

# REGULAMIN „VII BIEGU SOKOŁA”

**Burmistrz  
GIM Sokolów Młp.**

**ORGANIZATORZY**

Podkarpackie Zrzeszenie LZS w Rzeszowie

Zespół Szkół im. Jana Pawła II w Sokolowie Młp.

34. Wojskowy Oddział Gospodarczy w Rzeszowie

Miejsko-Gminna OSP w Sokolowie Młp.

Komenda Powiatowej Policji w Sokolowie Młp.

**Miasto Sokółki**  
Miejski Ośrodek Kultury, Sportu i Rekreacji w Sokolowie Młp.

**IZS**

**POLSKA**

**POLICJA**

# VII Bieg Sokoła

## Sokołów Małopolski



**27 czerwca 2015r.**

DIŚTANS - 1,5 km, 5 km, 10 km

TRASA - nawierzchnia asfaltowa, drogi i ścieżki leśne

START I META - ul. Rynek 1 (obok Urzędu GIM w Sokolowie Młp.)

INFORMACJE - tel.: 17 7729-053 e-mail: [mgoksir@sokolow-mlp.pl](mailto:mgoksir@sokolow-mlp.pl)

ZGŁOSZENIA - [www.mgokm-polskie.pl](http://www.mgokm-polskie.pl), [www.eurocalendar.info](http://www.eurocalendar.info), [www.mgoksir-sokolow.pl](http://www.mgoksir-sokolow.pl), [www.sokolow-mlp.pl](http://www.sokolow-mlp.pl)

**SPONSORZY**

Podkarpacki Wojewódzki Szkolny Związek Sportowy w Rzeszowie

Bank Spółdzielczy w Sokolowie Małopolskim

New Balance

PH.P.U. Małopolska Gorący Jodłowscy S.J. w Sokolowie Młp.

Ośrodek Szkolenia Kierowców "AVANTI" w Sokolowie Młp.

Siłownia "EVITKA" Jacek Oskar w Sokolowie Młp.



**Pod Patronatem Burmistrza  
Gminy i Miasta Sokolów Małopolski**

## I. CEL

- Popularyzacja biegu jako formy rekreacji ruchowej.
- Propagowanie zdrowego stylu życia.
- Promocja miasta Sokołów Małopolski i okolic.

## II. ORGANIZATORZY

- Burmistrz Gminy i Miasta Sokołów Młp.
- Miejsko Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji Sokołów Młp.
- Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe Warszawa
- Podkarpackie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe Rzeszów
- 34. Wojskowy Oddział Gospodarczy Rzeszów
- Zespół Szkół im. Jana Pawła II Sokołów Młp.
- Miejsko-Gminna Ochotnicza Straż Pożarna Sokołów Młp.
- Komisariat Policji Sokołów Młp.

## III. TERMIN I MIEJSCE

**27.06.2015 r. (sobota) godz. 9:30 Sokołów Młp. Bieg na 1,5 km, godz. 10.00 Bieg Główny oraz Bieg na 5 km (start wspólny).**  
Start i meta Rynek 1 (obok Urzędu Gminy i Miasta w Sokołowie Młp.)  
Zgłoszenia od godz. 7.30 do godziny 9.00 w dniu startu.

## IV. TRASA

Program zawodów:

1. Bieg 1,5 km - do 13 lat kategoria dziewcząt i chłopców
2. Bieg 5 km (nawierzchnia asfaltowa).
3. Bieg Główny 10 km (nawierzchnia asfaltowa, drogi i ścieżki leśne).
4. Uroczyste zakończenie.

## V. WARUNKI UCZESTNICTWA

W Biegu mogą uczestniczyć zawodnicy, którzy:

1. Przedstawią zaświadczenie lekarskie pozwalające na uczestnictwo w Biegu lub podpiszą oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność.
2. Dokonają terminowego zgłoszenia.
3. Mają ukończone 18 lat (do 18 lat za pisemną zgodą rodziców).

