

REGULAMIN
FESTIWAL BIEGOWY PÓŁMARATON CROSS LASKOWA
BIEG GÓRSKI 21 km

I ORGANIZATOR

1. Organizatorem jest Fundacja Festiwal Biegów (Fundacja FB), z siedzibą w Niskowej 161, kod pocztowy: 33-395 Chelmiec, biuro w Warszawie, ul. Solec 85/33, kod pocztowy: 00-382; www.festiwalbiegowy.pl/festiwal-biegowy, e-mail: info@festiwalbiegow.pl.
2. Partner Strategiczny – Gmina Gospodarz Gmina Laskowa z siedzibą w Laskowej 643; kod pocztowy: 34-602 Laskowa 643.
3. Strona internetowa imprezy to: <https://rejestracja-festiwalbiegowy.pl/laskowa/>

II TERMIN, MIEJSCE, TRASA

1. **Termin – 02.08.2025 r. (sobota), start godz. 16:00**
2. Start i meta: Laskowa, stadion piłkarski
3. Dystans: ok. 21 km, Przewyższenie + /- 1 127 m
4. Opis trasy: Trasa średnio-trudna, wyznaczona w Beskidzie Wyspowym, górzysta z podbiegami i zbiegami.
5. Punkty żywnościowe: woda + izotonik 5 km / 15 km
6. Uczestnicy biegu powinni poruszać się po drogach publicznych prawą stroną drogi, po utwardzonym poboczu a w przypadku jego braku po prawej stronie pasa ruchu i zajmować nie więcej niż połowę jego szerokości. W czasie poruszania się po drogach publicznych uczestnicy biegu powinni ograniczyć korzystanie ze słuchawek i urządzeń odtwarzających np. muzykę.
7. Biuro zawodów otwarte w godzinach 12:00-15:30

Lokalizacja: Gmina Laskowa - Stadion Klubu Laskovia, 34-602 Laskowa

III LIMITY CZASU

1. Limit trasy: 3,5 godziny
2. Na trasie znajdować się będą dodatkowe, nie oznaczone na mapie punkty kontrolne, które musi pokonać każdy zawodnik. Nie przebiegnięcie przez którykolwiek z punktów kontrolnych powoduje automatyczną dyskwalifikację.
3. Zawodnicy, którzy nie dobiegną do mety w Laskowej do godziny 19:30, zobowiązują się przerwać bieg i zejść z trasy.

IV ZALECANE WYPOSAŻENIE

- a. kubek na płyny (wielokrotnego użytku),
- b. plecak lub nerka biegowa na sprzęt i napoje,
- c. aktywny, naładowany telefon komórkowy, którego numer jest odnotowany na karcie zgłoszenia,
- d. numer ICE (kontakt do osoby najbliższej) zapisany na odwrocie numeru startowego,
- e. ubezpieczenie zdrowotne.

V UWAGI OGÓLNE

1. Uczestnicy są zobowiązani do przestrzegania zasad prawa leśnego i przeciwpożarowego, wszelkie śmieci (m.in. opakowania po odżywkach, napojach) punktów żywieniowych. Udowodnione, ewidentne przypadki śmiecenia zostaną objęte karą dyskwalifikacji.
2. Uczestnicy biegu - poruszają się tylko po - wyznaczonej, oznakowanej i zabezpieczonej trasie - zwłaszcza na drogach publicznych.
3. Zabrania się udziału w biegu w stanie: po użyciu alkoholu, stanie nietrzeźwości, bądź pod wpływem środków odurzających i dopingujących.
4. Uczestnik biegu po przekroczeniu regulaminowego limitu, schodzi z trasy biegu na chodnik/pobocze, zdejmuje numer startowy i zgłasza sędziom/organizatorowi ten fakt na nr telefonu podany na numerze startowym.
5. Uczestnicy biegu - podporządkowują się poleceniom: Sędziów Zawodów, Służby Porządkowej Organizatora, Policji, a także Państwowej Straży Pożarnej, Ratownikom GOPR i Lekarzom/Ratownikom Zabezpieczenia Ratowniczo-Medycznego - podczas prowadzenia akcji ratowniczej.

VI UCZESTNICZY

Wszyscy zawodnicy, którzy zarejestrują się przez elektroniczny formularz lub w biurze zawodów uiszcza opłatę, odbiorą numer startowy, a w dniu 2 sierpnia 2025 będą mieli ukończone 18 lat.

VII ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia przyjmowane są na stronie <https://rejestracja-festiwalbiegowy.pl/laskowa/> w miarę dostępności miejsc będzie możliwość zgłoszenia się do biegu bezpośrednio w biurze zawodów.
2. Każdy zawodnik który poprawnie wypełnił formularz zgłoszeniowy i uiścił opłatę, winien zgłosić się do biura zawodów i na podstawie wypełnionego przez siebie oświadczenia zawodnika, otrzyma pakiet startowy, numer startowy, który widnieje przy jego nazwisku na liście startowej oraz chip.
3. Opłata startowa: 30 złotych.

VIII KLASYFIKACJE

W biegu prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- a. klasyfikacja open kobiet i mężczyzn
- b. klasyfikacje wiekowe kobiet i mężczyzn: 18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60+

IX NAGRODY

Lista nagród zostanie zaprezentowana nie później niż do 15.07.2025 r.

X POSTANOWIENIA KOŃCOWE

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatorów.

Organizator zastrzega sobie możliwość zmiany treści regulaminu.

Fundacja Festiwal Biegów