

**REGULAMIN:
BIEG CHARYTATYWNY PRZYBIJ PIĄTKĘ,
CZYLI 5 KM DLA 5 NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI**



CELE BIEGU:

1. Zwiększenie świadomości nt. pięciu dziecięcych niepełnosprawności:
 - a) Autyzm
 - b) Zespół Aspergera
 - c) Niepełnosprawność ruchowa
 - d) Niepełnosprawność intelektualna w tym Zespół Downa
 - e) Niedosłuch
2. Popularyzacja biegania, jako ogólnodostępnej formy czynnego wypoczynku i rekreacji ruchowej
3. Zbieranie pieniędzy na klinikę onkologii dziecięcej UCK w Gdańsku.

DANE ORGANIZACYJNE:

1. Organizator: Agencja Terapeutyczna REHAB SPORT, tel. 698-655-272, biegprzybijpiatke@gmail.com
2. Patronat: [Integracyjny Punkt Przedszkolny Tuptusie](#)
3. Termin: 16.10.2021 r.
4. Rozgrzewka wspólna godz. 11:40
5. Start Biegu: 12:00
6. Start i meta: ul. Piaskowa 10, 83-010 Straszyn. Górny parking przy Zespole Szkół w Straszynie
7. Zamknięcie trasy godz. 16:00 (4h zegarowe od rozpoczęcia Biegu) lub za ostatnim zawodnikiem
8. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne
9. Będą stosowane aktualne obostrzenia zw. z SARS-CoV-2

TRASA:

1. Dystans: 5 km
2. Trasa Biegu przebiega wzdłuż ulic: ul. Piaskowa; ul. Jana Pawła II; ul. Poprzeczna; ul. Młyńska; ul. Spacerowa; ul. Poprzeczna; ul. Jana Pawła II; ul. Piaskowa.
3. Nawierzchnia asfaltowa, kostka brukowa, teren leśny. Z uwagi na zmienność nawierzchni odradza się poruszania po trasie Biegu na urządzeniach typu rolki / deskorolka / hulajnoga

TRASA BIEGU OZNACZONA I ZABEZPIECZONA PRZEZ:

1. Służby administracji publicznej
2. Personel Biegu
3. Taśmę oddzielającą
4. Oznaczenie na trasie przebytego dystansu
5. Konstrukcje kierujące w strategiczne miejsca typu parking, biuro zawodów, ratownik medyczny etc

ODLEGŁOŚCI POMIĘDZY ODCINKAMI:

1. Linia startu – ul. Piaskowa
2. Skrzyżowanie z ul. Jana Pawła II – 130m
3. Skrzyżowanie z ul. Poprzeczną - 220m
4. Skrzyżowanie z ul. Młyńską - 500m
5. Zmiana w ul. Spacerową – 1900m
6. Skrzyżowanie z ul. Poprzeczną – 1700m
7. Skrzyżowanie z ul. Jana Pawła II – 120m
8. Skrzyżowanie z ul. Piaskową – 220m
9. Linia mety – 130m

UCZESTNICTWO:

1. Limit uczestników wynosi 250 osób
2. Biorąc udział w Biegu, Uczestnik akceptuje wszystkie zapisy niniejszego Regulaminu. Organizator Biegu zastrzega sobie możliwość jego zmian
3. Uczestnik zgadza się na robienie mu zdjęć w trakcie imprezy oraz umieszczenie ich na stronach internetowych promujących Bieg
4. Impreza ma charakter koleżeński, w duchu fair play
5. Uczestnik musi mieć ukończone 14 lat.
6. Organizator zaleca uczestnikom Biegu wykonanie badań profilaktycznych mających potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w imprezie tego typu
7. Bieg jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej (OC). Od następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW)

- Uczestnik Biegu ubezpiecza się we własnym zakresie
8. Zawodników obowiązuje limit czasu ukończenia biegu wynoszący 240 minut (4h zegarowe). Po przekroczeniu tego limitu uczestnicy zobowiązani są do natychmiastowego zejścia z trasy Biegu. Zawodnicy, którzy po upływie regulaminowego czasu pozostaną na trasie, czynią to na własną odpowiedzialność oraz ponoszą za to odpowiedzialność zgodną z obowiązującymi przepisami ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego
 9. Przewiduje się kabinę toaletową. Nie przewiduje się przebieralni, depozytu ani elektronicznego pomiaru czasu
 10. Organizator nie bierze odpowiedzialności za rzeczy pozostawione na terenie Biegu
 11. Protesty należy kierować mailowo na adres biegprzybijpiatke@gmail.com. Zostaną one rozpatrzone w ciągu 24 godzin od ich odczytania
 12. Uczestnicy zobowiązani są do wykonywania poleceń służb porządkowych mających na celu bezpieczny przebieg imprezy
 13. Bieg ma cel charytatywny. Uczestnicy mogą finansowo wspierać klinikę onkologii dziecięcej UCK w Gdańsku. Pieniądże na ten cel będą zbierane do puszek w dniu Biegu. Możliwe jest również zrobienie przelewu bankowego, koniecznie z dopiskiem „PRZYBIJ PIĄTKĘ”. Numer konta: 72 1140 2004 0000 3502 7749 7877
 14. Zaleca się, aby uczestnik stawił się w okolicy linii startu najpóźniej o godz. rozpoczęcia rozgrzewki
 15. Po Biegu nastąpi Loteria, w której udział mogą wziąć wyłącznie Uczestnicy Biegu, bez udziału osób organizujących Bieg.
 16. W Biegu mogą wziąć udział wyłącznie osoby, które:
 - a. Dokonają zgłoszenia do Biegu (patrz: rozdział „Zgłoszenia”)
 - b. Przyciępią numer startowy na koszulce po uprzednim odebraniu go:
 - i. w dniu Biegu od godziny otwarcia biura zawodów (konieczny dowód osobisty)
 - ii. dzień przed Biegiem, tj. w dn. 15.10.2021 r. w godz. 9:00-15:00, po wcześniejszym telefonicznym umówieniu się w Integracyjnym Punkcie Przedszkolnym Tuptusie – Rotmanka ul. Bajki 76, wjazd od ul. Gerberowej (konieczny dowód osobisty)
 - iii. W innym terminie, po uprzednich ustaleniach pod nr tel. 698-655-272