## VI. KATEGORIE WIEKOWE

Mężczyźni		Kobiety	
kat. A	13 lat i młodsi (2002<)	kat. I	13 lat i młodsze (2002<)
kat. B	14 – 19 lat (2001-1996)	kat. J	14 – 19 lat (2001-1996)
kat. C	20 – 29 lat (1995-1986)	kat. K	20 – 29 lat (1995-1986)
kat. D	30 – 39 lat (1985-1976)	kat. L	30 – 39 lat (1985-1976)
kat. E	40 – 49 lat (1975-1966)	kat. M	40 – 49 lat (1975-1966)
kat. F	50 – 59 lat (1965-1956)	kat. N	50 – 59 lat (1965-1956)
kat. G	60 – 69 lat (1955-1946)	kat. O	60 – 69 lat (1955-1946)
kat. H	70 lat i starsi (1945>)	kat. P	70 lat i starsze (1945>)

**Bieg na 5 km bez podziału na grupy wiekowe**

## VII. NAGRODY

1. Zawodnicy w poszczególnych kategoriach Biegu Głównego oraz 1,5 km otrzymują za miejsca I-III okolicznościowe statuetki wraz z grawerką.
2. Zawodnicy w klasyfikacji generalnej Biegu Głównego, Biegu na 1,5 km oraz 5 km za zajęcie miejsca od I-III otrzymują okolicznościowe puchary z grawerką.
3. **Zawodnicy, którzy w Biegu Głównym zajmą trzy pierwsze miejsca nie będą nagradzani w kategoriach wiekowych.**
4. Wśród zawodników, którzy ukończą Biegi zostaną rozlosowane nagrody rzeczowe.
5. Organizatorzy zapewniają pamiątkowe medale, koszulki, długopisy i torby z nadrukami dla uczestników Biegu.

## VIII. SPRAWY OGÓLNE

1. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Organizatorzy zapewniają opiekę medyczną, gorący posiłek, wodę mineralną dla uczestników Biegu.
3. Organizatorzy zastrzegają sobie podanie oficjalnej klasyfikacji końcowej po 60 min od ukończenia Biegu przez ostatniego zawodnika.
4. Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatorów Biegu.
5. Regulamin Biegu oraz komunikat końcowy będą dostępne na stronach: [www.maratonypolskie.pl](http://www.maratonypolskie.pl), [www.eurocalendar.info](http://www.eurocalendar.info), [www.mgoksir-sokolow.pl](http://www.mgoksir-sokolow.pl), [www.sokolow-mlp.pl](http://www.sokolow-mlp.pl).
6. Wyniki Biegu będą podane przez ULTIMASPORT.PL-elektroniczny sportowy pomiar czasu na zawodach sportowych, tel. kom. Tomasz Zając 691-601-151

## IX. ZGŁOSZENIA

1. Na stronach internetowych: [www.maratonypolskie.pl](http://www.maratonypolskie.pl), [www.eurocalendar.info](http://www.eurocalendar.info), [www.mgoksir-sokolow.pl](http://www.mgoksir-sokolow.pl), [www.sokolow-mlp.pl](http://www.sokolow-mlp.pl).
2. W sekretariacie zawodów w dniu startu w godz. 7.30-9.00
3. Wpisowe dla uczestników Biegu na 5 km oraz Biegu Głównego:
  - do **12.06.2015 r.** wynosi **10 zł-5 km** oraz **15 zł-Bieg Główny** - płatne na konto BS Sokołów Młp. nr 20 9182 0006 0000 0404 2000 0010
  - od **13.06.2015 r.** do dnia biegu wpisowe wynosi **15 zł-5 km** oraz **20 zł-Bieg Główny** płatne w biurze zawodów.
  - Z opłaty wpisowego zwolnieni są uczestnicy Biegu z Gminy i Miasta Sokołów Młp.
4. Opłata startowa nie podlega zwrotowi.

### Dane do przelewu:

Miejsko Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji w Sokołowie Młp.,  
ul. Lubelska 5, 36-050 Sokołów Młp.

W tytule przelewu prosimy wpisać imię i nazwisko zawodnika oraz miejscowość.

**Bieg Współfinansowany ze środków Ministerstwa  
Sportu i Turystyki w Warszawie**

**Organizatorzy**