

## 5.Mielecka Impreza Turystyczna Regulamin, Informacje

28 maja 2017 roku zapraszamy na parking położony przy drodze Mielec – Rzeszów, tj. parking leśny przy rondzie na skrzyżowaniu drogi Mielec – Kolbuszowa z obwodnicą Dębica – Tarnobrzeg (współrzędne 50°16'42.9"N 21°29'54.0"E)

### TERMIN

28 maja 2017

### MIEJSCE

Lasy na wschód od Mielca

Centrum zawodów: Mielec – Parking leśny przy rondzie na skrzyżowaniu dróg Mielec – Kolbuszowa oraz obwodnicy Dębica – Tarnobrzeg (współrzędne 50°16'42.9"N 21°29'54.0"E)  
W centrum: biuro zawodów, start i meta, ognisko na zakończenie, rozdanie nagród i dekoracja

### ORGANIZATOR

Mielecki Klub Górski „Carpatia”

### UCZESTNICTWO

Zawody będą się składać z czterech odsłon: zawodów na orientację, gdzie zawodnicy będą musieli znaleźć punkty kontrolne zaznaczone na mapie, rowerowych zawodów na orientację, biegu przełajowego na dwóch dystansach oraz biegu na 200 m dla najmłodszych.

### INFORMACJE

Na trasach turystycznych T8 i T16 mogą startować osoby lub zespoły, które zgłoszą chęć udziału w imprezie i złożą deklarację o właściwym stanie zdrowia uczestników.

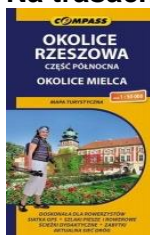
Osoby niepełnoletnie ponadto muszą posiadać pisemną zgodę rodziców lub prawnych opiekunów (dostarczone najpóźniej w dniu imprezy). Dopuszcza się start dwóch osób niepełnoletnich z tym, że jedna osoba z pary dodatkowo musi przedstawić zaświadczenie o posiadanych umiejętnościach posługiwania się mapą i kompasem wystawione przez osobę dorosłą. (Najlepiej, jeśli jest to członek jakiegoś stowarzyszenia, klubu, związku harcerstwa itp., a zaświadczenie obowiązkowo wystawione jest przez osobę dorosłą).

Na trasach rowerowych R12 i R50 mogą startować indywidualnie osoby pełnoletnie, które zgłoszą chęć udziału w imprezie i złożą deklarację o właściwym stanie zdrowia uczestników. Dopuszcza się start osób niepełnoletnich, po dostarczeniu pisemnej zgody rodziców lub prawnych opiekunów (dostarczone najpóźniej w dniu imprezy). Osoby poniżej 15 roku życia, mogą startować tylko i wyłącznie z opiekunem.

### Masz dzieci, ŻADEN PROBLEM!

Możesz je na czas biegu zostawić pod profesjonalną opieką wykwalifikowanych osób. Opieka jest bezpłatna.

**Na trasach rowerowych będziemy jeździć na mapach firmy Compass .**



Minimalny wiek uczestnika MITu:

- trasa biegowa B6 – 15 lat, B15 – 18 lat
- trasa turystyczna 6 lat (osoba poniżej 15 roku życia - start z opiekunem)
- trasa B3Open – bez limitów
- trasa rowerowa R12 - bez limitów (osoba poniżej 15 roku życia - start z opiekunem), R50-18 lat (z opiekunem - 15 lat)
- trasa B3Open – bez limitów wiekowych
- trasa 200 m – do 8 roku życia

Na trasach biegowych B3Open, B6 i B15, R12 i R50 każdy zawodnik startuje indywidualnie. Osoby niepełnoletnie muszą posiadać pisemną zgodę rodziców lub prawnych opiekunów. Wyjątek: chęć uczestnictwa w R12 osób niepełnoletnich, wówczas: dopuszcza się start osób niepełnoletnich od 15 roku życia, po dostarczeniu pisemnej zgody rodziców lub prawnych opiekunów (dostarczone najpóźniej w dniu imprezy). Osoby poniżej 15 roku życia, mogą startować tylko i wyłącznie w grupie z opiekunem.

## **KATEGORIE, KLASYFIKACJA, PARAMETRY TRAS**

T8 -ok. 5-8 km liczone po optymalnym wariacie - trasa turystyczna (indywidualnie, możliwość startu z psem jako towarzyszem)

T16 -ok. 14-16 km liczone po optymalnym wariacie - trasa turystyczna (indywidualnie, możliwość startu z psem jako towarzyszem)

R12 – ok. 10-12 km liczone po optymalnym wariacie – trasa turystyczna rowerowa (indywidualnie, w przypadku osób przed 15 rokiem życia z opiekunem dorosłym)

R50 – ok. 46-54 km liczone po optymalnym wariacie – trasa turystyczna rowerowa (indywidualnie, w przypadku osób przed 15 rokiem życia z opiekunem dorosłym)

B3Open - 3 km - trasa biegowa rodzinna (dowolnie)

B6M - 6 km - trasa biegowa (mężczyźni).

