

# 9 BIEG ELEGANT NA 5

MOSINA

28  
MAJA  
2023

# INFORMATOR



# BIEG NA 5 KM

Otwarcie biura zawodów (akredytacja zawodników, wydawanie numerów i pakietów startowych):

**1. Hala OSiR w Mosinie przy ul. Krasickiego 16:**

Piątek 26.05.2023 w godzinach 16:00-20:00.

Sobota 27.05.2023 w godzinach 10:00-15:00.

**2. Pl. 20 Października**

Niedziela 28.05.2023 w godzinach 8.30 - 10:45 (biuro zawodów dla dzieci czynne do godz. 9:30).

Numer startowy musi być przypięty z przodu na koszulce.

**Chip pomiarowy znajduje się pod numerem startowym!**

W ramach biegu odbywać się będzie dodatkowa klasyfikacja kobiet i mężczyzn  
**Mistrzostwa Polski „Elegantów”**

W celu przystąpienia do rywalizacji należy:

Zarówno kobiety jak i mężczyźni są zobowiązani do założenia i przebiegnięcia trasy w białej wizytowej koszuli (nie może być to koszulka na ramkach lub T-shirt) oraz krawacie lub muszce. Pozostałe elementy stroju są dowolne. Brak stroju powoduje wykluczenie z klasyfikacji.

Weryfikacja uczestników będzie odbywała się na mecie.

**Trasa biegu** posiada nawierzchnię utwardzoną i jest oznakowana co 1 km.

Start i meta usytuowane są na Placu 20 Października w Mosinie.

Przy odbiorze pakietu za innego zawodnika **prosimy pamiętać o posiadaniu upoważnienia** - bez upoważnienia pakiet nie zostanie wydany osobie trzeciej

Upoważnienie można pobrać ze strony: [www.mosinskiegp.pl](http://www.mosinskiegp.pl)

Szatnie dla uczestników biegu w dniu 28.05.2023 r. dostępne są w hali sportowej OSiR w Mosinie, ul. Szkolna 1 w godzinach 10:00-13:00.

Organizator zapewnia opiekę lekarską w trakcie trwania imprezy biegowej, toalety.

Organizator zapewnia depozyt w dniu biegu w godzinach 9:30 - 12:30 na Pl. 20 Października. Wydawanie rzeczy po biegu odbywać się będzie za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia organizatora od odpowiedzialności za pobranie rzeczy przez inną osobę.

Organizator nie będzie odpowiadał za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas imprezy.

# BIEGI MŁODZIEŻOWE

Otwarcie biura zawodów (akredytacja zawodników, wydawanie numerów i pakietów startowych):

**1. Hala OSiR w Mosinie przy ul. Krasickiego 16:**

Piątek 26.05.2023 w godzinach 16:00-20:00.

Sobota 27.05.2023 w godzinach 10:00-15:00.

**2. Pl. 20 Października**

Niedziela 28.05.2023 w godzinach 8.30 -9:30.

Numer startowy musi być przypięty z przodu na koszulce.

**Chip pomiarowy znajduje się pod numerem startowym!**

**PRZED BIEGIEM:**

Dzieci są wpuszczane w strefę startu w miejscu oznaczonym balonami z helem, przez uprawnioną z ramienia organizatora osobę.

**PROSIMY** o ustawianie się do wejścia w strefę start/mety dopiero o wyznaczonej godzinie i nie zagradzanie drogi dzieciom, które mają startować. Speaker będzie wywoływał poszczególne roczniki zgodnie z poniższym harmonogramem.

**HARMONOGRAM**

- Bieg przedszkolaków na dystansie 200 metrów. **Start godzina 10:00.**

**Kolejność:**

Dziewczynki - Roczники 2016 i młodsze.

Chłopcy - Roczники 2016 i młodsze.

- Bieg uczniów szkół podstawowych klas I – III na dystansie 300 metrów. **Start godzina 10.15.**

**Kolejność:**

Dziewczynki - Roczники 2013-2015.

Chłopcy - Roczники 2013-2015.

- Bieg uczniów szkół podstawowych klas IV – VIII na dystansie 800 metrów. **Start godzina 10.30.**  
Chłopcy i Dziewczynki. Roczники 2008-2012.

**Po BIEGU:**

Drodzy rodzice, zwróćcie uwagę na mapę terenu. **Dziecko po biegu odbieracie w strefie wyjścia zawodników, która znajduje się przy namiocie pomocy medycznej** (oznaczenie - zielona flaga z napisem pomoc medyczna).

