

# REGULAMIN XXXIII CROSSU ŚWIĘTOJAŃSKIEGO IM. JANA MARKA W POGÓRZU



Zadanie dofinansowane jest ze środków budżetu gminy Skoczów i powiatu cieszyńskiego w ramach konkursu dotacyjnego na rok 2022.

## 1. ORGANIZATOR:

- Ludowy Klub Sportowy „Pogórze” w Pogórze

oraz:

- Urząd Miejski w Skoczowie
- Starostwo Powiatowe w Cieszynie
- Rada Sołecka w Pogórze
- Ochotnicza Straż Pożarna w Pogórze

## 2. CEL:

- Popularyzacja zdrowego trybu życia, w tym biegów przełajowych i marszów nordic walking, jako form sportowej rywalizacji i aktywnego wypoczynku
- Pielęgnowanie tradycji biegania i ognisk świętojańskich w najkrótsze noce roku
- Prezentacja piękna i folkloru Ziemi Cieszyńskiej
- Promocja Klubu, miejscowości Pogórze, gminy Skoczów i powiatu cieszyńskiego

## 3. TERMIN I MIEJSCE:

**18 czerwiec 2022 r.**  
**Boisko sportowe LKS „Pogórze”**

Pogórze, ul. Krosowa 89; 43-430 Skoczów (gmina Skoczów, powiat cieszyński, województwo śląskie).

## 4. SZCZEGÓŁOWY PROGRAM:

12.00	Otwarcie biura zawodów
<b>15:00</b>	<b>Uroczyste otwarcie zawodów</b>
15.00	Zakończenie zapisów do biegów dzieci
<b>15:10</b>	<b>Biegi dzieci – minutowy harmonogram ogłoszony w dniu zawodów</b>
16:15	Dekoracja biegów dzieci i młodzieży (Mini i Małego Crossu)
17.00	Zakończenie zapisów do biegu głównego i zamknięcie biura zawodów
<b>17.00</b>	<b>Mini Cross i Mały Cross</b>

17.50	Marsz nordic walking
18.00	Duży Cross – bieg główny na 12,5 km (na wystrzał armatni)
19:30	Weryfikacja wyników, posiłek dla uczestników biegu i marszu
19.45	Dekoracja zawodników biegu głównego
20:30	Uroczyste zakończenie zawodów → festyn świętojański

## 5. KATEGORIE:

### Duży Cross (bieg główny) – dystans: 12,5 km:

- Kategoria Open kobiet i mężczyzn
- Kategoria narodowa kobiet i mężczyzn (dla obywateli Rzeczypospolitej Polskiej)
- Kategorie wiekowe:

K20 (16 do 29 lat)	rocznik 2006 do 1993
K30 (30 do 39 lat)	rocznik 1992 do 1983
K40 (40 do 49 lat)	rocznik 1982 do 1973
K50 (50 lat i więcej)	rocznik 1972 i wcześniejsze

M16 (16 do 19 lat)	rocznik 2006 do 2003
M20 (20 do 29 lat)	rocznik 2002 do 1993
M30 (30 do 39 lat)	rocznik 1992 do 1983
M40 (40 do 49 lat)	rocznik 1982 do 1973
M50 (50 do 59 lat)	rocznik 1972 do 1963
M60 (60 lat i więcej)	rocznik 1962 i wcześniejsze

- Kategorie specjalne:
  - Najlepszy Pogórzanin
  - Najlepsza Pogórzanka
  - Najlepszy Biegacz Powiatu Cieszyńskiego
  - Najlepsza Biegaczka Powiatu Cieszyńskiego

**Marsz nordic walking – dystans: ok. 9 km**, charakter otwarty i rekreacyjny, bez limitu wiekowego

### Biegi młodzieży:

Mini Cross	1,7 km	rocznik 2008 do 2006 dziewczęta
Mały Cross	3,7 km	rocznik 2008 do 2006 chłopcy

## Biegi dzieci:

Maluchy	100 m	rocznik 2017 i młodsze
Skrzaty	150 m	rocznik 2016 i 2015
Beniaminki	200 m	rocznik 2014 i 2013
Kadeci	400 m	rocznik 2012 i 2011
Młodzicy	800 m	rocznik 2010 i 2009

## 6. ZAPISY I OPŁATY STARTOWE:

### Zapisy:

- **Limit uczestników biegu głównego i marszu nordic walking wynosi łącznie 300 osób.**
- Zapisy elektroniczne na stronie: <https://time-sport.pl/>
- Termin zapisów elektronicznych - 15 czerwiec 2022 r.
- W formularzu zapisów elektronicznych należy obowiązkowo podać następujące dane: **imię, nazwisko, rok urodzenia, płeć, obywatelstwo, miejsce zamieszkania** i opcjonalnie reprezentowany klub/szkołę.
- Dla zapisów elektronicznych istnieje jedynie możliwość zapłaty przez system płatniczy powiązany ze stroną, na której dokonuje się zapisów. Nie ma możliwości zapłaty gotówkowej przed biegiem dla osób, które dokonały zgłoszenia elektronicznego.
- Osoby zapisane, które nie dokonały opłaty startowej do 15 czerwca 2022 r. zostaną skreślone z listy startowej.
- Odbiór numeru startowego w biurze zawodów w dniu biegu od godz. 12.00 do godz. 17.00. Przy odbiorze numeru należy okazać dowód osobisty lub inny dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość uczestnika.
- Zapisy stacjonarne odbywać będą się w biurze zawodów w dniu zawodów od godz. 12.00 do godz. 17.00 pod warunkiem nie wyczerpania miejsc po zapisach elektronicznych.

### Zapisy do biegów dzieci i młodzieży:

- Odbywać się będą elektronicznie oraz w dniu imprezy w biurze zawodów do godz. 15.00.
- Warunkiem uczestnictwa jest odebranie numeru startowego w biurze zawodów oraz podpisanie przez rodzica lub pełnoletniego opiekuna zgody na start.
- Limit uczestników biegów dzieci i młodzieży wynosi łącznie 250 osób.

### Opłaty startowe:

- Bieg główny (zapisy elektroniczne) – 50 zł.
- Bieg główny (zapisy stacjonarne w dniu zawodów) – 70 zł
- Marsz nordic walking (zapisy elektroniczne) – 40 zł
- Marsz nordic walking (zapisy stacjonarne w dniu zawodów) – 60 zł
- Biegi dzieci i młodzieży – darmowe

- Opłaty startowe wnoszone są za uczestnictwo w zawodach, a nie za pakiet startowy.
- Opłaty startowe nie podlegają zwrotowi. W uzasadnionych przypadkach można złożyć reklamację w biurze zawodów znajdującym się w siedzibie Organizatora przy ul. Krosowej 89 w Pogorzu.
- W przypadku nie odbycia się zawodów, opłaty startowe zostaną zwrócone na konta bankowe uczestników.
- Pytania w sprawie zamawiania biletów można zadawać poprzez adres mailowy: [biuro@lks-pogorze.pl](mailto:biuro@lks-pogorze.pl)

## 7. PAKIET STARTOWY:

- Uczestnicy biegu głównego i marszu nordic walking w ramach pakietu startowego otrzymają:
  - numer startowy z chipem,
  - pamiątkowy medal XXXIII Crossu Świętojańskiego,
  - książeczkę uczestnika Crossu dla nowych uczestników, wpis dla pozostałych,
  - napoje na trasie i na mecie oraz gorący posiłek,
  - możliwość otrzymania dodatkowej nagrody po biegu/marszu (warunkiem zachowanie nr-u startowego)
  - koszulka okolicznościowa dla chętnych w podwyższonej wersji opłaty startowej o 20 zł – możliwość zamówienie w terminie do 31 maja oraz w dniu zawodów do wyczerpania zapasów organizatora.
- Nieodebranie pakietu w dniu zawodów oznacza rezygnację z niego.
- Uczestnicy biegów dzieci i młodzieży otrzymają napój i baton regeneracyjny po biegu oraz dyplom uczestnictwa w XXXIII Crossie Świętojańskim.
- Dla wszystkich uczestników zawodów Organizator zapewnia zabezpieczenie medyczne i ubezpieczenie biegu.

