



POWIATOWE CENTRUM SPORTU

Ul. Królowej Marysieńki 10 • 83-110 Tczew

www.pcs.tczew.pl • tel. 58 530-02-82

NIP 593-25-93-774 • regon 221723233

parkrun

Co to jest parkrun i czym wyróżnia się spośród innych inicjatyw dostępnych dla biegaczy? Parkrun to największa, cykliczna inicjatywa biegowa, w ramach której organizowane są dostępne dla każdego, bezpłatne biegi na dystansie 5km. Obecnie biegi parkrun organizowane są w **13 krajach świata**, w tym w Polsce, w ponad **800 lokalizacjach** i skupiają na chwilę obecną ponad **2,3 miliona** biegaczy amatorów.

Parkrun został powołany do życia w Londynie w 2004 roku przez grupę biegaczy amatorów. Inicjatywa szybko zyskała popularność nie tylko w Wielkiej Brytanii ale również poza jej granicami. Parkrun to cykliczne biegi na dystansie 5km z pomiarem czasu organizowane w każdą sobotę o godz. 9.00 przez cały rok. Swój fenomen i rosnącą popularność zawdzięcza szerokiej formule umożliwiającej udział w biegach każdego bez względu na stopień zaawansowania, czy też kondycję. W zależności od potrzeb oraz celów poszczególnych uczestników parkrun stanowić może uzupełnienie treningu, możliwość poprawy kondycji lub okazję do rozpoczęcia biegowej przygody.

Cel parkrun

Celem parkrun jest zachęcenie jak największej liczby osób bez względu na płeć, wiek, stopień sprawności, czy też światopogląd do regularnego uprawiania aktywności fizycznej, a poprzez to poprawy zdrowia i kondycji fizycznej oraz psychicznej. Powyższy cel parkrun realizuje poprzez organizację cyklicznych, bezpłatnych i ogólnodostępnych biegów na dystansie 5km z pomiarem czasu organizowanych w każdą sobotę o godz. 9.00.

Filozofia parkrun

- Nadrzędnym celem naszych działań jest dążenie do poprawy zdrowia oraz kondycji fizycznej i psychicznej naszych uczestników,
- Uznajemy, że każdy uczestnik ma prawo do wolności i nie może podlegać jakiegokolwiek dyskryminacji bez względu na płeć, rasę, wiek, stopień sprawności, wyznanie, orientację seksualną, czy też status ekonomiczno-społeczny,
- Jesteśmy oddolną inicjatywą promującą wolontariat, zaangażowanie i rozwój społeczności lokalnych oraz integrację społeczną,
- Zawsze dbamy o bezpieczeństwo naszych uczestników, w tym w szczególności dzieci,
- Nigdy nie promujemy produktów (oraz ich producentów), które mogą szkodzić zdrowiu uczestników, w szczególności wyrobów tytoniowych oraz alkoholu, jak również innych używek,
- Nigdy nie uczestniczymy oraz nie oferujemy możliwości działalności oraz agitacji politycznej czy też religijnej w ramach parkrun,
- Promujemy inicjatywy społeczne, w tym w szczególności inne wydarzenia sportowe organizowane dla członków społeczności lokalnej,

REGULAMIN
współzawodnictwa Szkół Ponadgimnazjalnych Powiatu Tczewskiego w
roku szkolnym 2016/2017 w biegach „parkrun”

I. ORGANIZATOR

Organizatorem sobotnich biegów „parkrun” jest Powiatowe Centrum Sportu w Tczewie we współpracy ze Stowarzyszeniem „Biegający Tczew”.

II. CEL

1. Aktywizacja młodzieży szkolnej powiatu tczewskiego w ramach ogólnoświatowej imprezy propagującej bieganie.

III. TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbywać się będzie w każdą sobotę roku szkolnego 2016/2017 r. (10 września 2016 – 10 czerwca 2017) na terenie Powiatu Tczewskiego.
2. Start odbędzie się zawsze o godz. 9:00 w Tczewie Bulwar nad Wisłą ul. Jana z Kolna.
3. Organizator zastrzega sobie odwołanie parkrunu o czym poinformuje przynajmniej 2 tygodnie przed datą odwołania na stronie www.parkrun.pl/tczew/ oraz facebook parkrun Tczew.

IV. TRASA

1. Trasa liczy 5 km i będzie przebiegać od: Bulwaru nad Wisłą do Strugi Subkowskiej i z powrotem.
2. Trasa będzie oznaczona na półmetku.
3. Trasa nie posiada atestu.
4. Nawierzchnia trasy zróżnicowana: szutrowa, asfaltowa, kostka bitumiczna.
5. Bieg odbędzie się przy ograniczonym ruchu kołowym.

V. LIMIT CZASU

1. Nie obowiązuje.

VI. UCZESTNICTWO

1. W parkrunie prawo startu mają osoby, które wcześniej dokonają bezpłatnej rejestracji pod adresem www.parkrun.pl/rejestracja, wydrukują nadany kod i przyniosą go ze sobą na bieg.

VII. ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia przyjmowane są wyłącznie poprzez formularz dostępny pod adresem www.parkrun.pl/rejestracja

VIII. KLASYFIKACJE

1. Podczas Biegu prowadzone będą następujące klasyfikacje;
 - klasyfikacja generalna szkół powiatu tczewskiego (ilość osobo/startów uczniów z danej szkoły bez podziału na wiek, płeć czy uzyskany wynik), przy równej ilość osobo/startów decyduje uzyskany najwyższy współczynnik wieku ucznia z danej szkoły;
 - klasyfikacja indywidualna (oddzielnie dziewczęta/chłopcy) decyduje ilość startów, w przypadku równej ilość startów decyduje uzyskany najwyższy współczynnik wieku ucznia

IX. NAGRODY

1. Zdobywcy miejsc I – III w klasyfikacji generalnej szkół otrzymają pamiątkowe puchary, pozostali uczestnicy dyplomy.
2. Zdobywcy miejsc I-III otrzymają bony na zakup sprzęt sportowego (500, 300 i 200 zł).
3. Zdobywcy miejsc I – III w klasyfikacji indywidualnej dziewcząt/chłopców otrzymają pamiątkowe dyplomy oraz nagrody rzeczowe.

X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Biegi odbywać się będą bez względu na pogodę.
2. Wszyscy zawodnicy muszą posiadać kod uczestnika (www.parkrun.pl/rejestracja).
3. Przebywanie na trasie biegu bez wcześniejszej rejestracji skutkuje nie ujęciem uczestnika w klasyfikacji końcowej. www.parkrun.pl/tczew/ .
4. Klasyfikacja szkół będzie prowadzona na bieżąco (po otrzymaniu informacji od nauczycieli) i dostępna będzie na stronie www.biegajacy.tczew.pl oraz www.pcs.tczew.pl .
5. Uprasza się nauczycieli z poszczególnych szkół do przesłania listy uczniów biorących udział do 10 dnia każdego miesiąca (imię, nazwisko oraz szkoła) na adres ttobianski@wp.pl lub dyrektor@pcs.tczew.pl, kontakt bezpośredni z koordynatorem 502-454-754 dyrektor PCS Tomasz Tobiański.
5. Sobotnie bieganie w ramach parkrunu jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez zawodnika.
6. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorowi.

Organizator imprez sportowych
Powiatowe Centrum Sportu w Tczewie