

V KonstantyNOVA 10

11.10.2020

Nadleśnictwo Konstantynowo

INFORMATOR



Stowarzyszenie
„MOSIŃSKI SPORT”



Nadleśnictwo Konstantynowc

MOSINÓVA
NOVAenergiaMIASTA

IDMAR[®]group

ESTETICA
INSTYTUT MÓDNOŚCI

TIR SERWIS
OSOBOWE I CIĘŻAROWE

Przed nami V KonstanyNOVA 10. Poniżej przedstawiamy Wam aktualne zasady dotyczące zachowania bezpieczeństwa w czasie imprezy. Zalecenia zostały dostosowane do aktualnych wymogów prawnych.

Prosimy Was również o wcześniejsze odbieranie pakietów startowych.

Podczas trwania zawodów wstęp na teren miasteczka biegowego mają TYLKO ZAWODNICY. Impreza odbywa się bez udziału publiczności. Na teren zawodów nie zostaną wpuszczone, żadne osoby poza zawodnikami, organizatorami, wolontariuszami oraz służbami.

KOMUNIKAT NR 1

1. Przed wejściem na teren imprezy:
 - a. obowiązkowa weryfikacja zawodnika przy wejściu na teren imprezy– sprawdzenie czy zawodnik znajduje się na liście startowej. Weryfikacji będą dokonywać wyznaczone przez organizatora osoby.
 - b. Obowiązkowa jest dezynfekcja rąk
 - c. obowiązkowe jest zakrywanie ust oraz nosa:
 - przy wejściu na teren imprezy
 - podczas przemieszczania się na terenie miasteczka biegowegoŚciągnięcie maseczek/przyłbica, buffa itp. dopuszczalne jest w momencie rozpoczęcia zawodów.
Na miejsce startu przemieszczają się Państwo bez maseczek/przyłbic, buffa, itp.
 - d. obowiązkowe stawienie się w biurze zawodów w celu weryfikacji zawodnika i odbioru pakietu startowego.
Osoby, które wcześniej odbiorą pakiet – wejście na teren zawodów będzie możliwe tylko z przypiętym numerem startowym.
 - e. Podczas stania w kolejce prosimy o zachowanie 1,5 m odstępu, zdezynfekowanie rąk oraz założenie maseczki.
2. Po przekroczeniu mety prosimy jak najszybciej opuścić strefę startu/mety.
3. W strefie miasteczka biegowego prosimy pozostać jak najkrócej. Prosimy zachować bezpieczną odległość od pozostałych zawodników w czasie przebywania na terenie miasteczka biegowego (minimum 1,5 m).
4. Zawodnicy korzystają z **WŁASNYCH BIDONÓW**. Na punkcie z wodą oraz mecie **NIE BĘDZIE KUBECZKÓW JEDNORAZOWYCH**.
5. Za powstałe skupiska osób organizator nie ponosi odpowiedzialności. Teren jest wystarczająco duży, żeby zapewnić Państwu zachowanie bezpiecznej odległości.
6. Prosimy o bezwzględne stosowanie się do bieżących komunikatów wydawanych przez organizatora oraz służby. Zależy nam na sprawnym i bezpiecznym przeprowadzeniu zawodów.

Przeniesienie pakietu startowego na innego zawodnika możliwe jest do 8 października 2020 r.

Wszystkie zasady stosowane przez organizatora podczas imprezy wynikają z wytycznych Policji oraz Głównego Inspektora Sanitarnego w związku z utrzymującym się stanem epidemii w Polsce.



BIURO ZAWODÓW

Otwarcie Biura zawodów (akredytacja zawodników, wydawanie numerów startowych, itd.):

Sobota 10.10.2020 w godzinach 11:00 - 17:00

Hala OSiR w Mosinie przy ul. Krasickiego 16:

Niedziela 11.10.2020 w godzinach 9:00 - 10:30

Nadleśnictwo Konstantynowo



Bieg ma charakter charytatywny.

PRZY ODBIORZE PAKIETU STARTOWEGO MOŻECIE WRZUCIĆ COŚ DO PUSZKI!

Zebrane pieniądze zostaną przekazane na pokrycie kosztów transportu i pobytu podopiecznych Stowarzyszenia SAMI SWOI Niepełnosprawni w Mosinie na turnusie rehabilitacyjnym.

Celem Stowarzyszenia jest niesienie wszechstronnej pomocy osobom ze sprzężoną niepełnosprawnością i ich rodzinom.

Zbiórka zarejestrowana jest na Portalu Zbiórek Publicznych:
2019/2708/OR



Dodatkowo.

