

JEDNOSTKA WOJSKOWA 4391

DOWÓDZTWO

Regulamin
Biegu SIÓDMAKA
X Edycja



ZATWIERDZAM

DOWÓDCA 7bkpow

TOMASZÓW MAZOWIECKI

21 luty 2024 r.

ORGANIZATOR:

Dowódca 7 batalionu kawalerii powietrznej pplk Grzegorz PLASKOTA

1. CELE :

- popularyzacja biegów przełajowych;
- umożliwienie sprawdzenia swoich sił i możliwości w rywalizacji sportowej;
- umożliwienie żołnierzom i pracownikom resortu obrony narodowej rywalizacji w trudnych warunkach terenowych;
- wyłonienie najlepszego pododdziału w zawodach we współzawodnictwie na szczeblu 7.bkpow oraz 25.BKPow;
- kultywowanie tradycji i pamięć o poległych żołnierzach 7.bkpow na misjach poza granicami kraju;
- promowanie zdrowego stylu życia oraz integracja środowisk żołnierskich.

2. TERMIN, MIEJSCE, TRASA i DYSTANS:

- Termin: 19.03.2024 r., start biegu głównego: godz. 10.00 (w zależności od ilości startujących organizator zastrzega sobie prawo zmiany organizacji startu);
- Miejsce: Tomaszów Maz. ul. Piłsudskiego 72 - „stadion” –JW 4391 start i meta;
- Trasa: Przebieg trasy: ok. 90% drogi, dukty i ścieżki leśne, ok. 10 % asfalt;
- Droga nieutwardzona z nierównościami w kształcie pętli z podbiegami terenowymi oraz przeszkodą wodną (rzeka o szerokości ok. 7 m oraz głębokości do ok. 1,2 m);
- Dystans: 7,8 km (1x pętla) – trasa oznaczona co 1 km. Na trasie biegu przebywać mogą jedynie Uczestnicy, obsługa oraz osoby i pojazdy posiadające przepustkę wydaną przez Organizatora;
- Limit na pokonanie trasy – 90 minut;
- Organizator ogłasza limit startujących w Biegu – 400 osób
- Biuro zawodów: „stadion” – JW. 4391, ul. Piłsudskiego 72;
- Wszelkich informacji w sprawie biegu udziela st. kpr. Paweł STRONIAS tel. 261-167-735 lub kom. 662 623 408

3. SPOSÓB PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW:

- bieg rozegrany zostanie bez względu na pogodę;
- organizatorzy zabezpieczą opiekę medyczną w czasie trwania zawodów;
- na mecie w punkcie medycznym znajdować się będzie karetka z ratownikami medycznymi;
- obowiązek ubezpieczenia się od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników;
- organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione i zgubione oraz za kontuzje poniesione przez zawodników przed w trakcie i po zawodach;

- uczestnik posiada aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w Biegu lub podpisze własnoręcznie oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w Biegu;
- młodzież poniżej 18 roku życia startuje za pisemną zgodą rodzica/opiekuna;
- wręczenie medali, dyplomów i nagród rzeczowych oraz podsumowanie klasyfikacji indywidualnej i drużynowej nastąpi po rozegraniu biegu;
- organizator zastrzega sobie prawo do zmian w treści regulaminu oraz jego interpretacji;
- ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora;
- organizatorzy zastrzegają sobie możliwość zmian w godzinach rozpoczęcia poszczególnych punktów programu, o czym uczestnicy będą informowani na bieżąco na miejscu startu/mety.

4. PROGRAM MINUTOWY :

- 19.03.2024r. godz. 7.00 – 09.30 praca biurowa zawodów (wydawanie numerów/chipów startowych);
- godz. 10.00 start biegu;
- godz. 12.00 zakończenie, podsumowanie i dekoracja.

5. UCZESTNICY:

- udział w zawodach jest bezpłatny;
- warunkiem uczestnictwa jest zapisanie się na stronie internetowej podanej przez organizatora, pobranie numeru startowego oraz podpis oświadczenia uczestnictwa w dniu imprezy;
- zapisy, zgłoszenia: na stronie możliwe od dnia 24.02.2024 r. do 18.03.2024 r.
<https://protimer.pl/bio/1152/bieg-siodmaka-x-edycja/>
w trakcie rejestracji wpisać należy nazwę Jednostki Wojskowej, którą zawodnik będzie reprezentował (np.: 7.bkpow)
- pakiet startowy należy odebrać w godzinach pracy biura zawodów osobiście (nie ma możliwości odebrania pakietu przez osoby trzecie);
- pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu;
- po terminie 18.03.2024r. - zapisy na bieg nie będą przyjmowane;
- żołnierze zgłoszeni do biegu muszą posiadać przy sobie ważną legitymację służbową na podstawie której organizator dokona weryfikacji zgłoszonych drużyn, liczonych do klasyfikacji drużynowej o PUCHAR DOWÓDCY 7.bkpow;
- zawodnicy startują w umundurowaniu polowym bez pasa w butach wojskowych lub trekkingowych wiązanych za kostkę dowolnego koloru;
- uczestnicy skracający trasę zostaną zdyskwalifikowani;
- zawodnicy zdyskwalifikowani oraz ci którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy i zdjęcia numeru;
- startują żołnierze i pracownicy resortu obrony narodowej 7.bkpow i 25.BKPow oraz żołnierze zawodowi, PRON z innych jednostek wojskowych, a także uczniowie klas mundurowych;
- w ramach Biegu Siódmaka odbędzie się rywalizacja:
 - indywidualna w kategorii OPEN kobiet i mężczyzn,
 - drużynowa, pododdziałów 25.BKPow - zaliczana do współzawodnictwa sportowego na szczeblu 25.BKPow. Do współzawodnictwa sportowego na szczeblu 25.BKPow liczonych będzie sześćdziesięć żołnierzy w tym obowiązkowo