**Pierwsza trójka zwycięzców jest zabiera przez wolontariuszy i zaprowadzana na scenę na dekorację. Odbiór dzieci będzie przy scenie.**

**Dekoracje odbywają się po każdym biegu - szczegóły w planie ramowym imprezy.**

Speaker na bieżąco podaje najważniejsze informacje.

# Kategoria osób niepełnosprawnych

W Biegu głównym na dystansie 5 km oraz w biegu na dystansie 200 m mogą wziąć udział osoby niepełnosprawne.

- Na dystansie 200 m obowiązuje jedna kategoria: kategoria osób niepełnosprawnych
- Kategorie osób niepełnosprawnych na dystansie 5 km:
  - Osoby niepełnosprawne poruszające się na wózku
  - Osoby z inną kategorią niepełnosprawności

Żeby zostać sklasyfikowanym w kategorii osób niepełnosprawnych, należy przy odbiorze pakietu startowego okazać zaświadczenie potwierdzające rodzaj i stopień niepełnosprawności.

## W PAKIECIE

- numer startowy z chipem
- okolicznościowy medal
- koszulka (dla osób na dystansie 5 km, które zapisały się do 7 maja)
- poczęstunek na mecie
- woda
- elektroniczny pomiar czasu
- fotograf
- vouchery na bezpłatne badanie wzroku
- zabezpieczenie medyczne
- sztab ludzi działających przy organizacji imprezy
- i wiele innych rzeczy, które składają się na tą imprezę :)

## a na TRASIE BIEGU...



Doping zapewni Wam  
mollDur!!!

PACIFIC oraz  
The Voices Are Back



# Ramowy Plan imprezy:

**10:00 Bieg przedszkolaków na dystansie 200 m.** Z przedszkolakiem może biec opiekun – dziecko z opiekunem staje na końcu stawki. Najpierw odbędzie się start dziewczynek, później chłopców.

**Kolejność:**

**Dziewczynki - Roczniaki 2016 i młodsze.**

**Chłopcy - Roczniaki 2016 i młodsze.**

10:07 Dekoracja przedszkolaków

**10:15 Bieg uczniów szkół podstawowych klas I – III na dystansie 300 metrów.** Najpierw odbędzie się start dziewczynek, później chłopców.

**Kolejność:**

**Dziewczynki - Roczniaki 2013-2015.**

**Chłopcy - Roczniaki 2013-2015.**

10:25 Dekoracja klas I-III

**10:30 Bieg uczniów szkół podstawowych klas IV - VIII na dystansie 800 metrów.**

**Chłopcy i Dziewczynki biegną razem. Roczniaki 2008-2012.**

10:50 Dekoracja klas IV-VI oraz VII-VIII

11:05 Rozgrzewka

**11:11 Bieg główny na dystansie 5000 metrów.**

**11.56 Bieg osób niepełnosprawnych na dystansie – 200m.**

**Vademecum:**

1. Prosimy o zwracanie uwagi na ogłaszane komunikaty.
2. **Prosimy o niezagradzanie wejścia do strefy start/meta.**
3. Prosimy o ustawianie się przy wejściu tylko dzieci startujących w danej kategorii wiekowej.
4. Speaker będzie podawał komunikaty, która kategoria wiekowa może ustawiać się przy strefie start /meta.
5. Poczekamy na każde dziecko.

**6. Po BIEGU:**

Drodzy rodzice, zwróćcie uwagę na mapę terenu.

**Dziecko po biegu odbieracie w strefie wyjścia zawodników,**

**która znajduje się przy namiocie pomocy medycznej** (oznaczenie - zielona flaga z napisem pomoc medyczna).

**Pierwsza trójka zwycięzców jest zabiera przez wolontariuszy i zaprowadzana na scenę na dekorację. Odbiór dzieci będzie przy scenie.**

**Dekoracje odbywają się po każdym biegu - szczegóły w planie ramowym imprezy.**

Speaker na bieżąco podaje najważniejsze informacje.



