



Regulamin cyklu imprezy biegowej „3 Dyszki”

1. Cel imprezy

- upowszechnianie i rozpowszechnianie zdrowego trybu życia poprzez najprostszą formę ruchu jaką jest bieganie wśród mieszkańców trzech gmin: Międzyrzecz, Świebodzin i Sulechów,
- aktywizacja różnych grup społecznych, wiekowych i narodowościowych do czynnego udziału w imprezach biegowych,
- promocja imprez w mediach lokalnych oraz społecznościowych
- integracja, wymiana informacji i doświadczeń a także współpraca pomiędzy organizatorami imprez;

2. Organizatorzy

Organizatorami poszczególnych biegów są:

a) „Międzyrzecka Dziesiątka i Bieg Weterana”

Miejski Ośrodek Sportu i Wypoczynku w Międzyrzeczu, Osiedle Kasztelańskie 8B, 66-300 Międzyrzecz

Jednostka Wojskowa 17 Wielkopolskiej Brygady Zmechanizowanej w Międzyrzeczu

b) „Świebodzińska 10”

Klub Sportowy Herosi, ul. Zachodnia 36/6 66-200 Świebodzin

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Świebodzinie, ul. Sikorskiego 25, 66-200 Świebodzin

c) „Bieg Sulecha”

Sulechowski Klub Sportowy

Ośrodek Sportu i Rekreacji Sulechowanika w Sulechowie, ul. Licealna 10B, 66-100 Sulechów

3. Terminy biegów

Międzyrzecka X i Bieg Weterana - 28 maja 2022

Bieg Sulecha - 11 września 2022

Świebodzińska 10 - 17 września 2022

4. Warunki uczestnictwa

- a) Do punktacji klasyfikacji generalnej cyklu „3 Dyszki” zaliczany jest każdy uczestnik, który ukończył wszystkie biegi na dystansie 10 km wymienione w punkcie 3.
- b) Obowiązuje dolna granica wieku dopuszczająca zawodnika do rywalizacji, która wynosi 16 lat.
- c) Warunkiem zaliczenia całego cyklu pod nazwą „3 Dyszki” jest ukończenie w jednym sezonie (roku kalendarzowym) wszystkich trzech biegów wymienionych w punkcie 3. Za ukończenie biegu rozumie się dobiegnięcie na metę i sklasyfikowanie w końcowym komunikacie z wynikami.
- d) Organizatorzy zastrzegają sobie prawo, że w przypadku wycofania się z cyklu jednego z biegów, ilość startów potrzebna do ukończenia cyklu zostanie pomniejszona o ilość biegów, które zostaną wycofane w danym sezonie.
- e) Każdy z poszczególnych biegów posiada własny regulamin startowy, według którego dokonywane są zapisy oraz prowadzona całość imprezy.
- f) Każdy uczestnik zobowiązany do podpisania karty uczestnictwa w danym biegu, w której potwierdza, iż jego/jej stan zdrowia pozwala na czynny udział w biegu.
- g) Każdy uczestnik jest zobowiązany do przestrzegania aktualnych zaleceń sanitarno-epidemiologicznych wskazanych przez organizatora biegu.
- h) W poszczególnych biegach, zawodnicy zgłaszają się i startują zgodnie z regulaminem danego biegu.

5. Klasyfikacja końcowa cyklu „3 Dyszki”

- a) W każdym biegu klasyfikacja odbywa się na podstawie czasu brutto z biegu na 10 km.
- b) Klasyfikacja końcowa cyklu „3 Dyszki” odbywa się na podstawie sumy czasów brutto ze wszystkich biegów
- c) Klasyfikacja prowadzona jest w następujących kategoriach:
 - OPEN kobiet
 - OPEN mężczyzn
 - wiekowa z podziałem na płeć (kobiety, mężczyźni)

| | |
|---------|----------------------------------|
| M/K 20 | 16-29 lat (roczniki 2006-1993) |
| M/K 30 | 30-39 lat (roczniki 1992 - 1983) |
| M/K 40 | 40-49 lat (roczniki 1982 - 1973) |
| M/K 50 | 50-59 lat (roczniki 1972 - 1963) |
| M/K 60+ | (roczniki 1963 i starsi) |
- d) Zawodnik musi sam zadbać o prawidłową rejestrację w danym biegu. W przypadku rejestracji w innych biegach z innym imieniem (np. Mirek zamiast Mirosław) lub z nazwiskiem bez polskich liter (np. Wisniewski zamiast Wiśniewski), taki zawodnik będzie w liczeniu klasyfikacji generalnej traktowany, jako dwie inne osoby. Obowiązkiem zawodnika jest dopilnowanie rejestracji z prawidłowo podanym i takim samym imieniem i nazwiskiem na każdy bieg. W

przypadku stwierdzenia nieprawidłowości na liście startowej, zawodnik ma obowiązek poinformować o tym organizatora danego biegu, jeszcze przed zawodami.

6. Nagrody

Każdy zawodnik, który ukończył cały cykl biegowy będzie ujęty w klasyfikacji generalnej cyklu a medale z poszczególnych biegów utworzą jedna całość.

Klasyfikacja cyklu:

- OPEN kobiet miejsca 1-3 puchary i nagrody rzeczowe
- OPEN mężczyzn 1-3 puchary i nagrody rzeczowe
- wiekowa z podziałem na płeć (kobiety, mężczyźni)

KAT. M/K 20 - miejsca 1-3 dyplomy i nagrody rzeczowe

KAT. M/K 30 - miejsca 1-3 dyplomy i nagrody rzeczowe

KAT. M/K 40 - miejsca 1-3 dyplomy i nagrody rzeczowe

KAT. M/K 50 - miejsca 1-3 dyplomy i nagrody rzeczowe

KAT. M/K 60+ - miejsca 1-3 dyplomy i nagrody rzeczowe

Dekoracja zawodników odbędzie się w trakcie gali, której termin i miejsce zostaną ogłoszone bezpośrednio po zakończeniu ostatniego biegu.

7. Dodatkowe informacje

a) Oficjalnymi witrynami internetowymi cyklu imprez biegowych „3 Dyszki” w roku 2022 będą strony internetowe oraz profile Facebook poszczególnych Ośrodków:

- www.mosiw.pl - „Międzyrzeczka X i Bieg Weterana”
- www.osir.swiebodzin.pl - „Świebodzińska 10”
- www.facebook.com/SwiebodzinskaDziesiatka - „Świebodzińska 10”
- www.osir.sulechow.pl - „Bieg Sulecha” i podsumowanie cyklu
- <https://www.facebook.com/Bieg-Sulecha> - „Bieg Sulecha”

Będzie tam można znaleźć regulaminy poszczególnych biegów i całego cyklu, komunikaty oraz aktualne klasyfikacje.

b) Kontakt do organizatorów:

Międzyrzeczka X i Bieg Weterana MOSIW Międzyrzecz tel. 95 742 73 80

e-mail: administracja@mosiw.pl

Świebodzińska 10 KS Herosi tel. 883 784 530

OSiR Świebodzin tel. 698 561 365

e-mail: manager@osir.swiebodzin.pl

Bieg Sulecha

OSiR Sulechów tel. 609 645 250

e-mail: sport@osirsulechow.pl

- c) Prawo ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu przysługuje komisji powołanej przez organizatora.