

REGULAMIN

XVI Biegu Ulicznego „Liwa Cup”

Prabuty 2025

I. Cel

- popularyzowanie biegania jako najprostszej formy ruchu
- promocja Miasta i Gminy Prabuty
- promocja Powiatu Kwidzyńskiego
- promocja Województwa Pomorskiego

II. Organizatorzy i partnerzy

Prabuckie Centrum Kultury i Sportu
Urząd Miasta i Gminy w Prabutach
ZS w Prabutach

Przewodniczący Komitetu Organizacyjnego
Krzysztof Niziałek Burmistrz Miasta i Gminy Prabuty

III. Termin i miejsce

27 września (sobota) 2025 roku, godzina 14.00

Start i meta ul. Rynek w Prabutach.

Biuro zawodów oraz przechowalnia rzeczy czynne od godziny 11.00 w sali konferencyjnej Urzędu Miasta i Gminy w Prabutach przy ul. Kwidzyńskiej 2 (odbiór pakietów do biegu i marszu nordic walking).

Program zawodów – kategorie wiekowe, dystanse

14.05 – bieg przedszkolaków dziewczynki – rocz. 2019 i mł. – dystans 400 m. **14.10** – bieg przedszkolaków chłopcy – rocz. 2019 i mł. – dystans 400 m.

14.15 – bieg dziewcząt rocz. 2017 – 2018 – dystans 400 m.

14.30 – bieg chłopców rocz. 2017 – 2018 – dystans 400 m.

14.45 – bieg dziewcząt rocz. 2015 – 2016 – dystans 800 m.

15.00 – bieg chłopców rocz. 2015 – 2016 – dystans 800 m.

15.15 – bieg dziewcząt rocz. 2013 – 2014 – dystans 800 m.

15.30 – bieg chłopców rocz. 2013 – 2014 – dystans 800 m.

15.45 BIEG ŁĄCZONY (dziewczeta i chłopcy)

– dziewczeta rocz. 2011 – 2012 oraz 2006 - 2010 – dystans 1000 m.

– chłopcy rocz. 2011 – 2012 oraz 2006 - 2010 – dystans 2000 m.

16.00 – REKREACYJNY MARSZ NORDIC WALKING – Open dystans

ok. 5500 m. limit 60 min. (5 pętli ulicami Prabut, trasa płaska,
nawierzchnia asfaltowa)

16.15 – BIEG

GŁÓWNY KOBIET I MĘŻCZYZN – dystans ok. 5500 m.

(5 pętli ulicami Prabut, trasa płaska, nawierzchnia asfaltowa)

Kategorie wiekowe:

Kobiety open:

K 18 (18-29 lat)

K 30 (30-39 lat)

K 40 (40-49 lat)

K 50 (50-59 lat)

K 60+ (60 lat i więcej)

Mężczyźni open:

M 18 (18-29 lat)

M 30 (30-39 lat)

M 40 (40-49 lat)

M 50 (50-59 lat)

M 60+ (60 lat i więcej)

W Biegu Głównym oraz marszu Nordic Walking, prawo startu mają zawodnicy urodzeni w roku 2007 i starsi!

Osoby urodzone w 2007 roku, ale w dniu zawodów będąc niepełnoletnimi, muszą posiadać zgodę rodziców lub opiekunów prawnych.

ok. 17.15 – Dekoracja biegu głównego

V. Zgłoszenia

Zgłoszenia do Biegu Głównego oraz marszu Nordic Walking przez @ na stronie www.zapisyvaldano.pl do dnia **25.09.2025** lub w dniu zawodów od godziny 11.00 do 15.30 (biuro zawodów UMiG Prabuty)

Zapisy dla dzieci w dniu zawodów od godziny 11.00 w biurze przy scenie.

Zapisy w biegach dla dzieci i młodzieży, kończą się 15 minut przed startem.

W biegach dzieci i młodzieży, obowiązują karteczki z imieniem nazwiskiem, rokiem urodzenia oraz nazwą szkoły lub klubu.

W Biegu Głównym obowiązują numery startowe nadane przez organizatora.

VI. Opłaty

Opłata startowa za Bieg Główny i Nordic Walking wynosi: **60 zł.** (do dnia 25.09.2025) płatna przez @ na nr konta oraz **80 zł.** w dniu zawodów.

Z opłaty startowej zwolnieni są mieszkańcy Miasta i Gminy Prabuty.

Opłaty proszę przesyłać na:

Prabuckie Centrum Kultury i Sportu,

82-550 Prabut ul. Łąkowa 22

BS Prabuty 10 8319 0003 0002 0604 2000 0030

w dopisku: opłata startowa za „Liwa Cup” oraz Imię i Nazwisko

VII. Nagrody

W biegach dla dzieci – pierwsza trójka medale i drobne nagrody.

W Biegu Głównym oraz marszu Nordic Walking, wszyscy, którzy ukończą bieg otrzymują pamiątkowe medale, pierwsze 150 osób w dniu zawodów, jeśli wystartuje więcej uczestników, pozostali otrzymają medale drogą pocztową.

Za pierwsze 3 miejsc w kategorii open w BIEGU GŁÓWNYM nagrody finansowe, mężczyźni i kobiety nagrody o tej samej wartości:

I m – 600zł
II m – 500 zł
III m – 400 zł

Za pierwsze 3 miejsc w kategorii wiekowej, w BIEGU GŁÓWNYM mężczyźni i kobiety okolicznościowe statuetki.

Za pierwsze 3 miejsc w REKREACYJNYM MARSZU NORDIC WALKING open mężczyźni i kobiety okolicznościowe statuetki (organizator nie przewiduje kategorii wiekowych).

Nagrody rzeczowe w Biegu Głównym oraz Nordic Walking , dla najlepszej zawodniczki i najlepszego zawodnika mieszkających w **gminie Prabuty** oraz dla **najstarszej i najstarszego uczestnika**. Nagrody nie dublują się, za wyjątkiem wyżej wymienionych nagród rzeczowych.

VIII. pakiet startowy (dotyczy Biegu Głównego oraz Nordic Walking)

W pakiecie startowym zawodnicy otrzymują pamiątkową koszulkę techniczną, napój izotoniczny oraz baton energetyczny.

IX. Postanowienia końcowe

- startujemy bez przeciwwskazań, lekarskich,
- organizator nie odpowiada za zaginione rzeczy,
- ubezpieczenie należy do uczestników biegu,
- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora,
- wszelkie sprawy sporne rozstrzyga dyrektor biegów,
- cała impreza pod hasłem „Sport i muzyka”,
- gastronomia na miejscu zawodów.

Kontakt:

Krzysztof Papis tel. 607771288, e-mail dyrektor@pckis.pl

Jędrzej Krasiński sekretarz@prabuty.pl

Adres:

Prabuckie Centrum Kultury i Sportu,

82-550 Prabuty,

ul. Łąkowa 22

zapraszamy