

16. Maraton Energetyków Fundacji PGE Energia Ciepła

1. Mistrzostwa Pracowników PGE Energia Ciepła

18. Grand Prix Energetyków w biegach przełajowych

11. Polsko-Czeski Puchar Biegowy RYBOST CUP

5. Grand Prix Energetyków w NW.

Organizator: Sekcja Biegów Długodystansowych ENERGETYK Rybnik

Partner:



Kontakt:

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

sbdenergetyk@gmail.com ; tel. 793 687 666

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 **5.08.2018 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) <ul style="list-style-type: none"> • Każdy zawodnik otrzyma zwrotny numer startowy. • za zniszczenie lub zgubienie numeru jest pobierana opłata w wysokości 5 zł
Wpisowe:	Wpisowe jest przeznaczone na wydatki poniesione na minimalne zabezpieczenie i przygotowanie imprezy biegowej pod względem sportowym.
	45 zł przy zgłoszeniu drogą internetową i opłacie dokonanej przelewem w terminie do 29.07.2018r:
	30 zł dzieci i młodzież do 18 lat oraz członkowie SBD przy zgłoszeniu drogą internetową i opłacie dokonanej przelewem do 29.07.2018r
	55 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 PGE Energia Ciepła zgłoszeni w terminie.

Płatność:

- przelewem na rachunek bankowy Fundacji PGE Energia Ciepła:
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)

Faktura będzie do odbioru w dniu zawodów lub przesłana pocztą.

- Gotówką w biurze zawodów podczas weryfikacji w dniu biegu

Termin zgłoszeń: **do niedzieli 29.07.2018 r**

Przez stronę internetową:

<http://zapisy.time-sport.pl/16-maraton-energetykow-fundacji-pge-energia-ciepla-v2495.pl.html>

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 PGE mężczyzn i kobiet – bieg** - puchary;
za miejsca I-III w kategoriach **OPEN mężczyzn i kobiet – NW** - puchary;
za miejsca I-III w kat. **Pracowników PGE mężczyzn i kobiet – NW** - puchary;
za miejsca I-III w kat. Bieg z Psem mężczyzn i kobiet – dyplomy

Medale pamiątkowe dla wszystkich uczestników

Dla najmłodszych dzieci paczki

punkty do **18. Grand Prix Energetyków w biegach przełajowych,**

11. RYBOST CUP oraz do **5. Grand Prix Energetyków w NW**

Regulaminy GPE oraz RYBOST CUP dostępne na naszej stronie internetowej:

http://sbd-energetyk.pl/viewpage.php?page_id=2

koszulka – dla zapisanych droga internetową do 29.07.2018r

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 przyznane zostaną Puchary Prezessy za najwięcej wybieganych i wychodzonych kilometrów w rywalizacji endomondo „Trenujemy z Energetykiem do 16 Maratonu Energetyków” (bieg oraz NW; osobno dla kobiet i mężczyzn). Zwycięzcy otrzymają także darmowy start w naszych zawodach. W przypadku gdy zwycięzca dokona wcześniej wpłaty, powinien skontaktować się przed zawodami (najpóźniej dzień wcześniej z organizatorem : 669776757)

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

- K0/M0 - (do 9 lat) - 2009 i młodsi
- K10/M10 - (10-15 lat) – 2008 -2003
- K16/M16 - (16-19 lat) - 2002-1999
- K20/M20 - (20-29 lat) - 1998-1989
- K30/M30 - (30-39 lat) -1988-1979
- K40/M40 - (40-49 lat) -1978-1969
- K50/M50 - (50-59 lat) - 1968-1959
- K60/M60 - (60-69 lat) - 1958-1949
- K70/M70 - (70 lat i więcej) - 1948 i starsi

Nordic Walking: W ramach zawodów prowadzona będzie również klasyfikacja Nordic Walking. Impreza zaliczana jest do 5 Grand Prix Energetyków w NW. 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) prosimy o rywalizację fair play.

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 wściekliznie (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.

