



NOCNY MARATON PŁYWACKI

REGULAMIN

1. Miejsce: Złotów, Pływalnia Laguna, ul. Norwida 4a.

2. Termin: piątek, 27 listopada 2015, godz. 20:00-22:00.

3. Organizator: Złotowskie Centrum Aktywności Społecznej, www.zcas.zlotow.pl.

4. Cele zawodów:

- popularyzacja pływania jako czynnej formy spędzania czasu wolnego,
- promowanie pływania jako dyscypliny wpływającej na wszechstronny rozwój zdolności ruchowych,
- promowanie zdrowego i aktywnego stylu życia wśród mieszkańców miasta Złotowa,
- wyłonienie najlepszego pływaka amatora w pływaniu długodystansowym,
- ustanowienie rekordu pływalni w pływaniu na odległość w czasie 60 minut.

5. Zasady i warunki udziału w zawodach:

- zawody mają charakter otwarty i są skierowane do osób pełnoletnich (ukończone 18 lat w dniu zawodów, dowód osobisty lub inny dokument potwierdzający wiek zawodnika),
- każdy z zawodników może zgłosić chęć wzięcia udziału drogą elektroniczną poprzez:
 - * wystanie zgłoszenia na adres sport.zcas@zlotow.pl do dnia 27.11.2015r. do godz. 12.00, w temacie wiadomości: NOCNY MARATON PŁYWACKI,
 - * bezpośrednie zgłoszenie u kierownika Pływalni Laguna,
 - * bezpośrednie zgłoszenie w siedzibie organizatora - ZCAS, Aleja Piasta 26,

Zgłoszenie powinno zawierać: imię i nazwisko zawodnika, miejscowość zamieszkania, telefon kontaktowy oraz podanie jednej z kategorii wiekowych: K 18-35; K 35+; M 18-35; M35+

- do zawodów dopuszczonych zostanie pierwszych 48 zgłoszonych zawodników (maksymalnie 4 zawodników na jednym torze),
- koszt udziału w zawodach wynosi 11 zł (cena 1-razowego biletu),
- przystępując do zawodów zawodnik automatycznie akceptuje postanowienia niniejszego regulaminu,
- zawodnik w dniu zawodów podpisuje oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wzięcia udziału w zawodach oraz o starcie na własną odpowiedzialność,
- organizator dopuszcza zgłoszenia w dniu zawodów tylko w przypadku ilości zgłoszeń elektronicznych nieprzekraczających limitu. Informacje o ilości zawodników zostaną podane dnia 27 listopada 2015 na stronie internetowej www.zcas.zlotow.pl,
- w celach organizacyjnych zawodnicy zgłaszają się w dniu zawodów w kasie pływalni pomiędzy godziną 19.00 a 19.30,
- zawodnicy powinni posiadać regulaminowy strój kąpielowy,
- zawodnicy wykonują próbę tylko w określonym limicie czasowym w godzinach 20:00

