REGULAMIN biegów strażackich „Biegamy PoTężnie 5” w Ciechocinku

19 września 2026 r. Ciechocinek

I. Cel

- popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu wśród strażaków,
- propagowanie biegania jako formy zdrowego stylu życia.
- Integracja środowiska strażackiego i sportowego.
- stworzenie możliwości rywalizacji i współzawodnictwa sportowego.

II. Organizatorzy

- Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Aleksandrowie Kujawskim,
- Organizatorzy wymienieni w Regulaminie biegu BIEGAMY POTĘŻNIE 5 i 10

III. Termin i miejsce

Zawody odbędą się w dniu 19 września 2026 r. w Ciechocinku w ramach „Biegamy PoTężnie 5 i 10 w Ciechocinku”. Start biegu nastąpi o godz. 10^{00}.

Biuro zawodów:

- Wszyscy zawodnicy startujący w Biegu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. W tym celu biuro będzie czynne w następujących terminach:
- dla strażaków - 19 września (sobota) w godzinach 8:00 – 9:30,
- Adres Biura Zawodów: Sala Gimnastyczna LO Ciechocinek ul. M. Kopernika róg Armii Krajowej Ciechocinek
- **Po odbiorze pakietu startowego w dniu 19 września konieczna jest weryfikacja w kategorii strażak w dniu zawodów.**
- Organizator zastrzega sobie możliwość zmiany lokalizacji Biura Zawodów, informacja o tym fakcie zostanie zamieszczona na stronie biegu: **www.biegamypoteznie.pl**

W Biurze Zawodów zawodnicy otrzymają pakiety startowe. Pakiety startowe zawierają:

- numer startowy,
- agrafki,
- chip do pomiaru czasu
- oraz pamiątkową koszulkę.

Podczas odbioru zestawu startowego z numerem i chipem zawodnik powinien posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem.

IV. Warunki uczestnictwa

- W biegu na 5 km uczestniczyć mogą wszyscy funkcjonariusze i emeryci PSP, członkowie OSP i strażacy z wszelkich innych formacji (wojskowa, zakładowa, miejska straż pożarna i inne). Warunkiem udziału w zawodach jest przedłożenie **legitymacji oraz przedstawienie ważnego zaświadczenia lekarskiego, stwierdzającego zdolność do udziału w zawodach wystawione nie później niż 30 dni przed biegiem, lub złożenie oświadczenia woli startu na własną odpowiedzialność i braku przeciwwskazań lekarskich.**
- każdy zawodnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem **Biegamy PoTężnie 5 i 10** i zobowiązany jest do jego przestrzegania. Niespełnienie warunków regulaminu spowoduje niesklasyfikowanie w Mistrzostwach.

V. Klasyfikacja

W ramach strażackiej klasyfikacji „Biegamy PoTężnie 5" w Ciechocinku prowadzone będą następujące klasyfikacje:

a) generalna – kobiet,
b) generalna – mężczyzn,

VI. Zgłoszenia

1. Zgłoszenia przyjmowane są poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego na stronie internetowej www.biegamypoteznie.pl
   (w rubrykę ***KLUB*** należy wpisać nazwę jednostki organizacyjnej pod którą podlega strażak), zgodnie z ustaleniami regulaminu Biegamy PoTężnie 5 w Ciechocinku
2. KORZYSTAJĄC Z PANELU ZAPISÓW INTERNETOWYCH I PODCZAS WERYFIKACJI W BIURZE ZAWODÓW NALEŻY DODATKOWO ZGŁOSIĆ KATEGORIĘ„STRAŻAK".

Warunkiem sklasyfikowania w biegu jest przedstawienie dokumentu potwierdzającego przynależność do straży pożarnej u funkcjonariusza prowadzącego odrębną weryfikację w biurze zawodów w dniu 19 września br. w godzinach 08.00-9.30

VII. OPŁATY

1. Każdy uczestnik Biegu ponosi koszty opłaty startowej.
2. Opłata startowa przez stronę 70 zł W dniu biegu opłata startowa wynosi 100 zł.
3. Opłatę na konto bankowe należy uiścić w ciągu 7 dni od dnia zapisania się.

VIII. Nagrody i świadczenia

Przewidujemy nagrody dla pierwszych trzech zawodników w każdej z trzech kategorii.

IX. Postanowienia końcowe

1. Wszelkie dodatkowe informacje dot. zawodów, dostępne są na stronie biegu: **www.biegamypoteznie.pl**,
2. Czasy uzyskane przez biegaczy będą mierzone metodą elektroniczną.
3. Strażacka klasyfikacja dotyczy wyłącznie biegu na 5 km.
4. Część trasy zawodów przebiega ulicami przy ograniczonym ruchu ulicznym. Uczestnicy biegu zobowiązani są do zachowania szczególnej ostrożności i bezwzględnego podporządkowania się zaleceniom kierujących ruchem podczas poruszania się po odcinkach trasy wchodzących w bezpośredni kontakt z ruchem samochodowym.

Biegamy PoTężnie 5 w Ciechocinku jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika.

Kontakt:

- Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Aleksandrowie Kujawskim – mł. asp. Monika Skibińska – 47 751 30 25