

Regulamin I Biegu „Wygraj z Depresją” powered by M LIGA CROSS RUN

1. Organizator:

Stowarzyszenie Mała Liga XC

KRS: 0000638072, REGON: 365451257, NIP: 5322061760

WWW: <http://mliga.pl/>

2. Forma:

korespondencyjne zawody w biegach terenowych

3. Cele:

- Zwrócenie uwagi na problem depresji i chorób psychicznych
- Poruszenie tematyki zaburzeń psychicznych wśród dzieci i młodzieży
- Zwrócenie uwagi na pogarszający się stan zdrowia psychicznego poprzez wyobcowanie spowodowane pandemią
- Uświadomienie jak istotnym elementem w walce z chorobami psychicznymi jest sport i rekreacja

Oprócz powyższego

- Popularyzacja turystyki i rekreacji w regionie,
- Promowanie regionalnych szlaków turystycznych biegowych i rowerowych,
- Propagowanie zdrowego trybu życia, aktywnego wypoczynku i rekreacji w rodzinnym gronie
- kontynuowanie nowych trendów w organizacji imprez rowerowych w Polsce

4. Warunki uczestnictwa:

Uczestnikiem biegu „Wygraj z Depresją” powered by M LIGA CROSS RUN może być osoba spełniająca następujące warunki.

A) Ma ukończone minimum 15 lat (rocznik 2006 i starsi)

B) Dokona rejestracji poprzez zgłoszenie:

– na stronie <http://mliga.pl/> pod linkiem wskazanym w sekcji „**ZAPISZ SIĘ**” – ze względu na obostrzenia pandemiczne **BRAK MOŻLIWOŚCI zapisów w biurze zawodów, rejestracja i płatność możliwa tylko on-line**

C) Dokona opłaty startowej na warunkach określonych w punkcie 5

D) Podpisze **oświadczenie** dotyczące uczestnictwa w imprezie (za osoby niepełnoletnie oświadczenie **musi** podpisać opiekun prawny) oświadczenie można pobrać również podczas rejestracji online.

5. Opłaty startowe

– opłata startowa wynosi **60 zł**

Organizator nie zwraca opłaty wpisowej osobom, które nie ukończyły zawodów.

Płatności dokonane przy rejestracji on-line nie podlegają zwrotowi.

Nie ma możliwości przenoszenia opłaty startowej na inne zawody organizowane przez stowarzyszenie Mała Liga XC oraz przenoszenia opłaty startowej na innego uczestnika

Organizator nie ponosi odpowiedzialności za terminy przelewów bankowych i pocztowych. Jako datę płatności przyjmuje się datę księgowania środków na koncie Organizatora.

6. Świadczenia dla zawodników:

W ramach opłaty startowej zawodnik otrzymuje:

– pakiet startowy zawierający NUMER z chipem, pamiątkową koszulkę, okolicznościowy medal – 10 zł z każdego pakietu startowego zostanie przekazane na Fundację działającą przy Mazowieckim Centrum Neuropsychiatrii

– uczestnictwo w biegu oznakowaną trasą – trasa oznaczona jest taśmą i strzałkami w odpowiednim kolorze

– elektroniczny pomiar czasu

– wyniki on-line po wyścigu (na stronie <https://www.protimer.pl/>)

– możliwość otrzymania swojego wyniku za pośrednictwem SMS, po wcześniejszym podaniu numeru tel. komórkowego podczas rejestracji

– poczęstunek regeneracyjny po wyścigu

– zabezpieczenie medyczne

– ubezpieczenie NNW

– trofea dla zwycięzców w kategoriach OPEN mężczyzn i kobiet (trzy pierwsze miejsca w każdej kategorii)

- wyniki opublikowane po wydarzeniu na stronie <http://mliga.pl/wyniki/>

- fotorelacja z wydarzenia

7. Przybliżony program zawodów:

08:00 rozpoczęcie imprezy, odbiór pakietów startowych w biurze zawodów

09:00 - 13:00 - otwarcie trasy

14:30 - zakończenie imprezy

Ogłoszenie zwycięzców nastąpi w dniu 23.02.2021 online na fanpejdżu facebook'owym M LIGA

UWAGA!!! Trasa będzie otwarta w godzinach od 9:00 do 13:00 i w tym przedziale czasowym będzie można wystartować w korespondencyjnym biegu. Aby zostać sklasyfikowanym należy ukończyć bieg przed godziną 14:30

8. Zasady rozgrywania zawodów:

Trasa biegu poprowadzona będzie duktami i ścieżkami leśnymi w dużym stopniu pokrywanymi się ze szlakami turystycznymi (rowerowymi i biegowymi)

- Zawodnicy ścigają się na oznakowanej - 10 km pętli **w sposób INDYWIDUALNY - KORESPONDENCYJNY**, wygrywa ten, który przebiegnie wyznaczony dystans w najkrótszym czasie

- W trakcie biegu zawodnicy nie mogą skracać oraz zmieniać wyznaczonej przez organizatora trasy.

- W przypadku gdy zawodnik zejdzie z trasy powinien powrócić na trasę wyścigu i rozpocząć go w tym samym miejscu, w którym zszedł.

