

Karta zgłoszenia do udziału dorosłych
w „XII Biegu Sokolim – Niepodległościowym”
organizowanym przez TG „Sokół” w Sanoku, ul. Mickiewicza 13
w dniu 4.11.2017 r.

1. Imię i nazwisko uczestnika:
2. Data urodzenia.....
3. Adres
4. Emailtel.....
- 5..Klub:

.....
Oświadczam, że zapoznałem się z Regulaminem i stan mojego zdrowia pozwala na udział w „XII Biegu Sokolim – Niepodległościowym”. Startuję na własne ryzyko.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez Organizatora oraz na publiczne wykorzystanie zdjęć i nazwiska Uczestnika w sprawozdaniu opublikowanym w mediach.

.....
Podpis osoby pełnoletniej

.....
Miejscowość, data

„W ZDROWYM CIELE, ZDROWY DUCH”
„mens sana in corpore sano”



REGULAMIN

„XII Biegu Sokolego – Niepodległościowego”

organizowanego przez

**Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół”
w Sanoku**

ul. Mickiewicza 13 I p.

tel. 503 319 517

www.sokolsanok.pl sokol@sokolsanok.pl

1889 – 2017



2017

Regulamin „XII Biegu Sokolego – Niepodległościowego”

1. „XII Bieg Sokoli – Niepodległościowy” organizowany jest dla młodzieży i dla dorosłych przez TG „Sokół” w Sanoku.

2. Cel Biegu:

- uczczenie **99 rocznicy odzyskania niepodległości przez Polskę**, po 123 latach niewoli,
- kontynuacja realizacji hasła sokolego: **„W zdrowym ciele zdrowy duch”**.

3. W Biegu może wziąć udział każdy (obywatel UE), **kto:**

- w dniu 4.11.2017 r. ukończył 18 rok życia,
- podpisał oświadczenie o stanie swojego zdrowia, lub przedstawił aktualne badania lekarskie zezwalające na uczestnictwo w biegu długodystansowym,
- wpłacił wpisowe 20 zł (bieg na 5000 m lub 2500 m) do dnia **30.10.2017 r.**, lub 40 zł w dniu zawodów. Uczniowie są zwolnieni za okazaniem legitymacji. Wpisowe wpłacamy na konto: **PBS 66 8642 0002 2001 0077 5849 0001**.

4. W biegu może wziąć udział każdy uczeń, który nie ukończył 18 roku życia posiadający:

- zgodę rodziców i aktualne badania lekarskie zezwalające na uczestnictwo w biegu długodystansowym,
- legitymację szkolną.

5. Zasady finansowania:

- koszty uczestnictwa w biegu pokrywają uczestnicy we własnym zakresie,
- koszty związane z organizacją zawodów pokrywa organizator.

6. Termin i miejsce – sobota, 4 listopada 2017 r. – godz. 12⁰⁰ – Sanok, ul. Mickiewicza 13.

7. Dystans, czas startu, trasa biegu:

Bieg główny (K + M) – dystans: **5 000 m** + bieg dla początkujących (K + M) – dystans: **2 500 m** – start wspólny, godz. **12⁰⁰**.

Trasa: **DOM SOKOŁA** – Mickiewicza – Piłsudskiego – 3 Maja – Rynek – Zamkowa – Żwirki i Wigury – 2 Pułku Strzelców Podhalańskich – Szopena – Mickiewicza – „**Plac Harcerski**”.

2 okrążenia, bieg główny i 1 okrążenie, bieg dla początkujących.

8. Organizacja biegu:

1. dane osobowe zawodnika, przesłane email'em należy potwierdzić przed biegiem w sekretariacie,
2. pobranie przez zawodnika numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu,
3. elektroniczny pomiar czasu,
4. na mecie biegu ciepłe napoje i poczęstunek,
5. opieka medyczna,
6. szatnia, umywalki.

9. Odpowiedzialni:

- za przebieg biegu odpowiada: mgr Damian Dziewiński t. 602 457 956
- zabezpieczenie bezpośrednie stanowią osoby według załączonej listy.

