



REGULAMIN

RUN GYM II **Hardcorowy Trening Obwodowy**

27 lipca 2018

Stadion Miejski im. Kazimierza Deyny
w Starogardzie Gdańskim

1. ORGANIZATOR

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Starogardzie Gdański

KONTAKT:

Telefon: 533 236 148

Email: osir@osir.com.pl

www.osir.com.pl

www.elektronicznezapisy.pl

2. WSPÓLORGANIZATORZY

- Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Starogardzie Gdańskim
- Falanga Starogard Gdański

3. CEL IMPREZY

- Promocja aktywności fizycznej i zdrowego trybu życia wśród mieszkańców Pomorza, powiatu Starogardzkiego, gminy Starogard oraz miasta Starogard Gdański.
- Integracja rodzin poprzez sport i wszelką aktywność fizyczną.

4. TERMIN, MIEJSCE

27 lipca 2018, godz. 16.00

Stadion Miejski im. K. Deyny w Starogardzie Gdańskim

5. TRASA, DYSTANS

TRASA 1: RUNGYM KIDS

- Min. 8 stacji, które znajdować się będą na Terenie Ośrodka Sportu i Rekreacji
- Zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący 60 minut.
- Start godz. 16:30

TRASA 2 : RUNGYM

- Min. 12 stacji które znajdować się będąca terenie Ośrodka Sportu i Rekreacji
- Zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący 60 minut.
- Start godz. 18.00
- W przypadku gdy zawodnik nie czuje się na siłach aby pokonać kolejną stację, dopuszcza się możliwość skorzystania z dwóch „kół ratunkowych” w postaci wykonania ćwiczenia zastępującego- zadanego przez sędziego (np. pajacyki, padnij- powstań, przysiady itp.)
- Nie wykonanie więcej niż 2 stacji skutkuje nie zaliczeniem trasy.

6. BIURO ZAWODÓW, SZATNIE, DEPOZYTY

- Adres biura zawodów, szatni oraz depozytów:
Stadion Miejski im. K. Deyny ul. Olimpijczyków Starogardzkich 1 83-200 Starogard Gd. - trybuna stadionu (od godz. 15:00 - 20:30)
- Za rzeczy wartościowe pozostawione w depozycie organizator nie odpowiada.

7. KLASYFIKACJA

- Organizator nie przewiduje klasyfikacji zawodników.
- Nagrody zostaną przyznane uczestnikom w drodze losowania za ukończenie treningu.

8. UCZESTNICTWO

- W RUNGYM KIDS udział mogą wziąć dzieci w wieku 6 - 12 lat (pod opieką opiekuna).
- W RUNGYM udział wziąć mogą uczestnicy, którzy ukończyli 18 lat (urodzeni przed 27 lipca 2000 roku)
- Warunkiem dopuszczenia zawodnika będzie własnoręcznie podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w treningu oraz okazanie dokumentu tożsamości, celem weryfikacji danych osobowych.
- Zawodnicy startują w na własną odpowiedzialność.
- Limit uczestników:
RUNGYM KIDS - 20 osób
RUNGYM - 40 osób

9. ZGŁOSZENIA, OPŁATY

- Zapisy odbywają się przy pomocy formularza zgłoszeniowego dostępnego na stronie www.elektronicznezapisy.pl do dnia **26.07.2018** lub osobiście 27 lipca 2018 roku w biurze zawodów o ile będą jeszcze wolne miejsca.
- Wpisowe za udział w RUNGYM KIDS wynosi 15 zł , a w RUNGYM 30 zł.
- Opłatę wpisowego dokonać można osobiście w biurze OSiR pon-pt w godzinach 7.00-15.00 lub przelewem na konto bankowe: Ośrodek Sportu i Rekreacji w Starogardzie Gdański Bank Spółdzielczy w Starogardzie Gdańskim nr konta: 95 8340 0001 2002 3010 6817 0001
- Za zgłoszenie uważa się uiszczenie opłaty wpisowej.

10. NAGRODY

Nagrody rzeczowe dla uczestników treningu zostaną rozdane w drodze losowania.

11. PAKIET STARTOWY

W ramach wpisowego każdy uczestnik otrzyma:

- koszulkę,
- posiłek regeneracyjny
- gadżet niespodziankę.

12. BEZPIECZEŃSTWO

- Ze względu na charakter treningu obwodowego, każdy z uczestników podejmuje się wyznaczonych zadań i przeszkód na trasie. Liczy się z ewentualnymi zadrapaniami, otarciami i kontuzjami wynikającymi z pokonywania kolejnych stacji, a Organizator nie ponosi odpowiedzialności za urazy nabyte podczas trwania turnieju.
- Spożywanie alkoholu, palenie tytoniu oraz zażywanie jakichkolwiek środków

psychoaktywnych podczas imprezy jest zabronione.

- Personel nie posiada przeszkolenia medycznego. W razie jakichkolwiek wątpliwości wezwany zostanie niezwłocznie personel medyczny. Niezależnie od powyższego, Organizator zastrzega sobie prawo do ściągnięcia z trasy zawodników w stanie, który uzna za wymagający interwencji medycznej.
- Uczestnik oświadcza, że zrzeka się wszelkich pretensji lub roszczeń finansowych względem Organizatora w przypadku ujawnienia jakichkolwiek zmian w stanie zdrowia uczestnika w związku z wzięciem udziału w treningu.
- W przypadku złamania powyższego zakazu Organizator ma prawo do wyciągnięcia konsekwencji prawnych w stosunku do uczestnika.

11. UWAGI KOŃCOWE

- Wszystkich uczestników obowiązuje niniejszy Regulamin.
- Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb organizatora i rozpowszechnianie swojego wizerunku na materiałach filmowych i fotograficznych z imprezy.
- Organizator nie zapewnia opieki lekarskiej w trakcie trwania imprezy.
- Zaleca się posiadanie aktualnych badań lekarskich.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.
- Interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.
- Kontakt: Monika Kępin : m.kelpin@sir.com.pl
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu.

PROGRAM IMPREZY RUNGYM II

27.07.2018 r.

- 15.00 - 17.45 Wydawanie pakietów startowych i przyjmowanie zgłoszeń
- Stadion Miejski im. K. Deyny
- 16.30 - 17.30 Start RUNGYM KIDS
- 17.45 - Wręczenie nagród RUNGYM KIDS - Stadion Miejski im. K. Deyny
- 18.00 - Start RUNGYM
- 20:45 - Wręczenie nagród RUNGYM - Stadion Miejski im. K. Deyny
- ok godz. 21:00 zakończenie imprezy

ORGANIZATOR:



SPONSOR TYTULARNY:



PARTNERZY:



SPONSORZY:

