****

**REGULAMIN**

**Termin**: 17 maja 2014 r. (sobota), godz. 16.00

**Miejsce**: stadion im. Zbigniewa Galka w Postominie

**Organizator**: Centrum Kultury i Sportu w Postominie

**Klasyfikacja**: indywidualna kobiet i indywidualna mężczyzn

**Konkurencje**:

**Zapisy godz. 16.00**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Godz. | KOBIETY | Godz. | MĘŻCZYŹNI |
| **16.15** | 100 m | **16.25** | 100 m |
| **16.35** | 100 m (samorządowy) | **16.45** | 200 m (samorządowy) |
| **16.55** | 200 m | **17.05** | 400 m |
| **17.20** | 600 m  | **17.35** | 800 m |
| **17.50** | 1 mila morska (1852m) – start wspólny |

**Uczestnictwo**:

* Zawody mają charakter otwarty. Startować może każdy, kto legitymuje się dobrym stanem zdrowia i poczuciem humoru.

**Forma zawodów**:

* Zawodnicy zobowiązani są na całej długości dystansu poruszać się tyłem (tzn. palce ich stóp muszą być skierowane w kierunku odwrotnym niż kierunek biegu). Zawodnicy biegający przodem lub bokiem będą dyskwalifikowani. Zawody maja charakter rekreacyjny i przygodowy dlatego też ważniejsza od rywalizacji sportowej jest wspólna zabawa i utrzymanie się do samej mety na nogach.

**Klasyfikacje**:

* Prowadzona będzie klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn w każdej konkurencji, nie przewiduje się klasyfikacji wiekowej.

**Nawierzchnia**:

* Zawody rozegrane zostaną na bieżni lekkoatletycznej o nawierzchni tartanowej (możliwość biegania w kolcach).

**Tory**:

* W biegach na dystansach: 100 m, 200 m, 400 m zawodnicy zobowiązani są do biegania po przydzielanych torach. Zmiana toru skutkować będzie dyskwalifikacją. W biegu na dystansach: 600 m, 800 m i 1 mili morskiej zaplanowano start wspólny.

**Start**:

* W chwili startu pięty zawodników muszą znajdować się za linią startu.

**Fair Play**:

* Zawodnicy dublowani zobowiązani są ustąpić miejsca szybszemu zawodnikowi w celu uniknięcia kolizji i kontuzji.

**Pomiar czasu**:

* Ręczny – stoper.

**Numer startowy**:

* Przydziela organizator. Musi być przypięty na plecach każdego zawodnika (zapisy, pobranie numeru i weryfikacja zawodników minimum na pół godziny przed startem każdego z biegów).

**Sprzęt ochronny**:

* zaleca się stosowanie sprzętu ochronnego na nadgarstki, łokcie i głowę.
* Organizator nie ponosi odpowiedzialności za poniesione kontuzje.

**Nagrody**:

* Najlepszych trzech zawodników w każdym z biegów otrzyma medale, dyplomy i upominki.
* Nagrody rzeczowe uzależnione od hojności sponsorów.

**Tytuł**:

* Zwycięzca każdej konkurencji otrzyma dodatkowo Certyfikat Mistrza Gminy Postomino w Biegu Tyłem. Tytuł zostanie przyznany tylko w przypadku, gdy
w danej konkurencji wystartuje co najmniej trzech zawodników.

**Niniejszy regulamin interpretuje wyłącznie Organizator.**

**Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga Organizator.**

****



**Centrum Kultury i Sportu w Postominie**

**76-113 Postomino 97**

 **tel./fax: (59) 810-93-73, e-mail: ckis@postomino.pl**

**www.ckis.postomino.pl**