

# XXVII SKIERNIEWICKI BIEG NIEPODLEGŁOŚCI

## REGULAMIN

### I. CEL IMPREZY:

- rozpowszechnienie zasad fair play wśród uczestników biegu
- upowszechnianie biegania wśród dzieci, młodzieży i dorosłych jako najprostszej formy ruchu,

### II. ORGANIZATOR:

**Organizatorem Biegu jest  
Ośrodek Sportu i Rekreacji w Skierniewicach**

### III. TERMIN I MIEJSCE:

Bieg odbędzie się 11 listopada 2019 r.

– uroczyste otwarcie ok godz. 9.30

#### START I META

kat. od „A” do „O” - Teren Zalewu Zadębie od ul. Konwaliowej przy pierwszym kąpielisku

### IV. UCZESTNICTWO:

W biegach może startować każdy, kto nie posiada przeciwwskazań lekarskich do uprawiania biegów.

Uczestnicy biegu nie są ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków przez organizatora z tytułu uczestnictwa.

### V. KATEGORIE I DYSTANSE:

KAT.	KLASY	PLEĆ	DYSTANS
„A”	Przedszkola i klasy „0” - '13 i młodsi	Dziewczęta	ok. 100 m.
„B”	Przedszkola i klasy „0” - '13 i młodsi	Chłopcy	ok. 100 m.
„C”	bardziej sprawni biegają sami	K + M	ok. 100 m.
„D”	mniej sprawni biegają z kimś	K + M	ok. 100 m.
„E”	wózki samojezdne	K + M	ok. 100 m.
„F”	wózki pchane	K + M	ok. 100 m.
„G”	I-II - '12 i '11	Dziewczęta	ok. 200 m.
„H”	I-II - '12 i '11	Chłopcy	ok. 200 m.
„I”	III - IV - '10 i '09 / V - '09	Dziewczęta	ok. 500 m.
„J”	III - IV - '10 i '09 / V - '09	Chłopcy	ok. 700 m.
„K”	V - VI - '08 i '07	Dziewczęta	ok. 700 m.
„L”	V - VI - '08 i '07	Chłopcy	ok. 1100 m.
„E”	VII-VIII - '06 i '05	Dziewczęta	ok. 900 m.
„M”	VII-VIII - '06 i '05	Chłopcy	ok. 1200 m.
„N”	Szkoły Średnie	Dziewczęta	ok. 900 m.
„O”	Szkoły Średnie	Chłopcy	ok. 2000 m.

**UWAGA:** W kat. „C” , „D” , „E” , „F” prawo startu mają osoby niepełnosprawne.

### VI. NAGRODY

Wszyscy uczestnicy każdego z biegów otrzymają pamiątkowe medale.

### VII. ZGŁOSZENIA:

W dniu biegu na 10 minut przed startem na linii STARTU u sędziów.

Biuro biegu, czynne od godziny 9.00

**UWAGA:**

Wszyscy startujący zawodnicy muszą posiadać kartę startową z następującymi danymi:

- nazwisko, imię, rok urodzenia i nazwa reprezentowanej szkoły, przedszkola, organizacji
- Dane muszą być wypisane pismem maszynowym lub drukowanym.

#### **VIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

1. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne .
2. Organizatorzy zapewniają dla wszystkich biegaczy :
  - opiekę medyczną,
  - zabezpieczenie tras biegowych,
  - gorący napój po ukończeniu biegu
3. Interpretacja niniejszego Regulaminu należy wyłącznie do Organizatorów XXVI Skierniewickiego Biegu Niepodległości.
4. Wszyscy uczestniczący w biegu wyrażają zgodę na umieszczanie ich wizerunku w mediach, gazetach oraz na stronach internetowych.

### **PROGRAM MINUTOWY XXVI SKIERNIEWICKIEGO BIEGU NIEPODLEGŁOŚCI**

od godz. 9.00 -	czynny sekretariat Biegu		
godz. 9.20 -	odprawa Kierowników ekip		
<b>godz. 9.30 -</b>	<b>otwarcie SKIERNIEWICKIEGO BIEGU NIEPODLEGŁOŚCI</b>		
ok. godz. 9.35 -	bieg Kat.	„A”	- 100 m
ok. godz. 9.40 -	bieg Kat.	„B”	- 100 m
<b>DEKORACJA ZWYCIĘZCÓW</b>			
ok. godz. 9.45 -	bieg Kat.	„C”	- 100 m
ok. godz. 9.50 -	bieg Kat.	„D”	- 100 m
ok. godz. 9.55 -	bieg Kat.	„E”	- 100 m
ok. godz. 10.00 -	bieg Kat.	„F”	- 100 m
<b>DEKORACJA ZWYCIĘZCÓW</b>			
ok. godz. 10.05 -	bieg Kat.	„G”	- 200 m
ok. godz. 10.10 -	bieg Kat.	„H”	- 200 m
ok. godz. 10.20 -	bieg Kat.	„I”	- 500 m
ok. godz. 10.30 -	bieg Kat.	„J”	- 700 m
<b>DEKORACJA ZWYCIĘZCÓW</b>			
ok. godz. 10.40 -	bieg Kat.	„K”	- 700 m
ok. godz. 10.50 -	bieg Kat.	„L”	- 1100 m
ok. godz. 11.10 -	bieg Kat.	„Ł”	- 900 m
ok. godz. 11.20 -	bieg Kat.	„M”	- 1200 m
<b>DEKORACJA ZWYCIĘZCÓW</b>			
ok. godz. 11.45 -	bieg Kat.	„N”	- 900 m
ok. godz. 12.00 -	bieg Kat.	„O”	- 2000 m
<b>DEKORACJA ZWYCIĘZCÓW</b>			

- czas startów poszczególnych biegów może ulec przyspieszeniu lub opóźnieniu w zależności od liczby uczestników / ok. 20 +/- minut /

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY  
DO SKIERNIEWIC NA**