10. Zgłoszenia kierować na adres: <http://www.pomiar-czasu.pl/zapisz.php?nr=z1711041> (sokol@sokolsanok.pl)

w terminie do 30.10.2016 r.

Zgłoszenia przyjmowane będą również w dniu startu w sekretariacie biegu od godz. 10⁰⁰ do 11¹⁵.

11. Przewidziano: puchary, medale dla zwycięzców oraz dla pozostałych uczestników, nagrody pieniężne, oraz drobne nagrody losowe.

12. Niesportowe zachowanie zawodnika na trasie grozi dyskwalifikacją.

13. Organizator zastrzega sobie zmiany Regulaminu.

14. Doraźną pomoc medyczną zapewni:

1346 56 202 – lekarz dyżurny, Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Sanoku,

1346 56 100 – Dyspozytornia, 1346 56 155 – Gabinet lekarski, Szpitalny Oddział Ratunkowy.

Za kolumną zawodników podążać będzie karetka.

15. Ochronę przeciwpożarową zapewni: 998 lub 112 – stanowisko kierowania Komendy Powiatowej PSP,

1346 31 190, 1346 58 901 – oficer dyżurny KP PSP w Sanoku.

16. Ochronę imprezy będzie wspierał Komenda Powiatowa Policji w Sanoku tel. 1346 57 310.

Zwycięzcy biegu, najmłodszy i najstarszy zawodnik wraz z Zarządem TG „Sokół”, złożą kwiaty w ogródku z „Sokołem zrywającym kajdany niewoli”

Organizator

Karta zgłoszenia do udziału dorosłych
w „XII Biegu Sokolim – Niepodległościowym”
organizowanym przez TG „Sokół” w Sanoku, ul. Mickiewicza 13
w dniu 4.11.2017 r.

* wszystkie dane prosimy wypełnić pismem drukowanym

1. Imię i nazwisko uczestnika:
2. Data urodzenia.....
3. Adres
4. Emailtel.....
- 5..Klub:

.....
Oświadczam, że zapoznałem się z Regulaminem i stan mojego zdrowia pozwala na udział w „XII Biegu Sokolim – Niepodległościowym”. Startuję na własne ryzyko.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez Organizatora oraz na publiczne wykorzystanie zdjęć i nazwiska Uczestnika w sprawozdaniu opublikowanym w mediach.

Sanok, 5.11.2016 r.
Miejscowość, data

.....
Podpis osoby pełnoletniej

Bez prawidłowo wypełnionej Karty zgłoszenia, zawodnik nie zostanie dopuszczony do biegu.

Karta zgłoszenia do udziału uczestnika do 18 lat,
w „XII Biegu Sokolim – Niepodległościowym”
organizowanym przez TG „Sokół” w Sanoku
w dniu 4.11.2017 r.

1. Imię i nazwisko uczestnika:
2. Data urodzenia.....
3. Klasa
4. Nazwa szkoły
6. Nazwa klubu:
7. Imię i nazwisko opiekuna szkolnego lub klubowego.....
8. Email kontaktowy.....
9. Tel. kontaktowy do rodzica lub opiekuna.....

Wyrażam zgodę na udział mojego dziecka
w „XII Biegu Sokolim – Niepodległościowym”.

Jednocześnie oświadczam że stan zdrowia mojego dziecka pozwala na udział w tego typu zawodach sportowych, co potwierdza aktualne badanie lekarskie.

.....
Czytelny podpis rodzica/opiekuna osoby niepełnoletniej

- Wyrażam **zgodę** na przetwarzanie moich danych osobowych oraz wizerunku dla potrzeb związanych z organizacją i promocją imprezy. Przyjmuje do wiadomości, że przysługuje mi prawo wglądu do treści moich danych oraz ich poprawiania.

- **Zrzekam się** prawa dochodzenia prawnego lub zwrotnego od organizatora lub jego zleceniobiorców w razie wypadku lub szkody związanej z Biegiem. **Zobowiązuję** się wobec organizatora, nie występować teraz i w przyszłości z żadnymi roszczeniami, które mogą wyniknąć w związku z moim startem w Biegu.

.....
Podpis rodzica/opiekuna osoby niepełnoletnie

Sanok, 4.11.2017 r.
Miejscowość, data

Bez prawidłowo wypełnionej Karty zgłoszenia, zawodnik nie zostanie dopuszczony do biegu.

