

# XXXII BIEG GWARKÓW

**Zaliczany do punktacji:**  
**V edycja: SALOMON NORDIC SUNDAY 2010/11 oraz**  
**MISTRZOSTW POLSKI AMATORÓW**

## REGULAMIN

**1. Termin:** 6 lutego 2011 roku

**2. Miejsce:** Andrzejówka – Rybnica Leśna koło Wałbrzycha

**3. Organizator:**

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Wałbrzychu  
ul. Wysockiego 11 a, 58-300 Wałbrzych  
tel. 074 / 66 47115, fax 074 / 66 47 102  
[www.osir.walbrzych.pl](http://www.osir.walbrzych.pl), [osir@osir.walbrzych.pl](mailto:osir@osir.walbrzych.pl)

**4. Dyrektor Biegu:** Mariusz Gawlik

**5. Oficjalna strona internetowa Biegu:** [www.bieggwarkow.hb.pl](http://www.bieggwarkow.hb.pl)

**6. Cele imprezy:**

- promocja aktywności ruchowej i biegów narciarskich jako formy aktywnego i zdrowego spędzania czasu wolnego na wolnym powietrzu,
- promocja Wałbrzycha i regionu wałbrzyskiego oraz walorów turystycznych tego regionu dla aktywnych form spędzania czasu wolnego,
- pielęgnowanie górniczej tradycji Biegu Gwarków
- wyłonienie najlepszych zawodników w rywalizacji XXXII Biegu Gwarków

**7. Technika:** biegi rozgrywane są w stylu dowolnym (FT) i klasycznym (CF)

**8. Uczestnictwo:**

- impreza ma charakter otwarty, prawo startu mają osoby zrzeszone w klubach i amatorzy.
- uczestnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność zgodnie z Rozporządzeniem MEN z dnia 12.09.2001 r.(Dz.U.Nr101 poz.1095)
- dzieci i młodzież, która nie ukończyła 18 rok życia, dodatkowo zobowiązana jest do posiadania zgody rodziców lub opiekunów prawnych.
- uczestnictwo w biegu oznacza wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych oraz użycie wizerunku zawodnika dla potrzeb organizatora Biegu Gwarków.
- w biegu na dystansie 10 km i 20 km prawo startu mają osoby, które ukończyły 16 lat.
- ustawienie zawodników na starcie wg miejsc zajmowanych z roku ubiegłego / *dot. dystansu 10 i 20 km - tylko tych uczestników którzy zgłoszą i opłacą wpisowe do 28-01-2011r /*
- na trasie biegów na poszczególnych dystansach będą znajdowały się punkty kontrolne oraz przewiduje się punkty żywieniowe
- bieg będzie rozgrywany na trasie mającej formę pętli:
  - Wokół „Waligóry” – styl dowolny (FT)
  - Wokół „Klina” – styl klasyczny (CT)

**9. Dystanse i kategorie:**

- **0,3 km** - rocznik 2004 i młodsi (wspólna klasyfikacja chłopców i dziewcząt)
- **0,5 km** - 2002-03 chłopcy, dziewczęta (CT)
- **1 km** - 2000-01 chłopcy, dziewczęta (CT)
- **2 km** - 1998-99 chłopcy, dziewczęta (CT)

- **3 km** - 1997 chłopcy, dziewczęta (CT)
- **3 km** - 1995-96 chłopcy, dziewczęta (CT)  
(Biegi na dystansach 0,5 km, 1 km, 2 km, 3 km, zaliczane do punktacji powiatowej ligi narciarskiej - dokładny regulamin terminy ligi powiatowej znajduje się na stronie <http://www.mck.pl/pln2011.htm>)
- **5 km** - kat. VIP kobiet - styl klasyczny (CT)
- **10 km** - **Bieg Memoriałowy Józefa Pawlika**, open kobiet i mężczyzn (CT) i (FT) oraz VIP mężczyźni (CT)
- **20 km** - **Bieg Główny** - kat. open kobiet i mężczyzn (CT) i (FT)

**Biegi na dystansach 10 i 20 km zaliczane są do punktacji SALOMON NORDIC SUNDAY 2010/11**

**Bieg na dystansie 20 km CT mężczyzn oraz wynik z 10 km CT kobiet ( dystans 20 km i 10 km) i zaliczane są do punktacji Amatorskich Mistrzostw Polski.**

#### 10. Kategorie wiekowe - klasyfikacja prowadzona w biegach na dystansie 20 km

<b>K 1, M1</b>	16-18 lat (CT) (FT)	roczniki (1992-1994)
<b>K 2, M1</b>	19-29 lat (CT) (FT)	roczniki(1981-1991)
<b>K 3, M3</b>	30-39 lat(CT) (FT)	roczniki(1971-1980)
<b>K 4, M4</b>	40-49 lat(CT) (FT)	roczniki(1961-1970)
<b>K 5, M5</b>	50-59 lat(CT) (FT)	roczniki(1951-1960)
<b>K 6, M6</b>	60 lat i więcej(CT) (FT)	roczniki(1950 i starsi)

#### 11. Zgłoszenia:

Warunkiem udziału w imprezie jest wypełnienie druku z zgłoszenia stanowiącego załącznik do regulaminu i opłata wpisowego.