- 21:00 lub 21:00-22:00,
 - wszyscy zawodnicy po weryfikacji w holu pływalni otrzymują zegarek basenowy i przydział konkretnego toru, na którym będzie podejmował swoją próbę,
 - każdy uczestnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem maratonu, a podpisując stosowne oświadczenie zobowiązuje się do jego przestrzegania,
 - każdy uczestnik podczas weryfikacji podpisuje oświadczenie o wyrażeniu zgody na przetwarzanie danych osobowych przez Złotowskie Centrum Aktywności Społecznej z siedzibą w Złotowie przy Al. Piasta 26 w rozumieniu ustawy o ochronie danych osobowych z dnia 29 sierpnia 1997 r. (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926, z późniejszymi zmianami),
 - uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w maratonie wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym.
- Ponadto, z udziałem w zawodach mogą wiązać się inne, niemożliwe w tej chwili do przewidzenia, czynniki ryzyka. Podpisanie oświadczenia oznacza, że zawodnik startuje dobrowolnie i wyłącznie na własną odpowiedzialność (oświadczenia dostępne w biurze zawodów w dniu imprezy, Rozporządzenie MEN z 12.09.2001, Dz. U. nr 101 poz. 1095),
- podpisując oświadczenie uczestnik wyraża tym samym zgodę na udzielenie pierwszej pomocy medycznej, wykonanie innych zabiegów medycznych oraz transport poszkodowanego w bezpieczne miejsce, personelowi medycznemu i paramedycznemu działającemu w imieniu organizatora,
 - za rzeczy pozostawione lub zagubione w dniu imprezy organizator nie odpowiada,
 - uczestnik oświadcza, że wiadomym jest dla Niego iż organizator, i osoby z nim współpracujące, a także osoby związane z przeprowadzeniem i organizacją imprezy nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpiły przed, w trakcie lub po zawodach,
 - uczestnik oświadcza, że ponosi odpowiedzialność cywilną i prawną za wszystkie wyrządzone przez siebie szkody innym uczestnikom zawodów oraz osobom trzecim,
 - uczestnik wyraża zgodę na publikację zdjęć i materiałów filmowych z imprezy ze swoim wizerunkiem w internecie, prasie i telewizji,
 - uczestnik swoim podpisem złożonym na oświadczeniu zapewnia, że wypełnił formularz zgłoszeniowy zgodnie z prawdą oraz kompletnie;
 - impreza jest ubezpieczona w ramach OC. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika.

6. Zasady próby długodystansowej:

- zawodnik startuje na gwizdek z wody, pokonuje dystans od ściany startowej do ściany nawrotowej stylem dowolnym wybranym przez siebie. Każdorazowo sędzia zalicza długość 25 metrów; nawrót jest dowolny, po nawrocie dopuszcza się zmianę stylu,
- czas trwania próby wynosi 60 minut,
- po przepłynięciu każdej długości toru zawodnik może przerwać swoją próbę i odpocząć przy ścianie startowej lub nawrotowej; po odpoczynku zawodnik zgłasza sędziemu gotowość i kontynuuje próbę,
- podczas zawodów na torach pływackich obowiązuje ruch prawostronny,
- podczas pływania zawodnik nie może pomagać sobie sprzętem pływającym (m.in. płetwy, deska, makaron); zawodnik nie może również trzymać lin międzytorowych i chodzić po dnie basenu,
- aby długość basenu została zaliczona, zawodnik musi przepłynąć dystans 25 m przed zakończeniem czasu przeznaczanego na próbę „Nocnego Maratonu Pływackiego”,
- do przepłynięcia dystansu zaliczane są pełne długości toru pływackiego,
- zabrania się blokowania - przeszkadzania w pływaniu pozostałym uczestnikom znajdującym się na danym torze pływackim; w przypadku stwierdzenia przez sędziego torowego przypadków blokowania zawodników osoba taka otrzymuje ostrzeżenie, a ponowna taka próba skutkuje dyskwalifikacją zawodnika.

7. Klasyfikacja:

Zawody zostaną rozegrane osobno w klasyfikacji kobiet i mężczyzn z podziałem na kategorie wiekowe: K 18-35; K 35+; M 18-35; M35+.

8. Program zawodów:

19.00 - 19.30 - weryfikacja zawodników

19.30 - 19.50 - odprawa techniczna

19.50 - 20.00 - rozgrzewka

20.00 - 22.00 - przeprowadzenie zawodów

22.15 - wręczenie nagród i zakończenie zawodów

9. Nagrody:

- zawodniczki i zawodnicy w poszczególnych kategoriach wiekowych, którzy pokonają w sumie największą odległość otrzymają nagrodę i tytuł „Pływackiego Maratończyka Złotowa”,

10. Pozostałe postanowienia:

- organizator zapewnia punkt z napojami izotonicznymi,
- organizator zapewnia opiekę lekarską na czas trwania zawodów,
- organizator zastrzega sobie prawo do zmian w powyższym regulaminie,
- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora zawodów,
- za rzeczy zagubione podczas zawodów organizator nie odpowiada.