B6K -6 km - trasa biegowa (kobiety)

B15M - 15 km - trasa biegowa (mężczyźni)

B15K -15 km - trasa biegowa (kobiety)

Limit czasu na pokonanie trasy turystycznej T16 i T8: 3:35 h, trasy turystycznej rowerowej R50 i R12: 3:50 godziny.

## **FORMA ZAWODÓW**

**Trasy turystyczne:** .

- Zawodnicy startują indywidualnie (w przypadku osób niepełnoletnich do 15 roku życia zespół dwuosobowy - 1 osoba pełnoletnia) .
- Uczestnicy startują na trasę wyznaczoną w terenie punktami kontrolnymi i zaznaczonymi na mapie.
- Zadaniem uczestników jest zaliczenie jak największej ilości punktów kontrolnych w jak najkrótszym czasie.
- Zawodnik, który zdobędzie wszystkie punkty kontrolne (lub najwięcej punktów kontrolnych) w najkrótszym czasie wygrywa zawody.
- Należy zebrać minimum połowę punktów kontrolnych, by być sklasyfikowanym.
- Punkty mogą być potwierdzone tylko na karcie startowej otrzymanej od organizatora.
- Wszelkie zmiany na karcie startowej, skreślenia, pomyłki potwierdzenia punktów kontrolnych traktowane są jako brak punktu kontrolnego ( bpk)
- Kartę startową zawodnik musi oddać na mecie osobiście.
- Zawodnik po przekroczeniu limitu czasu nie będzie klasyfikowany

## **Trasy rowerowe:**

### **R50: Trasa trudna.**

- Zawodnicy startują indywidualnie (w przypadku osób niepełnoletnich do 15 roku życia zespół dwuosobowy - 1 osoba pełnoletnia ) .
- Uczestnicy startują na trasę wyznaczoną w terenie punktami kontrolnymi i zaznaczonymi na mapie.
- Zadaniem uczestników jest zaliczenie jak największej ilości punktów kontrolnych w jak najkrótszym czasie.
- Zawodnik, który zdobędzie wszystkie punkty kontrolne (lub najwięcej punktów kontrolnych) w najkrótszym czasie wygrywa zawody.
- Należy zebrać minimum połowę punktów kontrolnych, by być sklasyfikowanym.
- Punkty mogą być potwierdzane tylko na karcie startowej otrzymanej od organizatora.
- Wszelkie zmiany na karcie startowej, skreślenia, pomyłki potwierdzenia punktów kontrolnych traktowane są jako brak punktu kontrolnego ( bpk)
- Kartę startową zawodnik musi oddać na mecie osobiście.
- Zawodnik po przekroczeniu limitu czasu nie będzie klasyfikowany

### **R12: trasa rodzinna – bardzo łatwa, bez klasyfikacji sportowej**

- Uczestnicy startują na trasę wyznaczoną w terenie punktami kontrolnymi i zaznaczonymi na mapie.
- Zadaniem uczestników jest zaliczenie jak największej ilości punktów kontrolnych w jak najkrótszym czasie.
- Punkty mogą być potwierdzane tylko na karcie startowej otrzymanej od organizatora.
- Kartę startową zawodnik/zespół musi oddać na mecie osobiście.
- Zawodnicy muszą zakończyć imprezę w limicie czasu podanym przez organizatora.

Zawody zostaną rozegrane przy użyciu specjalnej mapy turystycznej Wydawnictwa Compass. Trasa zawodów będzie wykreślona na mapie.

**Na trasach rowerowych i turystycznych wszyscy uczestnicy w przypadku poruszania się po drogach publicznych zobowiązani są do przestrzegania przepisów ruchu drogowego!!**

Mapy zostaną rozdane uczestnikom w dniu imprezy na 5 minut przed startem zespołu w biurze zawodów.

**Trasy biegowe:** Trasa do zawodów biegowych będzie wyznakowana w terenie w postaci kolorowych strzałek i taśm.

## **WYPOSAŻENIE UCZESTNIKÓW I ŻYWIENIE NA TRASIE TURYSTYCZNEJ**

**Każdy uczestnik na trasie turystycznej oraz turystycznej rowerowej zobowiązany jest bezwzględnie do posiadania naładowanego telefonu komórkowego oraz kompasu i przyborów do pisania (długopis, kartka).** Oprócz tego na trasach turystycznych wyposażenie uczestników jest dowolne. Niemniej organizatorzy sugerują start w obuwiu do biegania lub trekkingowym, zaopatrzenie się w plecak, a w nim: zapasowa odzież (w zależności od warunków atmosferycznych), apteczka i napoje. Na trasach biegowych organizator zabezpiecza wodę z której mogą korzystać również uczestnicy trasy turystycznej oraz turystycznej rowerowej.