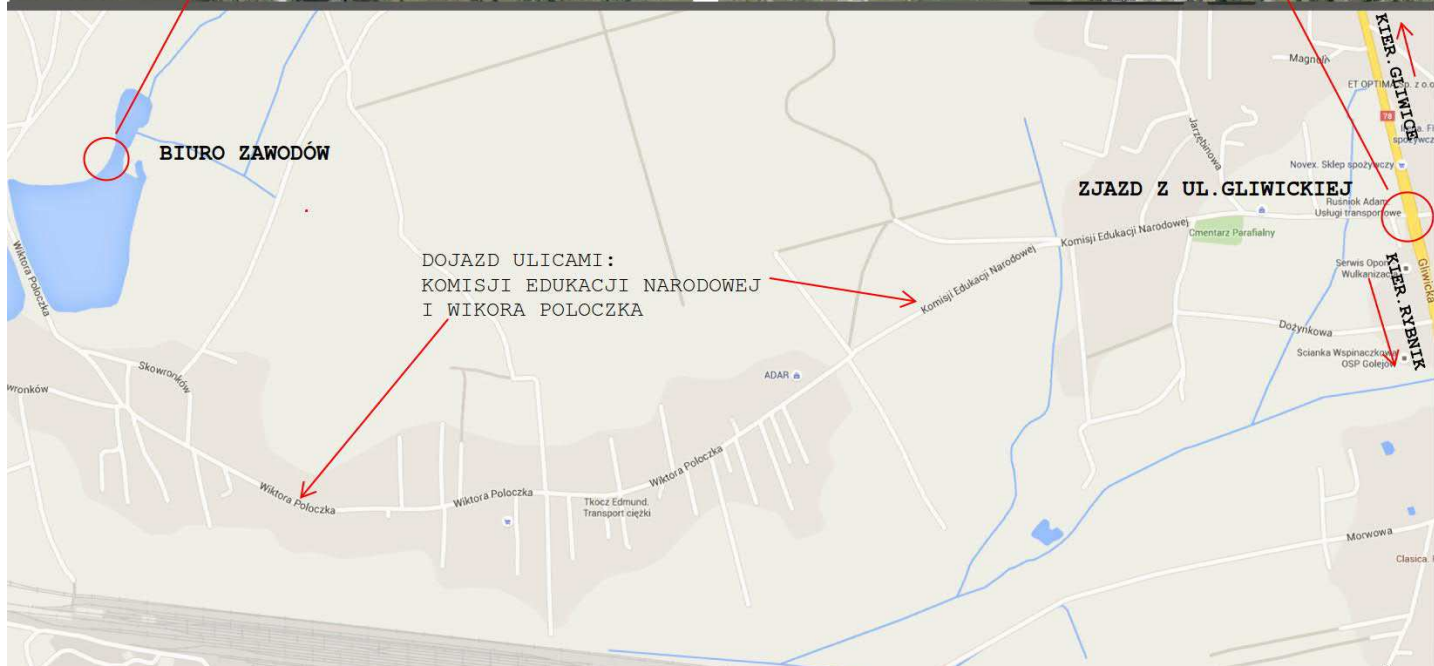
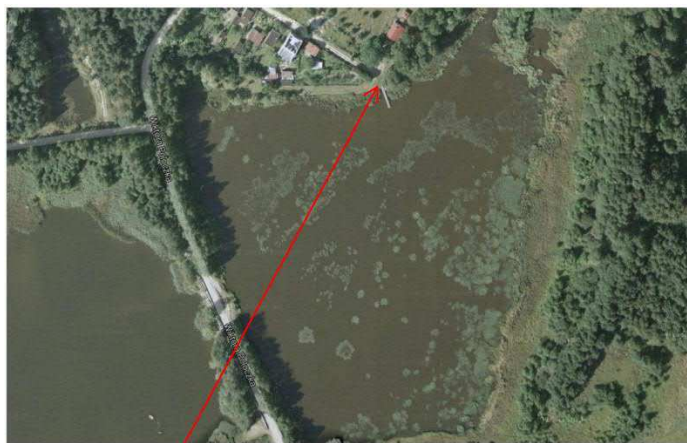
Pobranie numeru startowego jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu.

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.



Partner:



Fundacja PGE
Energia Ciepła