Wspierają nas

**DMAR**

**KRP**  
KARPIŃSKI ROSA

**ARKTYKA.pl**



**KWA DELIK**



**MOSINÓVA**  
NÓVAenergiaMIASTA

**SERWIS**

  
*Hanna*  
**PIŠKORSKA**  
CUKIERNIA  
1993

**Tosmak**  
PIEKARNIA • CUKIERNIA

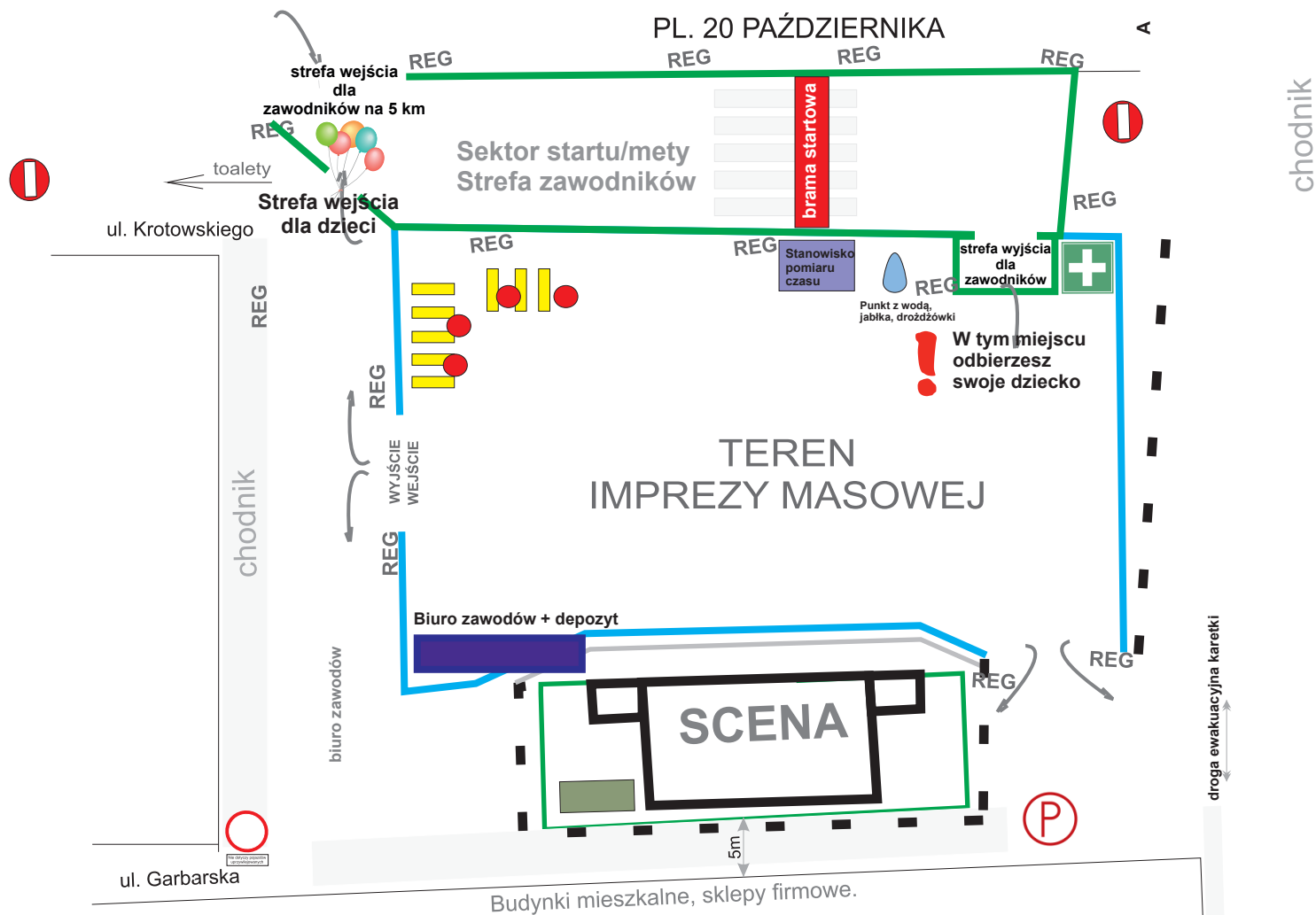
**ren  
mac**

**MOSIŃSKI OŚRODEK KULTURY**  
**MOK**



OSP Gminy Mosina  
Straż Miejska w Mosinie

# MIASTECZKO BIEGOWE



 Karetka  
 Parasole

- - - Płot ochronny o wysokości 2 m.

 Stoły i ławki typu bawaria

 Tymczasowy zakaz wjazdu

 Punkt Medyczny

**REG** Regulamin imprezy masowej

 Oznaczenie terenu imprezy masowej

 Teren niedostępny dla publiczności

# Biegowy Savoir-vivre

Pamiętaj, że trasa biegu prowadzi przez miasto. Zachowaj ostrożność. Poruszaj się tylko po wyznaczonej trasie!

