

REGULAMIN

I MARATONU PŁYWACKIEGO DOKOŁA SOBÓTKI

- 1. Organizatorzy:** Miejski Zespół Obiektów Sportowych JB w Płocku, Rejonowe Płockie Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe
- 2. Biuro zawodów:** Kąpielisko Miejskie Sobótka
- 3. Cel zawodów:**
 - popularyzacja pływania, jako aktywnej formy spędzania wolnego czasu,
 - popularyzacja pływania w różnym wieku,
 - współzawodnictwo sportowe,
 - promocja obiektów MZOS Płock.
 - promocja WOPR Płock.
- 4. Termin i miejsce:**
 - maraton pływacki odbędzie się 17 sierpnia 2014 r. (niedziela) o godz. 10.00,
 - miejsce - Kąpielisko Miejskie „Sobótka”, ul. Rybaki w Płocku,
- 5. Trasa maratonu:**
 - wyścig odbędzie się na rundach 500 metrowych wokół Kąpieliska Miejskiego Sobótka.
 - Po zakończeniu każdej rundy zawodnicy przebiegają ok. 50 metrów na start kolejnej rundy.
- 6. Dystanse (w kolejności startów):**
 - **1500 metrów** (3 rundy) - dziewczęta i chłopcy od 16 do 19 lat, kobiety powyżej 35 lat oraz mężczyźni powyżej 50 lat;
 - **3000 metrów** (6 rund) - mężczyźni od 20 do 34 lat;
 - **2000 metrów** (4 rundy) - kobiety od 20 do 34 lat oraz mężczyźni 35-49 lat.
- 7. Program minutowy zawodów:**
 - 9.00 - otwarcie Biura Zawodów
 - 9.00 – 10.30 - weryfikacja zawodników i wypełnianie kart startowych
 - 9.45 – odprawa techniczna dla wszystkich dystansów
 - 10.00 – start dystansu 1500 m
 - 10.45 – start dystansu 3000 m
 - 12.00 – start dystansu 2000 m
 - 13.00 – ceremonia wręczenia nagród i zakończenie zawodów
- 8. Uczestnictwo:**
 - warunkiem udziału w zawodach jest dokonanie elektronicznej lub osobistej rejestracji oraz uiszczenie opłaty startowej na konto WOPR PŁOCK.
 - Zgłoszenie udziału w zawodach, z podaniem imienia, nazwiska oraz roku urodzenia, należy składać elektronicznie na adres: t.marciniak@mzos.ump.pl do dnia **8.08.14 r.** lub w dniu imprezy 17.08.2013 r. w biurze zawodów.
 - w zawodach mogą uczestniczyć osoby, które ukończyły 16 lat, posiadające aktualne badania lekarskie lub którzy podpiszą oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność,
 - w przypadku zawodników niepełnoletnich, wymagana jest pisemna zgoda rodziców lub opiekunów prawnych.

9. Opłata wpisowa:

- w terminie do 8.08.2014 r. – opłata startowa wynosi 20 PLN (płatne przelewem)
- w dniu zawodów – opłata startowa wynosi 40 PLN (płatne gotówką w Biurze Zawodów).

Wpłaty prosimy kierować na:

Rejonowe Płockie Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe

Numer konta:

Bank PKO

nr. konta: 96124031741111000028902247

W tytule przelewu należy podać: imię, nazwisko i dopisek „maraton pływacki”

Nagrody i świadczenia:

- za zajęcie miejsc od I – III w kategoriach wiekowych z podziałem na kobiety i mężczyzn, zawodnicy otrzymają nagrody rzeczowe ufundowane przez MZOS Płock,
- za zajęcie I miejsca w kategoriach wiekowych z podziałem na kobiety i mężczyzn, zawodnicy otrzymają puchary ufundowane przez MZOS Płock
- w ramach opłaty startowej każdy uczestnik otrzyma: limitowany czepek silikonowy oraz ciepły napój na mecie.

Wszyscy zawodnicy zostaną ubezpieczeni od NW

10. Bezpieczeństwo:

- za bezpieczeństwo uczestników odpowiedzialny są ratownicy WOPR Płock
- trasa wyścigu oznaczona będzie wyraźnymi bojami,
- organizator zapewnia opiekę medyczną podczas zawodów,
- maraton zostanie odwołany gdy temp. wody w dniu zawodów spadnie poniżej 15 st. C.

11. Przepisy techniczne:

a/ zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z przepisami PZP,

b/ zawodnicy uczestniczący w zawodach mają prawo:

- pokryć ciało warstwą substancji zabezpieczających ciało przed obniżeniem jego temperatury w wodzie,
- używać okularów wodoszczelnych, klipsów na nos i zatyczek do uszu,

c/ zawodnicy uczestniczący w zawodach nie mogą:

- korzystać w czasie wyścigu ze sprzętu ułatwiającego pływanie,
- używać pianek,
- korzystać z pomocy osób nie związanych z wyścigiem w czasie jego trwania.

d/ zawodnicy biorący udział w zawodach zobowiązani są:

- podporządkowania się decyzjom komisji sędziowskiej,
- przestrzegania przepisów regulaminu,
- wpisania w widocznym miejscu numeru startowego,
- zawodnicy:

- pełnoletni – do podpisania oświadczenia przygotowanego przez organizatorów, w którym stwierdzają, że w wyścigu startują na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych pretensji do organizatorów w razie ewentualnego uszczerbku na zdrowiu w wyniku startu w zawodach.

- niepełnoletni – dostarczyć pisemną zgodę rodziców lub opiekunów na udział w zawodach oraz oświadczenia jak dla zawodników pełnoletnich podpisanego przez rodziców lub opiekunów.

Postanowienia niniejszego Regulaminu należą do organizatorów