## 8. NAGRODY:

### Duży Cross (bieg główny):

- Klasyfikacja Open kobiet i mężczyzn:
  - puchary/statuetki dla 3 pierwszych miejsc,
  - nagrody pieniężne dla 3 pierwszych miejsc (1 m-ce – 300 zł, 2 m-ce 200 zł, 3 m-ce 150 zł).
- Klasyfikacja narodowa kobiet i mężczyzn (dla obywateli Rzeczypospolitej Polskiej):
  - nagrody pieniężne dla 3 pierwszych miejsc (1 m-ce – 300 zł, 2 m-ce 200 zł, 3 m-ce 150 zł).
- Kategorie wiekowe:
  - puchary/statuetki dla 3 pierwszych miejsc,
  - nagrody rzeczowe dla 3 pierwszych miejsc,
  - osoby dekorowane w kategoriach Open i narodowej nie będą klasyfikowane i nagradzane w kategoriach wiekowych.
- Kategorie specjalne:
  - w kategoriach Najlepszy Pogórzanin i Najlepsza Pogórzanka oraz Najlepszy Biegacz i Najlepsza Biegaczka Powiatu Cieszyńskiego puchary/statuetki i nagrody rzeczowe dla miejsc 1-3,
  - nagroda rzeczowa dla najstarszego uczestnika Crossu,
  - nagroda w wysokości 500 zł za pobicie historycznego rekordu trasy (38 min i 46 s),
  - nagroda w wysokości 200 zł za pobicie oficjalnie mierzonego rekordu trasy (rekord mężczyzn: 42,44 – Adam Jamiński; rekord kobiet: 50,45 – Magdalena Nabielec).

### Marsz Nordic Walking:

- puchary/statuetki dla 3 pierwszych miejsc
- nagrody rzeczowe dla 3 pierwszych miejsc
- możliwość wzięcia udziału w losowaniu nagród po zakończeniu marszu.

### Biegi dzieci i młodzieży:

- puchary/statuetki za miejsca 1-3,
- nagrody rzeczowe za miejsca 1-6,
- nagroda rzeczowa dla najmłodszego uczestnika Crossu.

## **9. TRASY BIEGÓW:**

- Bieg Główny zostanie rozegrany na dystansie 12,5 km i będzie prowadził malowniczymi ścieżkami wokół Pogorza. Start i meta usytuowane na boisku sportowym LKS Pogórze. Bieg ma charakter w części przełajowy - biegnie ścieżkami polnymi i leśnymi oraz groblami stawów, a w części uliczny – biegnie drogami wiejskimi. Teren falisty, na trasie 4 podbiegi. Trasa oznakowana będzie tabliczkami kierunkowymi i taśmami oraz znakami na drodze (strzałki), w kilku punktach rozstawione będą punkty z wodą oraz rozpalone ogniska świętojańskie. Historyczny rekord trasy wynosi 38,46 minut, rekord oficjalny wynosi 42,44 minut
- Trasa Małego Crossu liczy 3,7 km i jest przeznaczona dla chłopców w wieku 14-16 lat. Bieg ma charakter przełajowy. Start i meta na boisku LKS Pogórze. Oznakowanie trasy, jak w Biegu Głównym.
- Trasa Mini Crossu liczy 1,7 km i jest przeznaczona dla dziewcząt w 14-16 lat. Bieg ma charakter przełajowy. Start i meta na boisku LKS Pogórze. Oznakowanie trasy, jak w Biegu Głównym.
- Biegi dzieci odbędą się na specjalnie wytyczonych trasach na terenie boisk sportowych LKS Pogórze.
- Marsz nordic walking rozgrywany jest na trasie Dużego Crossu, za wyjątkiem fragmentów o trudniejszym charakterze technicznym (groble stawów, ścieżki leśne). W przeważającej części biegnie drogami asfaltowymi lub utwardzonymi – wyjątkiem jest jeden kilkusetmetrowy fragment prowadzący lasem. Start i meta na boisku LKS Pogórze. Długość trasy – ok. 9 km.

## **10. POMIAR CZASU:**

- Elektroniczny pomiar czasu w biegu głównym prowadzony będzie przy użyciu chipów elektronicznych, które wbudowane zostaną w numer startowy. Numer startowy należy zamocować z przodu koszulki (Organizator przekazuje numer z chipem oraz 4 agrafkami). Brak numeru startowego równoznaczny jest z nieklasyfikowaniem zawodnika. Po biegu numer startowy zostaje własnością uczestnika i nie podlega zwrotowi.
- Do klasyfikacji generalnej liczy się czas brutto biegu w przypadku biegu ze startu wspólnego (czas netto w przypadku startu w grupach lub indywidualnie)
- Limit czasowy biegu – 95 minut.
- Decyzje sędziego głównego biegu są decydujące i ostateczne.