- Zawodnicy nie mogą przeprowadzać treningów na trasie podczas rozgrywania innych wyścigu

- Numery startowe powinny być przyklejone na piersi zawodnika

- Zawodnicy podczas wyścigu zobowiązani są do przestrzegania zasad opisanych w niniejszym regulaminie oraz odnoszenia się z należytyym szacunkiem do innych zawodników, organizatorów i służb porządkowych.

- Zawodnicy powinni szanować zieleń i nie zanieczyszczać terenu. Zabrania się wyrzucania opakowań po batonach, żelach i napojach poza strefę na terenie miasteczka zawodów. Zabrania się używania szklanych pojemników.

- Każdy startujący w zawodach uczestniczy w nich na własną odpowiedzialność (bądź opiekuna prawnego) i ma świadomość, że udział w zawodach wiąże się ze zmożonym wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą ryzyko i zagrożenie wypadkiem (uszkodzeniem ciała, utratą zdrowia i życia). Każdy startujący oświadcza, iż jego stan zdrowia pozwala mu na wzięcie udziału w wyścigu. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za szkody i starty o charakterze majątkowym.

- W przypadku wystąpienia na trasie wypadku, kolizji lub niedyspozycji zawodnika zostanie udzielona zawodnikowi pomoc medyczna przez ratowników medycznych niezwłocznie po otrzymaniu informacji o zdarzeniu. Należy wziąć pod uwagę warunki terenowe, dostępność miejsca zdarzenia i możliwość szybkiego dotarcia ratowników medycznych.

- Podczas wyścigów na trasie mogą przebywać tylko startujący w danym wyścigu zawodnicy (dotyczy to również wyścigów kategorii dziecięcych – oznacza to, że opiekunowie nie mogą brać udziału w wyścigu, towarzysząc zawodnikom podczas biegu)

9. Zasady Fair Play:

- Wolniejszy zawodnik powinien ustąpić miejsca zawodnikowi szybszemu na trasie trzymając się w miarę możliwości najbliższej prawego brzegu trasy

- Szybszy zawodnik powinien zasygnalizować moment wyprzedzania hasłem np. „lewa wolna!”.

- Zawodnik musi zachować szczególną uwagę i ostrożność w miejscach niebezpiecznych.

- Podczas sprintu finiszowego zawodnik musi utrzymywać się na swoim torze (bieg na wprost – równoległe do barier i taśm ochronnych). W przeciwnym razie może on zostać zdyskwalifikowany.

10. Nagrody:

Dekorowanych będzie pierwszych 3 zawodników w kategorii **OPEN mężczyźni** i pierwsze 3 zawodniczki w kategorii **OPEN kobiet**

11. Kary:

W przypadku naruszenia niniejszego regulaminu organizator może zastosować poniższe kary:

- Ostrzeżenie ustne

- Dyskwalifikacja

12. Ruch pieszcy:

- Wyścig będzie się odbywać przy nieograniczonym ruchu pieszych (spacerowicze, etc.). W miejscach szczególnie niebezpiecznych organizator oznaczy trasę i zagrozi przejście pieszym.

- Zawodnicy muszą zachować szczególną ostrożność mając na uwadze możliwość wejścia pieszego z lasu lub bocznych ścieżek.

- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne kolizje i wypadki na trasie.

13. Informacje dodatkowe

- Zawodnicy podczas odbierania pakietów startowych w biurze zawodów po wcześniejszej rejestracji i płatności online zobowiązani są do posiadania dokumentu potwierdzającego tożsamość oraz do podpisania oświadczenia o zapoznaniu się z regulaminem. Osoby poniżej 18 roku życia biorą udział w imprezie za zgodą rodziców lub opiekunów prawnych.

- Za szkody wynikłe wobec uczestników jak i osób trzecich organizatorzy nie odpowiadają.

- Organizator zastrzega sobie prawo do interpretacji niniejszego regulaminu oraz do jego zmian (aktualny regulamin będzie dostępny w biurze zawodów).

- Organizator zastrzega sobie prawo do przełożenia lub odwołania imprezy w związku z nieprzewidzianym zdarzeniem, wystąpieniem klęsk żywiołowych lub innych uznawanych za działanie „siły wyższej”.

- Każdy startujący wyraża zgodę na przetwarzanie swoich (lub swojego podopiecznego) danych osobowych podanych przy rejestracji w rozumieniu ustawy o ochronie danych osobowych oraz wykorzystania wizerunku przez stowarzyszenie Mała Liga XC w celu promocji i upowszechniania sportu oraz kultury fizycznej, w tym publikacji wyników, zdjęć i sprawozdań z zawodów w prasie, na stronach internetowych i w informatorach branżowych

- Zabrania się fotografowania i innego utrwalania przebiegu imprezy oraz rozpowszechniania materiałów w celach sprzedaży bez uzyskania pisemnej zgody Organizatora (umożliwia się uczestnikom i kibicom robienie zdjęć i publikacji tylko dla własnego użytku, nie w celach komercyjnych)