Na mecie będzie czekało na Was stoisko z pysznymi wypiekami, których będziecie mogli skosztować za przysłowiowy grosik do puchy, na rzecz Stowarzyszenia :)

INFORMACJE OGÓLNE

- Impreza odbędzie się w dniu **11.10.2020 roku (niedziela)** na terenie Gminy Mosiny oraz Nadleśnictwa Konstantynowo.
- Start/Meta: Nadleśnictwo Konstantynowo, Konstantynowo 1, 62-053 Pecna
- Dystans 10 kilometrów.
- **Start o godz. 11:00**
- Limit czasowy ukończenia biegu 1h 45min

- Parking dla uczestników biegu - ul. Kozia w Pecnej, Parking przy Szkole Podstawowej w Pecnej,
- Organizator zapewnia **depozyt** w dniu biegu w godzinach 10:00 - 13:00 - Nadleśnictwo Konstantynowo
- **Numer startowy** musi być przypięty z przodu na koszulce. **Pod numerem startowym znajduje się chip pomiarowy.**
- **Wyniki** są dostępne w formie online na stronie www.mosinskiegp.pl oraz www.osirmosina.pl
Po biegu uczestnik może pobrać Certyfikat ukończenia biegu klikając na swoje nazwisko.
- Organizator nie zapewnia szatni oraz pryszniczy

PROGRAM

9:00-10:30 BIURO ZAWODÓW
10:50 Rozgrzewka
11:00 Start na dystansie 10 km
12:45 Limit czasu
12:50 Dekoracja



ORGANIZATORZY



**Stowarzyszenie
"MOSIŃSKI SPORT"**

PARTNERZY



Nadleśnictwo Konstantynowo

SPONSORZY

IDMARgroup®

MOSINŌVA
NŌVAenergiaMIASTA

TIR SERWIS
OSOBOWE I CIĘŻAROWE

ESTETICA
INSTYTUT M'ONDUNIŌ

KLASYFIKACJE, NAGRODY

Klasyfikacja końcowa V KonstantyNOVEJ 10

- Generalna Kobiet i Mężczyzn - Puchary za miejsca 1,2,3
- Klasyfikacja kobiet i mężczyzn zameldowanych na terenie Gminy Mosina - Puchary za miejsca 1,2,3
- Podczas V KonstantyNOVEJ 10 odbędzie się podsumowanie całego cyklu V Biegowego Mosińskiego Grand Prix (na obecny cykl składać się będą dwa biegi: 6 Bieg Zimowy po WPN oraz 10 KonstantyNOVA 10)

Klasyfikacja w cyklu V Biegowego Mosińskiego Grand Prix

- Prowadzona osobno dla kobiet i mężczyzn. O ostatecznej lokacie zawodnika w klasyfikacji generalnej całego cyklu decyduje suma czasu netto uzyskanego w dwóch biegach.
- W V Biegowym Mosińskim Grand Prix zostaną sklasyfikowani zawodnicy, którzy ukończyli dwa biegi.

Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.

Klasyfikacje wiekowe kobiet i mężczyzn:

- M/K 16 – 1991-2004
- M/K 30 – 1981-1990
- M/K 40 – 1971-1980
- M/K 50 – 1961-1970
- M/K 60 – 1960 i starsi

Osoba, która otrzyma nagrodę w klasyfikacji generalnej nie będzie uwzględniana kategorii wiekowej.

Klasyfikacja na najlepszego biegacza Mosiny w ramach V Biegowego Mosińskiego Grand Prix

Zwycięzcą klasyfikacji zostaje mężczyzna i kobieta, którzy spośród osób, które w czasie rejestracji do biegu zadeklarują, że są mieszkańcami Gminy Mosina i zdobędą największą pozycję wśród kobiet i mężczyzn w klasyfikacji Grand Prix na zakończenie cyklu.

Nagrody w ramach V Biegowego Mosińskiego Grand Prix

Nagrody w końcowej klasyfikacji V Biegowego Mosińskiego Grand Prix:
- Puchary i statuetki dla pierwszej trójki we wszystkich kategoriach.

Osoby, które nie odbiorą pucharów/nagród w dniu zawodów, mogą je odebrać do 7 dni po zakończeniu imprezy w hali OSiR w Mosinie, ul. Krasickiego 16 w Mosinie. Puchary/nagrody mogą zostać wysłane drogą pocztową na koszt uczestnika.

Posiłek i przekąski



Numer startowy



Buff



Pamiątkowy medal



PAKIET STARTOWY

Woda
Kawa
Herbata



PAMIĘTAJ! - na trasie oraz mecie nie będzie kubeczków jednorazowych
- ZABIERZ WŁASNY BIDON/BUKŁAK/BUTELKĘ NA WODĘ

NIE ŚMIEĆ NA TRASIE BIEGOWEJ - OPAKOWANIA PO ŻELACH ZOSTAW NA PUNKCIE ODŻYWCZYM!