## **11. UCZESTNICTWO ORAZ ZASADY ZACHOWANIA UCZESTNIKÓW BIEGU ISTOTNE DLA BEZPIECZEŃSTWA RUCHU DROGOWEGO:**

### **Do biegów dopuszczeni zostaną zawodnicy, którzy:**

- dokonają zgłoszenia i opłaty startowej poprzez system elektroniczny do dnia 15 czerwca 2022 r. lub w biurze zawodów w dniu zawodów,
- posiadają aktualne zaświadczenie lekarskie lub względnie podpisane oświadczenie o stanie zdrowia i odpowiedzialności własnej,
- nie są pod wpływem alkoholu, narkotyków oraz innych środków odurzających lub dopingowych,
- w przypadku biegów dzieci i młodzieży oraz pozostałych osób niepełnoletnich wymagana jest obecność rodzica lub prawnego opiekuna, a w razie nieobecności ich pisemna zgoda.

### **Zasady zachowania uczestników biegu:**

- uczestnicy ruszają do biegu z linii startu po sygnale podanym przez Organizatora, z widocznym numerem startowym,
- zawodnicy biegają wyłącznie trasą wyznaczoną przez Organizatora,
- podczas biegu należy unikać sytuacji niebezpiecznych dla życia lub zdrowia oraz uczestniczyć w biegu zgodnie z zasadami fair play,
- wszyscy uczestnicy biegu zobowiązani są do bezwzględnego zastosowania się do poleceń służb porządkowych Organizatora, Straży Pożarnej, Policji oraz osób odpowiedzialnych za bieg,
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za uczestnika nieprzestrzegającego regulaminu imprezy.

### **Zasady zawodów z uwagi na przepisy epidemiczne i sanitarne:**

- Zawody zostaną rozegrane zgodnie z przepisami obowiązującymi na dzień ich przeprowadzenia.
- Zawodnicy startujący mają obowiązek zastosowania się do przepisów sanitarnych, w tym zaleceń organizatora.
- Organizator może wyznaczyć ilość osób przebywających w biurze zawodów; strefy: startu, treningu, bufetów, dekoracji, strefy dla kibiców i strefy przemieszczania, łącznie z ilością osób tam przebywających.
- Zachęca się, aby na miejsce zawodów przybyć wcześniej w celu sprawnego i bezpiecznego działania biura zawodów.
- Dzieci na trasie biegają samodzielnie. Wyjątkiem są biegi w kategorii „Maluchów”, gdzie dzieciom mogą towarzyszyć rodzice.
- Start do biegu głównego odbędzie się zgodnie z limitem osób mogących przebywać jednocześnie w jednym miejscu w przestrzeni otwartej lub z przepisami dotyczącymi zawodów sportowych w tym zakresie. Planowany jest start masowy, jednak dopuszcza się start grupowy lub indywidualny.
- Organizator zastrzega sobie prawo do ogłoszenia regulaminu startów w terminie bezpośrednim przed rozegraniem zawodów.

## **12. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

- Bieg przeprowadzony zostanie zgodnie z regulaminem sportowym, bez względu na pogodę.
- Przy zaliczaniu do odpowiedniej kategorii wiekowej przyjmuje się rok urodzenia, a nie dokładną datę.
- Osoby nie posiadające aktualnego badania lekarskiego startują na własne ryzyko.
- Uczestnik wyraża zgodę na wykorzystanie wizerunku oraz przetwarzanie danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów oraz upublicznienia imprezy i wyników.
- Organizator zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian w regulaminie imprezy oraz rozstrzygania kwestii dot. zawodów nieujętych w regulaminie.

#### **Kontakt:**

Tomasz Strzelec, tel. 504-617-210

Piotr Hanzel, tel. 608-627-734

biuro@lks-pogorze.pl

[www.cross-swietojanski.pl](http://www.cross-swietojanski.pl)

<https://www.facebook.com/crossswietojanski/>

#### **Dane Organizatora:**

Nazwa: Ludowy Klub Sportowy „Pogórze”  
Siedziba: Pogórze, ul. Krosowa 89; 43-430 Skoczów  
NIP: 5481995162  
REGON: 072269967