**REGULAMIN**

*„Zwycięzcą biegu jest dla nas nie tylko ten, kto dobiegnie pierwszy, również ten,
dzięki któremu dobiegną inni”*

**REGULAMIN**

**OTWRTE BIEGOWE „GRAND PRIX 2014”**

**MIESZKAŃCÓW GMINY POSTOMINO I BIEGACZY**

**KLUBU „BRYZA”**

*„Bieganie nie jest wszystkim, ale wszystko jest niczym bez biegania”*

1. **Organizator**
* Centrum Kultury i Sportu w Postominie
* Klub Biegacza „Bryza”
1. **Współorganizatorzy:**
* Gmina Postomino
* Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Postominie
1. **Cel:**
* wyłonienie najbardziej usportowionych mieszkańców Gminy Postomino
* popularyzacja biegania jako naturalnej formy ruchu
* propagowanie zdrowego stylu życia
1. **Uczestnicy:**
* mieszkańcy Gminy Postomino
* członkowie Klubu Biegacza „Bryza” Postomino
1. **Terminy biegów:**
* 16.03.2014 r. – XVIII Bieg Zaślubin – 15km – Kołobrzeg
* 26.04.2014 r. – III Bieg im. Asi Kenig – 10 km – Sławsko
* 01.05.2014 r. – Bieg Przełajowy Śladami Księcia Bogusława X – 3 km – Łącko
* 17.05.2014 r. – V Postomiński test Coopera – 12 min – Postomino
* 24.05.2014 r. – V Mityng Biegowo-Rzutowy – 5 km – Postomino
* 28.06.2014 r. – XXI Bieg im. Elżbiety Garduły – 11 km – Korzybie
* 06.07.2014 r. – XXIV Międzynarodowy Bieg Po Plaży – 15 km – Jarosławiec
* 20.09.2014 r. – IV bieg wokół Jeziora – 12 km – Łętowo
* 07.09.2014 r. – XXIV Półmaraton Philipsa – 21 km - Piła
* 11.11.2014 r. - Słupski Bieg Niepodległości – 10 km – Słupsk
* 06.12.2014 r. – XIV Bieg Mikołajkowy – 10 km –Jarosławiec
* 28.12.2014 r. – XI Bieg Parku Wodnego „JAN” – 14km – Darłówko
1. **Klasyfikacja:**
* Zawodnik/zawodniczka musi wystartować w minimum 2 biegach, by rywalizować w ramach Grand Prix.
* Prowadzona będzie klasyfikacja indywidualna kobiet
i mężczyzn.
* W każdym biegu uczestnik w zależności od zajętego miejsca zdobywa punkty, spośród wszystkich startów zawodnika/zawodniczki wybierane jest 10 najlepszych i na tej podstawie liczona jest suma punktów decydująca o zajętym miejscu w klasyfikacji indywidualnej kobiet
i mężczyzn.
* Punktacja odrębnie dla kobiet i mężczyzn wg klucza:
I miejsce – 30 pkt, II miejsce – 27 pkt, III miejsce – 25 pkt, IV miejsce – 23 pkt, V miejsce – 21 pkt, VI miejsce – 19 pkt, VII miejsce – 17 pkt, VIII miejsce – 15 pkt, IX miejsce 13 pkt, X miejsce – 11 pkt, XI miejsce – 9 pkt, XII miejsce – 8 pkt itd. Malejąco do XVIII miejsca, miejsca XIX i powyżej 1 pkt.
1. **Nagrody:**
* Klasyfikacja indywidualna mężczyzn – puchary za miejsca I-X
* Klasyfikacja indywidualna kobiet – puchary za miejsca I-V
* Pamiątkowe dyplomy dla wszystkich sklasyfikowanych zawodników
* Okolicznościowe upominki
1. **Postanowienia końcowe:**
* W zawodach wziąć mogą zawodnicy w wieku
minimum 15 lat
* Wpisowe na w/w biegi (po uzgodnieniu) zabezpiecza CKiS Postomino
* Napoje, natryski, opieka medyczna, nagrody – zgodnie z regulaminem
* Dojazd na biegi we własnym zakresie
* Po każdym biegu wydany będzie komunikat
z aktualną klasyfikacją, dostępny na www.ckis.postomino.pl
* Zakończenie GRAND PRIX, ogłoszenie wyników, nagrodzenie zwycięzców będzie miało miejsce na początku 2015 r.

*„Biegacz to nie ten, kto szybko biega.
To ten który nie ustaje w walce”*

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