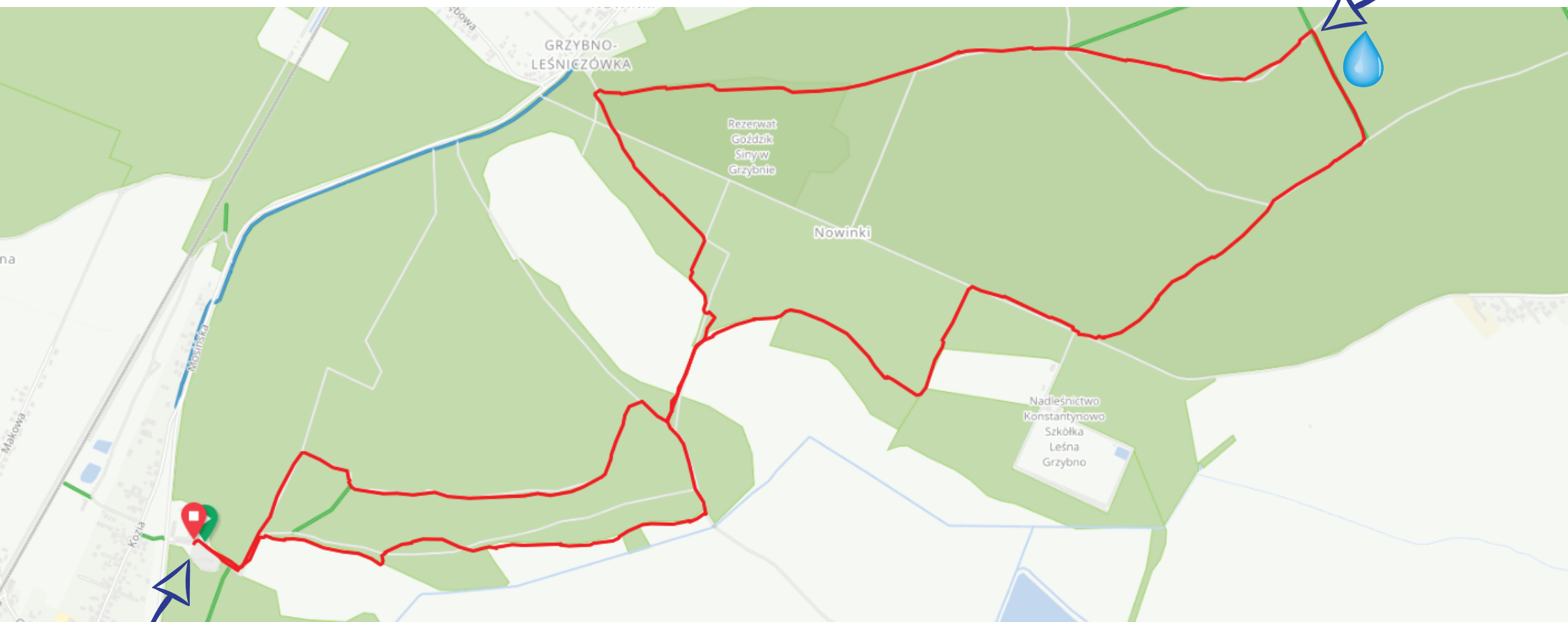


OZNACZENIA



TRASA

Punkt z wodą 5 km



Miasteczko Biegowe

START / META

Biegowy Savoir-vivre

1

Numer startowy jest ważny tylko dla zawodnika, który się na niego zarejestrował. Nie przekazuj swojego numeru startowego innemu zawodnikowi i nie startuj z numerem innej osoby. Jest to kategorycznie zabronione!

Pamiętaj, że to my jesteśmy tu gośćmi. Zachowaj ciszę, szanuj zieleń i nie niszcz otaczającej Cię przyrody. Pamiętaj, że dzięki temu miejscu możesz biegać podziwiając las, a nie betonowe mury.

2

Pamiętaj, że biegnąc ze znajomymi w grupie, nie zajmujcie całej szerokości trasy, pozostawcie miejsce dla szybszych zawodników lub obsługi trasy, aby mogli Was bezpiecznie wyprzedzić i wymijać.

3

Pamiętaj, że obowiązuje zakaz używania słuchawek audio podczas trwania zawodów.

4

Higiena jest ważna! Zwracaj uwagę, gdzie spluwasz, wydmuchujesz nos, wyrzucasz kubeczki i opakowania po odżywkach. Z pewnością nie miałbyś ochoty, aby któraś z tych rzeczy znalazła się na Twoich butach.

5

6

Jeżeli wyprzedzasz zawodnika wolniejszego, rób to w taki sposób by nie utrudnić mu biegu. Przed wyprzedzeniem daj informację z której strony może się Ciebie spodziewać, poprzez komendę "lewa/prawa wolna" by zachował bezpieczną odległość. Bo wyprzedzeniu nie zwalniasz drastycznie, utrzymaj tempo do czasu uzyskania bezpiecznej odległości.

Przypomnij swoim kibicom, że trasa jest wyłącznie dla zawodników.

7

8

Słuchaj uważnie instrukcji wolontariuszy i obsługi. Ich zadaniem jest przeprowadzenie imprezy sprawnie i bezpiecznie. Zachowaj ciszę, kiedy ogłaszane są komunikaty organizacyjne.

Nie zatrzymuj się gwałtownie – ktoś może na Ciebie wpaść lub potknąć się i przewrócić. Jeśli poczujesz, że tracisz siłę, podejdź na skraj trasy i poproś o pomoc. Na trasie będzie znajdowała się opieka medyczna.

9

Jeśli nie zamierzasz pobiec, opuść trasę lub coś się Tobie stało poinformuj organizatora. Numer będzie znajdował się na odwrocie numeru startowego.

10

DZIĘKUJEMY I ŻYCZYMY MIŁEGO BIEGU!