jedna kobieta – żołnierz, oraz jeden żołnierz mężczyzna pow. 35 roku życia oraz jedna kobieta poniżej 35 roku życia. Jednostki Wojskowe 25.BKPow zgłaszają reprezentacje na liście startowej do Szefa Sekcji Wychowania Fizycznego i Sportu 25BKPow oraz do wiadomości instruktora WF – 7bkpow,

- drużynowa o PUCHAR DOWÓDCY 7.bkpow, do której liczone będą drużyny/reprezentacje poszczególnych jednostek wojskowych.

skład drużyny - pięciu żołnierzy w tym obowiązkowo jedna kobieta – żołnierz oraz jeden żołnierz mężczyzna pow. 35 roku życia (reprezentacje JW. nie spełniające powyższego kryterium nie zostaną sklasyfikowane w rywalizacji o PUCHAR DOWÓDCY 7.bkpow). Reprezentacje poszczególnych JW zgłaszamy na liście startowej przez instruktora WF/Kierownika zespołu do instruktora WF – 7bkpow. Wzór zgłoszenia załączony do niniejszego regulaminu. Zgłoszenia reprezentacji proszę przysyłać po przez MILNET - Z na adres kpr. Paweł STRONIAS z JW. 4391. Sposób zgłoszenia drużyny z danej jednostki wojskowej, nie zwalnia poszczególnych jej zawodników z obowiązku zarejestrowania się na stronie internetowej, co jest warunkiem niezbędnym do udziału w biegu i klasyfikowania zawodnika w tej klasyfikacji. Zapisując się na stronie internetowej protimer/zapisy/bieg siódmaka XI edycja/zapisy, należy w polu drużyna wpisać nazwę JW. na której ewidencji znajduje się żołnierz i w przypadku zawodnika wchodzącego w skład reprezentacji JW., proszę w polu „Biorę udział w klasyfikacji drużynowej o PUCHAR DOWÓDCY 7.bkpow” oznaczyć „TAK”.

6. **KLASYFIKACJE:**

- klasyfikacja indywidualna w kategorii OPEN z podziałem na kobiety i mężczyzn;
- klasyfikacja drużynowa w ramach współzawodnictwa sportowego na szczeblu 25 BKPow wg sumy czasów uzyskanych przez wszystkich zgłoszonych zawodników drużyny;
- klasyfikacja drużynowa o PUCHAR DOWÓDCY 7.bkpow w ramach współzawodnictwa pomiędzy zgłoszonymi drużynami reprezentującymi jedną jednostkę wojskową, wg sumy czasów uzyskanych przez wszystkich zgłoszonych zawodników drużyny.

7. **NAGRODY:**

W klasyfikacji indywidualnej DOWÓDCA wyróżni wręczeniem złotego medalem miejsca 1, srebrnego medalu miejsca 2, brązowego medalu miejsca 3., oraz 320 uczestników biegu medalem pamiątkowym.

- w klasyfikacji drużynowej na szczeblu 25BKPow liczonej do współzawodnictwa sportowego w 2024 roku drużyny otrzymają punkty zgodnie z regulaminem współzawodnictwa;
- w klasyfikacji drużynowej biegu siódmaka drużyna zwycięska otrzyma PUCHAR DOWÓDCY 7.bkpow, za miejsca 1,2 i 3 wręczone zostaną medale/dyplomy;
- każdy uczestnik otrzyma medal pamiątkowy.

8. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- komisję sędziowską powołuje organizator biegu;
- przyjęcie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu Biegu Siódmaka;
- numer startowy należy przypiąć z przodu na piersi lub udzie;
- na trasie biegu nie będzie punktów z napojami czy wodą, natomiast po zakończeniu biegu Dowódca 7.bkpów zaprasza wszystkich uczestników na posiłek regeneracyjny na świeżym powietrzu;
- pisemne protesty przyjmuje Biuro Organizacyjne w terminie do 15 minut po zakończeniu biegu. Protesty będą rozpatrywane w czasie do 15 minut od ich zgłoszenia;
- wyniki biegu dostępne będą dla wszystkich po zakończeniu imprezy na tablicy ogłoszeń na miejscu wydarzenia, na stronach www.protimer.pl oraz na stronie wydarzenia na facebooku, jak również zostaną przesłane do mediów.

IMIENNA LISTA ZGŁOSZEŃ

Do biegu o Puchar Dowódcy 7 bkpów

ZESPÓŁ:.....

KIEROWNIK ZESPOŁU:.....

/stopień, imię i nazwisko/

Lp.	Stopień	Nazwisko i Imię	Nr legitymacji służbowej	Uwagi
1				
2				
3				
4				
5				
6				

ważność badań okresowych

.....

(pieczęć i podpis lekarza lub organu kadrowego)

.....

(Stopień, imię i nazwisko D- cy JW)

m. p.