



Gminny Ośrodek Kultury w Nowej Wsi Lęborskiej
ul. Lęborska 20, 84 351 Nowa Wieś Lęborska, tel. 059 86 12 253

Puchar Korony Maratonu Ekologicznego w Nordic Walking



REGULAMIN

Pucharu Korony Maratonu Ekologicznego w Nordic Walking 2018

I. CEL:

1. Nordic Walking jako forma spędzania wolnego czasu i integracji osób w różnym wieku.
2. Popularyzacja aktywności fizycznej prorodzinnej oraz zdrowego stylu życia Polaków dzięki Nordic Walking,
3. Wyłonienie najlepszych zawodników według kategorii kobiet i mężczyzn w ramach cyklu Pucharu Korony Maratonu Ekologicznego w Nordic Walking 2018

II. TERMINY ZAWODÓW CYKLU:

28 lipca – Czarna Trasa Nordic Walking - Start Lędziechowo – „pn 20 Km Maratonu” - 14,3 km

Elektroniczne zgłoszenia:

18 sierpnia – Czarna Trasa Nordic Walking - Start Łebień – „pn Eldorado” - 14,3 km

Elektroniczne zgłoszenia:

III. RAMOWY PROGRAM MINUTOWY ZAWODÓW

09:00 – 10:30 Rejestracja zawodników

10:30 – 10:45 Otwarcie imprezy, pokaz prawidłowej techniki Nordic Walking

11:00 Start na dystansach

14,3km – 28 lipca - Lędziechowo, 18 sierpnia - Łebień :14:00 Zamknięcie trasy zawodów

od 14.00 do 15.00 Dekoracje

Zawodnicy proszeni są o ustawienie się na startcie 10 minut przed startem.

Zarys programu minutowego może ulec zmianie. Wszelkie zmiany dotyczące danych zawodów będą umieszczane na stronie www.nwl.pl.

IV. ORGANIZATORZY:

1. Organizator: Gminny Ośrodek Kultury w Nowej Wsi Lęborskiej
2. Współorganizator: Gmina Nowa Wieś Lęborska, Fundacja Ekologiczno Sportowa Im. Tomasza Hopfera, BNA Polska, Sołectwo Obliwice, Sołectwo Łebień, Sołectwo Lędziechowo, Sołectwo Krępa Kaszubska.

V. DYSTANSE

1. Uczestnicy startują na 2 dystansach: 14,3 km: 28 lipca - Lędziechowo, 18 sierpnia - Łebień.

VI. ZGŁOSZENIA DO ZAWODÓW BEZ OPŁATY STARTOWEJ

1. Rejestracja osobista w Biurze Zawodów w dniu zawodów: 9.00 -10.30.

28 lipca – Czarna Trasa, Łędziechowo - Stanica Turyst. – „ pn 20 Kilometr Maratonu” - 14,3 km,
18 sierpnia – Czarna Trasa, Łebień – Stanica Turystyczna – „ pn Eldorado” - 14,3 km,

2. Zawodnicy dokonując rejestracji i startując w zawodach oświadczają, że biorą w nich udział na własną odpowiedzialność wyrażając zgodę na wykorzystanie wizerunku do celów promocji [Pucharu Korony Maratonu Ekologicznego w Nordic Walking 2018](#) na zdjęciach i filmach wykonanych podczas imprez.

3. Rejestracja traktowana jest jako przyjęcie warunków Regulaminu [Pucharu Korony Maratonu Ekologicznego w Nordic Walking 2018](#)

4. Uczestnictwo w imprezie jest nieodpłatne

5. Zawodnik otrzyma nieodpłatnie numer startowy + 4 agrafki, ważny przez dwie imprezy.

6. Zawodnicy otrzymają posiłek regeneracyjny oraz napoje na trasach **Nordic Walking** w Stanicach Turystycznych.

6. Weryfikacja zawodników oraz wydawanie numerów startowych będą odbywały się w Biurze Zawodów w dniu imprezy.

VII. ZASADY UCZESTNICTWA I TECHNIKA MARSZU

1. Podczas imprezy obowiązują przepisy zawodów Polskiej Federacji Nordic Walking.

2. Pomiar czasu i ustalenie kolejności zawodników na mecie będzie dokonywane elektronicznym systemem pomiarowym. Oficjalnym czasem jest czas netto.

3. Osoby niepełnosprawne startujące na dłuższych dystansach są klasyfikowane z innymi kategoriami.

4. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani (z dowodem tożsamości ze zdjęciem, a osoby niepełnosprawne również z orzeczeniem o niepełnosprawności) w Biurze Zawodów.

5. Osoby startujące w zawodach zobowiązane są posiadać zaświadczenie od lekarza o braku przeciwwskazań do wysiłku fizycznego oraz podpisać w biurze zawodów stosowne oświadczenie o braku przeciwwskazań do wysiłku fizycznego w zawodach NW. W szczególnych przypadkach wymagających badania medycznego decyzja obsługi medycznej zawodów przed i w czasie zawodów jest ostateczna.

6. W zawodach mogą brać udział obywatele wszystkich krajów świata.

7. Każdy uczestnik zobowiązany jest posiadać strój sportowy stosowny do warunków pogodowych.

Zaleca się posiadanie własnych kijów do NW. Posiadanie kijów składanych wymaga od uczestnika zwrócenia uwagi na dokładne dokręcenie części składowych kija, jak również uwzględnienie podczas treningu, rozgrzewki oraz zawodów faktu, iż kij składany jest mniej wytrzymały niż kij jednoczęściowy.

8. Podczas marszu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do koszulek sportowych na klatce piersiowej. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości lub jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji. Nie można używać własnych numerów startowych.