Zgłoszenia można dokonać:

- w formie elektronicznej, po wypełnieniu formularza znajdującego się na stronie Biegu Gwarków pod adresem: [www.bieggwarkow.hb.pl](http://www.bieggwarkow.hb.pl)
- osobiście w siedzibie organizatora - Ośrodek Sportu i Rekreacji w Wałbrzychu, ul. Wysockiego 11 a, 58-300 Wałbrzych - w dni robocze w godz. 7,00 – 15,00
- w Biurze Zawodów:
  1. w przeddzień biegu tj. sobota 5.02.2011 r. czynne będą dwa punkty:
    - portiernia OSiR przy ul. Wysockiego 11 a w Wałbrzychu w godz. 16:00 do 20:00
    - w schronisku Andrzejówka – sala konferencyjna w godz. 12:00 do 15:30
  2. w dniu zawodów w godz. 7.30 do 10.00 (zgłoszenia indywidualne do dystansów 0,5km, 1 km, 2 km, 3 km będą przyjmowane do godz. 9.30)
- **Zgłoszenia zbiorowe przyjmowane są do dnia 28-01-2011 r.**
  - **Rozpoczęcie wydawania numerów startowych, w biurze zawodów od 05.02.2011 po okazaniu dowodu wpłaty wpisowego.**

#### 12. Opłaty startowe:

- Wpisowe za udział w Biegu wynosi :
  - 20 zł - do dnia 5 lutego 2011 roku
  - 30 zł - w dniu zawodów
- Zwolnieni z opłat startowych są:

- uczniowie oraz studenci do 25 roku życia (po okazaniu ważnej legitymacji szkolnej lub studenckiej)
- „weterani” – uczestnicy powyżej 60 roku życia.

- Opłaty można dokonać :

- na konto organizatora: Ośrodek Sportu i Rekreacji w Wałbrzychu, PKO BP S.A. O/Wałbrzych 95 1020 5095 0000 5802 0011 6780  
tytułem wpłaty: Wpisowe Gwarki + nazwisko i imię zawodnika
- w kasie OSiR - sekretariacie OSiR Wałbrzych, ul. Wysockiego 11 a pok. 57 III piętro, od poniedziałku do piątku w godz. 10.00 – 14.00,
- w Biurze Zawodów ( czynne wg. pkt. 11 regulaminu)

### 13. Nagrody:

- **0,3 km**
  - wszyscy uczestnicy otrzymają okolicznościowe medale i upominki
- **0,5 km, 1 km, 2 km, 3km, 5 km, 10 km, VIP (open K, M - CT, FT)**
  - I, II, III miejsce – puchar, dyplom, nagroda rzeczowa
- **20 km (open K, M - CT, FT)**
  - I miejsce - puchar, dyplom, nagroda finansowa 1500 zł
  - II, III miejsce - puchar, dyplom, nagroda rzeczowa
- **20 km (kat. wiekowe K, M - CT, FT)**
  - I miejsce - medal, dyplom, nagroda rzeczowa
  - II, III miejsce - medal, dyplom, upominek
  - (zwycięzcy w kat. open nie otrzymuje nagrody rzeczowej za zwycięstwo w kat. wiekowej)

*Wśród wszystkich uczestników Biegu, rozlosowywane będą 2 wycieczki na Łazurowe Wybrzeże*

### 14 . Blok imprez towarzyszących:

- gry i zabawy na śniegu
- stoiska gastronomiczne
- konkurencje sportowe
- biesiada przy ognisku

### 15. Informacje dodatkowe:

- Wszyscy uczestnicy biegu otrzymają pamiątkowy medal i dyplom uczestnictwa
- Uczestnicy wszystkich biegów otrzymają gorący posiłek i herbatę.
  - Uczestnicy ubezpieczeni od NNW w PZU.
  - Pomiar czasu elektroniczny. **Bezpośrednio po zakończeniu biegu każdy zawodnik jest zobowiązany do zwrotu chipa.** (może być pobierana kaucja zwrotna w wysokości 10 zł)
  - Trasa biegu będzie oznakowana, zabezpieczona przez sędziów i ratowników medycznych oraz GOPR
  - W sprawach nie ujętych regulaminem decydują Sędzia Główny oraz Dyrektor Zawodów
  - W przypadku ograniczonej ilości lub braku śniegu dopuszcza się bieg na skróconej pętli, krótszym dystansie lub jednym stylem. W tych przypadkach bieg przyjmuje formę biegu na zaliczenie i nie przewidywane są nagrody finansowe jak w biegu głównym.
- Organizator zastrzega sobie prawo zmiany regulaminu