OBOSTRZENIA ZW. Z SARS-COV-2:

1. W celu zapobiegania gromadzeniu się uczestników:
 - a) zostają wydłużone godziny pracy biura zawodów
 - b) wyznaczony zostaje dodatkowy termin na odbiór pakietu startowego
 - c) obowiązkiem jest zachowanie 1,5m odległość od rozmówcy
 - d) przed linią startu będą zaznaczone kredą na ziemi odstępy 1,5m
 - e) stoiska w biurze zawodów będą oddalone do siebie o 10m
 - f) żywienie odbędzie się zgodnie z najlepszymi możliwymi praktykami sanitarno – higienicznymi
2. Obecny będzie mobilny punkt medyczny z przeszkolonym personelem medycznym w zakresie postępowania wobec podejrzenia wystąpienia objawów chorobowych wskazujących na zakażenie koronawirusem.
3. Uczestnik:
 - a) odbiera pakiet startowy po zdezynfekowaniu dłoni
 - b) musi być zdrowy i nie może manifestować jakichkolwiek objawów, które mogą wskazywać na zakażenie SARS-CoV-2
 - c) będzie miał bezdotykowo zmierzoną temperaturę, na co wyraża zgodę przystępując do Biegu. Temperatura powyżej 37,6°C uniemożliwia uczestnictwo w Biegu.
 - d) nie zamieszkiwał z osobą przebywającą w izolacji w warunkach domowych oraz nie miały kontaktu z osobą podejrzaną o zakażenie w okresie 10 dni przed rozpoczęciem Biegu
 - e) nie przebywa na izolacji lub kwarantannie
 - f) stara się nie dotykać dłońmi twarzy, ust, nosa i oczu
 - g) unika powitania poprzez podawanie ręki, przybijania piątki etc
4. Organizator:
 - a) zapewnia dostęp do wody, mydła, środków do dezynfekcji rąk, kosze na odpady wyłożone jednorazowymi workami
 - b) będzie miał listę telefonów do wszystkich uczestników
 - c) zapewnia regularne czyszczenie powierzchni wspólnych
 - d) wyznacza miejsce izolacji w przypadku wystąpienia podejrzenia zakażenia COVID-19
5. W przypadku stwierdzenia objawów chorobowych COVID-19:
 - a) organizator informuje o tym fakcie Sanepid Pruszcz Gdański
 - b) należy stosować się do instrukcji i poleceń Sanepidu
 - c) osoba podejrzana o zakażenie oczekuje na transport medyczny w wyznaczonym, odizolowanym miejscu
 - d) w razie pogorszenia się stanu zdrowia uczestnika, organizator kontaktuje się z numerem telefonu 999 lub 112.
 - e) W przypadku potwierdzenia zakażenia wszyscy uczestnicy Biegu zostają poddani kwarantannie

instytucjonalnej.

ZGŁOSZENIA / ZAPISY:

1. Uczestnicy dokonują zgłoszeń poprzez:
 - a) <https://elektronicznezapisy.pl/event/5964/strona.html> a tam skorzystanie z bezpiecznych płatności online.
 - b) Zapis indywidualny w dniu Biegu
2. Opłata startowa wynosi 30 zł. W dniu imprezy opłata startowa wynosi 40 zł.
3. Przy zgłoszeniu jest możliwość wniesienia dodatkowej opłaty typu „cegiełka”, która w całości będzie przekazana na cel charytatywny - na klinikę onkologii dziecięcej UCK w Gdańsku.

NAGRODY:

1. Medale dla każdego uczestnika
2. Puchary dla 3 najszybszych mężczyzn oraz 3 najszybszych kobiet

PROGRAM IMPREZY (w zależności od przebiegu imprezy, może ulec zmianie):

9:00	otwarcie biura zawodów, odbiór numerów startowych (konieczny dowód osobisty)
11:40	wspólna rozgrzewka
12:00	start biegu
12:20	spodziewamy się poznać zwycięzcę Biegu
15:00	wręczenie pucharów
16:00	zamknięcie trasy Biegu
16:01	loteria
17:00	koniec imprezy

.....
Karol Zarębski
Organizator
Bieg Charytatywny Przybij Piątkę
tel. 698-655-272