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 kategoricznie zabronione!

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 wyprzedzać i wymijać.

3

Pamiętaj, że obowiązuje zakaz używania słuchawek audio podczas trwania zawodów. Na trasie biegu będzie poruszał się quad z ratownikiem medycznym. Słuchaj i zastosuj się do jego poleceń.

4

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

5

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.

6

Przypomnij swoim kibicom, że trasa jest wyłącznie dla zawodników.

7

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

8

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

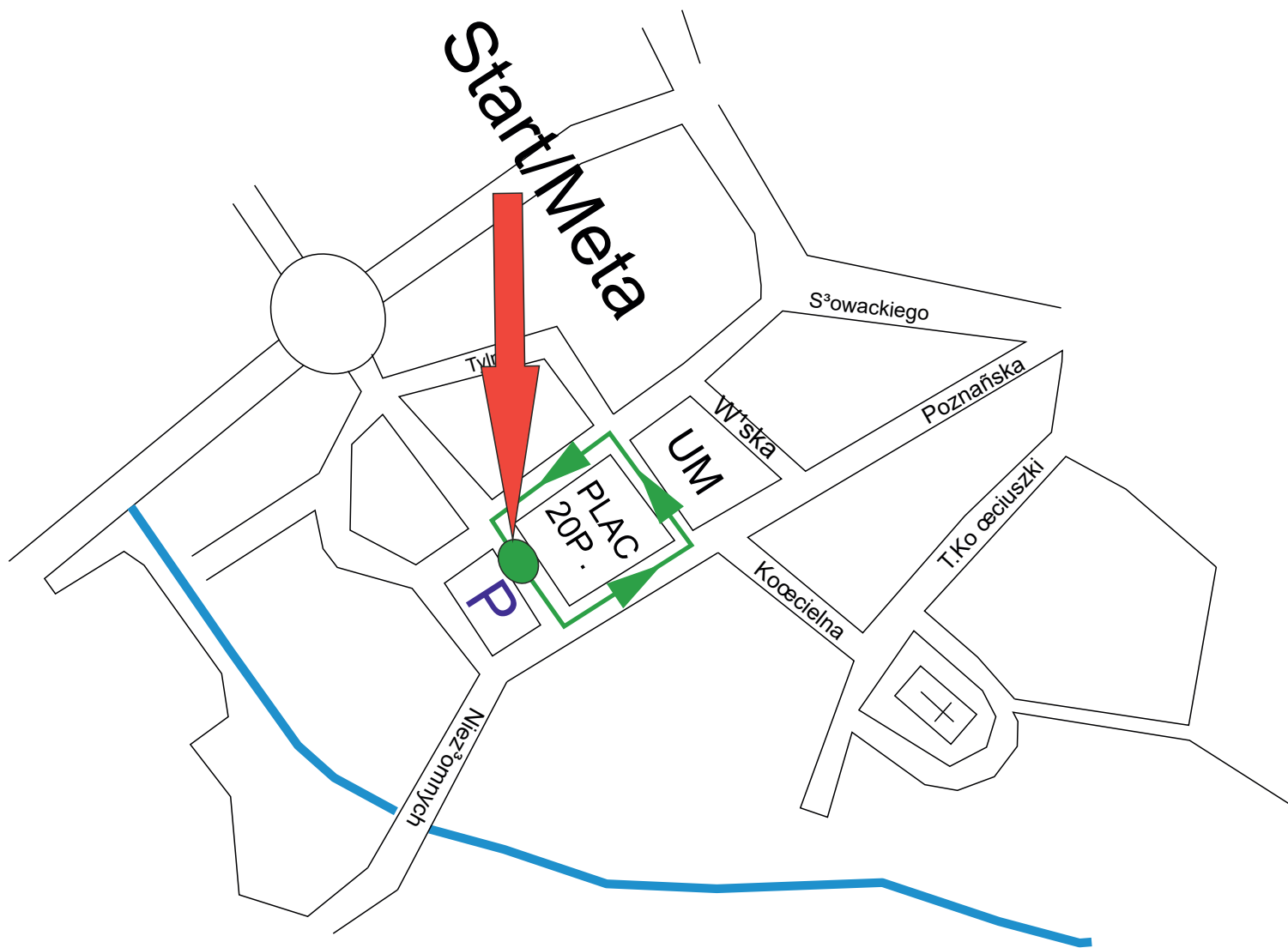
Jeśli nie zamierzasz pobiec, opuścić trasę lub coś się Tobie stało poinformuj organizatora.  
512 629 925  
784 025 924

