



## REGULAMIN akcji „Polska Biega” 26.05.2013 r.

### I. Organizator:

Urząd Miejski w Łomiankach

### II. Cel:

„Polska Biega” jest imprezą rekreacyjną, mającą na celu popularyzację aktywności ruchowej i promocję zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Gminy Łomianki.

### III. Miejsce i termin biegu:

- **26 maja 2013 r. (niedziela) Stajnia „Lider”, Kępa Kiełpińska ul. 6 Pułku Piechoty 2**
  - **godz. 11.00** – konkurencje sprawnościowe i bieg dla przedszkolaków (ok. 200 m)
  - **godz. 12.00** – bieg na dystansie ok. 4,8 km (bez atestu) w kategoriach: gimnazjum, liceum & studenci, OPEN. **Zapisy do tego biegu odbywać się będą na miejscu w dniu zawodów od godz. 10.30.**

### IV. Ustalenia organizacyjne:

1. Organizator zwraca się z prośbą o utrzymanie porządku na trasie.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez opieki.
3. Podczas imprezy obowiązuje całkowity zakaz palenia tytoniu i spożywania alkoholu oraz środków odurzających.
4. W newralgicznych punktach trasy biegu (skrzyżowania dróg, zakręty) stać będą umundurowani harcerze, którzy będą „kierować” biegaczy w odpowiednią stronę. Mapa z trasą biegu dostępna jest na stronie [www.lomianki.pl](http://www.lomianki.pl).
5. Organizator nie ubezpiecza uczestników biegu.
6. Organizator nie ponosi odpowiedzialności prawnej i cywilnej, w zakresie poniesionych szkód na zdrowiu i mieniu uczestników. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność.
7. Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas biegu.

### V. Warunki przystąpienia do biegu:

1. Uczestnik biegu zobowiązany jest do wpisania się na listę zawodników oraz wypełnienie karty startowej w punkcie zapisów na starcie.

2. Uczestnik wypełnia kartę startową, którą zachowuje dla siebie i oddaje wolontariuszowi oczekującemu na mecie.
3. Osoby niepełnoletnie muszą posiadać pisemną zgodę rodziców lub opiekunów na uczestnictwo w biegu. Wzór oświadczenia do pobrania na stronie [www.lomianki.pl](http://www.lomianki.pl)

#### **VI. Obowiązki uczestnika biegu:**

1. Posiadanie stroju i obuwia sportowego.
2. Przestrzeganie powyższego regulaminu.

#### **VII. Ustalenia końcowe:**

1. Organizator przewiduje medale i nagrody dla uczestników.
2. Na zakończenie imprezy Organizator przewidział dla uczestników poczęstunek (darmowy grill).