9 Zawodnicy zobowiązani są zwrócić szczególną uwagę na bezpieczeństwo podczas rozgrzewki, aby nie uderzyć lub nie ukłuć kijkiem współwiczającego.

10. W marszach o podziale na kategorie wiekowe decyduje rok urodzenia.

11. Uczestnicy zostaną sklasyfikowani w kategoriach OPEN KOBIEC I MĘŻCZYŻN

Dystans 14,3 km

12. W [Pucharu Korony Maratonu Ekologicznego w Nordic Walking 2018](#) obowiązuje podział na kategorie OPEN Kobiet i Mężczyzn.

13. Zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący 3 godziny. Zawodnicy, którzy nie ukończą marszu w tym czasie zobowiązani są do przerwania marszu i nie będą klasyfikowani. Organizator może podjąć decyzję o zmianie limitu czasu.

VIII. PUNKTACJA W SYSTEMIE [Pucharu Korony Maratonu Ekologicznego w Nordic Walking 2018](#)

1. W każdej imprezie będą przyznawane punkty za zdobyte miejsce.
2. Punkty będą przyznawane według miejsc w kategoriach OPEN Kobiet i Mężczyzn na dystansach 14,3 km wg następującego schematu:

- 1 miejsce – 100 pkt.
- 2 miejsce – 80 pkt.
- 3 miejsce – 70 pkt.
- 4 miejsce – 60 pkt.
- 5 miejsce – 50 pkt.
- 6 miejsce – 45 pkt.
- 7 miejsce – 40 pkt.
- 8 miejsce – 35 pkt.
- 9 miejsce – 30 pkt.
- 10 miejsce – 25 pkt.
- 11 miejsce - 24 pkt.
- 12 miejsce - 23 pkt.

kolejne miejsca o 1 pkt. mniej;

W przypadku miejsc ex equo zawodnicy otrzymują taką samą ilość punktów przypisaną do zajętego miejsca.

4. Klasyfikację generalną [Pucharu Korony Maratonu Ekologicznego w Nordic Walking 2018](#) wygrywa zawodnik/czka, który uzyskał największą ilość punktów. Dorobek punktowy zawodnika jest sumą ze wszystkich zawodów, w których zawodnik został sklasyfikowany. W przypadku wyniku ex equo decyduje ilość zwycięstw, jeśli to nie daje rozstrzygnięcia wówczas bierze się pod uwagę kolejne najlepsze wyniki punktowe.
5. Wszyscy zawodnicy, którzy brali udział w co najmniej jednej z dwóch imprez zostaną uwzględnieni w klasyfikacji końcowej [Pucharu Korony Maratonu Ekologicznego w Nordic Walking 2018](#).

IX. NAGRODY

1. Ogłoszenie wyników, przyznanie i odbiór okolicznościowych upominków odbędzie się w dniu zawodów.
2. Zdobywcy miejsc I-III w każdym zawodach na dystansach 14,3 km, otrzymają okolicznościowe upominki.
6. Po rozegraniu cyklu zawodów [Pucharu Korony Maratonu Ekologicznego w Nordic Walking 2018](#) w dniu 19 sierpnia uhonorowani zostaną zwycięzcy [Pucharu Korony Maratonu Ekologicznego w Nordic Walking 2018](#) w poszczególnych kategoriach OPEN Kobiet i Mężczyzn .

X. TRASA

1. Na trasie znajduje się punkt pomocy medycznej. W przypadku kontuzji uczestnika, powiadamiana jest obsługa trasy, która przekazuje informacje do punktu pomocy medycznej.
2. Plan trasy i lista startowa będzie znajdować się w biurze zawodów.
3. Trasa będzie oznaczona specjalnymi znacznikami.
4. Punkty odświeżania będą wyposażone w wodę.

XI. SZATNIE I DEPOZYT

1. Istnieje możliwość skorzystania z depozytu za okazaniem numeru startowego.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za zdeponowane przez zawodnika rzeczy. Depozyt można odebrać tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia przez zawodnika numeru startowego, Organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za przekazanie depozytu innej osobie.
3. Za pozostawione bez opieki rzeczy organizator nie ponosi odpowiedzialności.
4. Przed i po zawodach zawodnicy będą mieli możliwość skorzystania z przebieralni (np. namiot bądź inne pomieszczenie)

XII. UBEZPIECZENIE

1. Organizator posiada ubezpieczenie OC zawodów.
2. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.

XIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga Organizator i Sędzia Główny zawodów.
2. Nieprzestrzeganie regulaminu może być powodem dyskwalifikacji zawodnika.
3. Protesty dotyczące wyników i klasyfikacji z danej edycji zawodów będą przyjmowane do 30 min po opuszczeniu trasy przez ostatniego zawodnika.
4. Podczas zawodów wszyscy zawodnicy muszą posiadać chip przytwierdzony obuwiu. Umieszczanie chipów w innych miejscach grozi dyskwalifikacją
5. Należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa przeciwpożarowego oraz ochrony przyrody, jak również dbać o porządek w miejscu zawodów.
6. Uczestników zawodów obowiązują przepisy INWA i PFNW oraz niniejszy regulamin.
7. Interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do Organizatora i Sędziego Głównego zawodów.
8. Podpisując listę startową uczestnik bierze pełną odpowiedzialność za swoje uczestnictwo w Marszu.
9. Pobranie numeru startowego przez zawodnika jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.
10. Uczestnicy imprezy zobowiązują się do przestrzegania wszelkich norm związanych z ochroną przyrody, ekologią, porządkiem.
11. Należy zachować szczególną uwagę w miejscach przejścia przez siedliska zwierząt i miejsca gdzie mogą występować ptaki.
12. Należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa przeciwpożarowego oraz ochrony przyrody jak również dbać o porządek w miejscu zawodów.

Organizatorzy