10

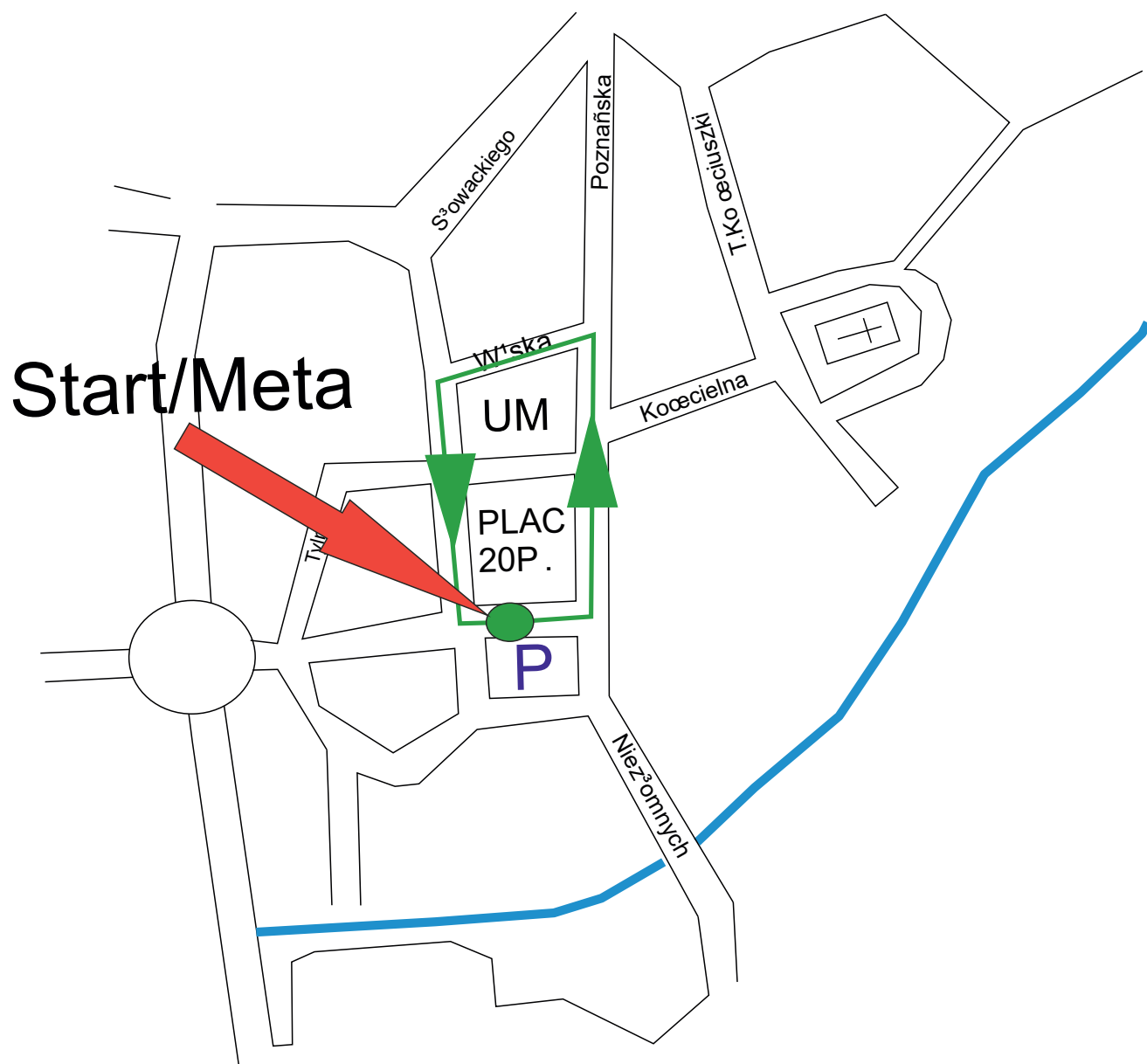
**DZIĘKUJEMY I ŻYCZYMY MIŁEGO BIEGU!**



TRASA BIEGU PRZEDSZKOLAKÓW NA DYSTANSIE 200 M  
GODZ. 10:00  
ROCZNIKI 2016 I MŁODSZE



TRASA BIEGU KLAS I-III  
GODZ. 10:15  
ROCZNIKI 2015-2013



TRASA BIEGU KL. IV - VIII  
GODZ. 10:30  
ROCZNIKI 2012-2008