Jako uczestnik biegu, po zarejestrowaniu się na formularzu (<http://www.sokolsanok.pl/3-1-biegi>), składając podpis na niniejszej liście:

1. Potwierdzam zgodność moich danych osobowych.
2. Potwierdzam odbiór numeru startowego i czipa.
3. **Oświadczam** (dla dorosłych), że jestem zdolny/a do udziału w: XII Biegu Sokolim–Niepodległościowym, nie są mi znane żadne powody o charakterze zdrowotnym wykluczające mnie z udziału w biegu, oraz że startuję na własną odpowiedzialność.
4. Równocześnie składam (uczestnik biegu, który w dniu 4.11.2017 r. nie ukończył 18 lat), podpisaną przez rodzica/opiekuna, Kartę Zgłoszenia w sekretariacie biegu, z poniższą zgodą, oświadczeniem i dołączonym aktualnym badaniem lekarskim.

Wyrażam **zgodę** na udział mojego dziecka (imię i nazwisko).....
w „XII Biegu Sokolim–Niepodległościowym”.

Jednocześnie **oświadczam** że stan zdrowia mojego dziecka pozwala na udział w tego typu zawodach sportowych, co potwierdza **aktualne badanie lekarskie**.

.....
Czytelny podpis rodzica/opiekuna osoby niepełnoletniej

5. **Oświadczam**, że zapoznałem /-am/ się z Regulaminem Biegu, w pełni akceptuję jego warunki i zobowiązuje się do jego przestrzegania.
6. Wyrażam **zgodę** na przetwarzanie moich danych osobowych oraz wizerunku dla potrzeb związanych z organizacją i promocją imprezy. Przyjmuje do wiadomości, że przysługuje mi prawo wglądu do treści moich danych oraz ich poprawiania.
7. **Zrzekam się** prawa dochodzenia prawnego lub zwrotnego od organizatora lub jego zleceniobiorców w razie wypadku lub szkody związanej z Biegiem i **zobowiązuję** się wobec organizatora, nie występować teraz i w przyszłości z żadnymi roszczeniami, które mogą wynikać w związku z moim startem w Biegu.

Sanok, 4.11.2017 r.

Podpis uczestnika XII Biegu Sokolego-Niepodległościowego

.....

Bieg główny – 5 000 m

M: 3 puchary + 3 medale + 6 nagród pieniężnych (I-300 zł, II-250 zł, III-200 zł, IV-150, V-100, VI-80),
K: 3 puchary + 3 medale + 3 nagrody pieniężne (I-300 zł, II-250 zł, III-200 zł),

Grupy wiekowe

K1 – **1998 i młodsze** (do 19): 1 puchar + 3 medale
K2 – **1997-1978** (20-39): 1 puchar + 3 medale
K3 – **1977-1968** (40-49): 1 puchar + 3 medale
K4 – **1967 i starsze** (50 i więcej): 1 puchar + 3 medale

M1 – **1998 i młodzi** (do 19): 1 puchar + 3 medale
M2 – **1997-1988** (20-29): 1 puchar + 3 medale
M3 – **1987-1978** (30-39): 1 puchar + 3 medale
M4 – **1977-1968** (40-49): 1 puchar + 3 medale
M5 – **1967-1958** (50-59): 1 puchar + 3 medale
M6 – **1957 i starsi** (60 i więcej): 1 puchar + 3 medale

Bieg specjalny – 2 500 m

K: 3 puchary + 3 medale
M: 3 puchary + 3 medale

Dla najstarszego: 1 puchar + 1 dyplom

Dla najmłodszego: 1 puchar + 1 dyplom

Medale dla zwycięzców oraz dla pozostałych uczestników.

Po wręczeniu pucharów, medali za zwycięstwo (I-III), medali za udział i nagród, zostaną rozlosowane upominki dla uczestników biegów 2500 i 5000.

Następnie zwycięzcy oraz najstarszy i najmłodszy zawodnik (2500 i 5000 razem) złożą kwiaty pod rzeźbą „Sokoła zrywającego kajdany niewoli”.