integracyjne biegaczy przy ciastkach, kawie, herbacie.

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 będą biegali 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.

Partnerzy:



Fundacja EDF Polska



Nadleśnictwo Rybnik



**TIMESPORT**