## ZGŁOSZENIA

poprzez formularz zgłoszeniowy - zakładka Rejestracja do 19.05.2017 roku  
lub osobiście na spotkaniach **MKG „Carpatia”**, ul. Sękowskiego 1, budynek dawnego kina Bajka  
(wejście od parku) 39-300 Mielec (po wcześniejszym tel. 604 170 965)

Wpisowe do 10.05.2017

Trasy biegowe: 20 zł od osoby

Trasy turystyczne: 20 zł od osoby

Trasy rowerowe: R50 20 zł od osoby, R12 10 od osoby

DZIECI do 12 roku życia 5 zł na wszystkich trasach!!!

Bieg dzieci na 200m zwolniony z opłat !!!

Wpisowe od 11.05.2017 do 21.05.2017

Trasy biegowe: 30 zł od osoby

Trasy turystyczne: 30 zł od osoby

Trasy rowerowe: R50 30 zł od osoby, R12 20 zł od osoby

DZIECI do 12 roku życia 5 zł na wszystkich trasach!!!

Bieg dzieci na 200m zwolniony z opłat !!!

Wpisowe po 21.05.2017

Trasy biegowe: 40 zł od osoby

Trasy turystyczne: 40 zł od osoby

Trasy rowerowe: R50 i R12 40 zł od osoby

DZIECI do 12 roku życia 5 zł na wszystkich trasach!!!

Bieg dzieci na 200m zwolniony z opłat !!!

**Bieg 200m dla dzieci – wymaga zapisania do 21.05.2017!!! Ilość miejsc ograniczona, zapis w dniu zawodów tylko i wyłącznie w sytuacji wolnych miejsc!!!**

Wpisowe płatne na **nr konta: 50 1020 5558 1111 1186 9340 0063** w tytule proszę podać imię i nazwisko zawodnika oraz kategorię biegu np. B15M, lub na spotkaniach MKG „Carpatia” w każdy czwartek ul. Sękowskiego 1, budynek dawnego kina Bajki (wejście od parku) 39-300 Mielec.

## NAGRODY

Medale dla wszystkich zawodników, którzy ukończą bieg/trasę. Dodatkowo dyplomy, nagrody rzeczowe dla zwycięzców (tj. dla 3 najlepszych osób w każdej kategorii). Po dekoracji zwycięzców odbędzie się losowanie nagród/upominków spośród wszystkich uczestników – warto zostać do końca!

## ORGANIZATOR ZAPEWNI

w bazie: szatnię, depozyt, myjnię, wodę, gorącą herbatę, gorącą kiełbaskę z ogniska;

na trasie: 4 punkty z wodą

## Ramowy program zawodów

**7:30 – 12:00** biuro zawodów - zapisy, wydawanie map, informacja

**9:00** start długiej i krótkiej trasy rowerowej R50 i R12

**9:15** start długiej i krótkiej trasy turystycznej T16 i T8

**9:30** start trasy biegowej rodzinnej B3Open

**10:10** start krótkiej trasy biegowej B6

**10:20** start długiej trasy biegowej B15

**12:50** koniec limitu czasu

**12:50** start trasy biegowej 200m dla dzieci

**13:00** dekoracja zwycięzców

## **Postanowienia końcowe**

- Zawody odbędą się bez względu na pogodę.
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.
- Niniejszy regulamin może ulec zmianie, o czym uczestnicy zostaną powiadomieni.
- Uczestnictwo w zawodach oznacza zapoznanie się z regulaminem i jego akceptację.
- Podczas biegów wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części stroju sportowego. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości lub jego modyfikacja (obcinanie, zaginanie, itp.) jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji.
- Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w Biegu, w szczególności zasad fair play oraz niniejszego regulaminu.
- Zawodnicy skracający trasę Biegu zostaną zdyskwalifikowani.
- Pisemne protesty dotyczące wyników przyjmowane są do 30 min po ich ogłoszeniu z wadium wynoszącym 100 zł.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.
- Decyzje lekarzy dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
- Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w Biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego Formularza Rejestracyjnego oraz dokonanie Opłaty Rejestracyjnej oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w Biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność.
- Uczestnik posiada aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w Biegu lub podpisze własnoręcznie oświadczenie.
- Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w Biegu.
- Zawodnik na mecie bez numeru startowego, nie będzie sklasyfikowany.
- Zawodnicy/zespoły, którzy zrezygnują ze startu nie mogą ubiegać się o zwrot wpisowego.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy Uczestników pozostawione w trakcie trwania imprezy.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne szkody wyrządzone przez Uczestników w wyniku uczestnictwa w Biegu oraz zwolniony jest z obowiązku naprawienia takich szkód.
- Organizator nie ubezpiecza zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków.
- W sprawach nieujętych w Regulaminie ostatecznie rozstrzyga Organizator.

## **KONTAKT**

Iwona Nakoneczna-Świątek Tel. 604 170 965