

# Regulamin biegu dla dzieci „Mały Ratownik”

## 1. Cele

- popularyzacja biegania jako najprostszej formy rekreacji fizycznej wśród dzieci i młodzieży;
- działania edukacyjne wśród dzieci i młodzieży upowszechniające wiedzę na temat udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej

## 2. Organizator

- Uniwersytet Zielonogórski
- Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu Zielonogórskiego
- Instytut Sportu, Turystyki i Żywnienia UZ

### **Kontakt:**

Grażyna Biczysko [g.biczysko@wnb.uz.zgora.pl](mailto:g.biczysko@wnb.uz.zgora.pl)

Agnieszka Grad-Rybińska, e-mail: [a.grad.uz@gmail.com](mailto:a.grad.uz@gmail.com)

## 3. Termin i miejsce

Bieg odbędzie się 4 czerwca 2023 r.

Start biegu: od godziny **10:00**.

Dzieci z poszczególnych kategorii startują oddzielnie w kolejności: I,II,III,IV.

Miejsce: Stadion sportowy przy ul. Wyspiańskiego 58, Zielona Góra

## 4. Uczestnictwo, zapisy

Udział w biegu jest **bezpłatny**

- **Zapisy prowadzone będą w dniu biegu w BIURZE ZAWODÓW** w godzinach: **od 8:50 do 9:50** w miejscu STARTU tj. na stadionie sportowym przy ul. Wyspiańskiego 58 w Zielonej Górze
- Udział w biegu możliwy jest za pisemną zgodą Rodzica lub Opiekuna Prawnego (oświadczenie stanowi załącznik do Regulaminu, dostępne będzie również w Biurze Zawodów)

W biegu mogą wziąć udział dzieci i młodzież w kategoriach wiekowych:

Kategoria wiekowa	Rok urodzenia (dziewczynki, chłopcy)
I	2014-2015
II	2013-2012
III	2011-2010
IV	2009-2008

## 5. Trasa

- Długość trasy:

Ø 700m (kategorie III,IV)

Ø 600m (kategorie I,II)- na trasie ustawione zostaną dwie przeszkody.

- Przebieg trasy:

Ø Stadion sportowy

Ø utwardzone ścieżki parkowe w okolicy stadionu

## 6. Nagrody

Każdy uczestnik biegu otrzyma pamiątkowy medal

Trzech pierwszych zawodników i zawodniczek w poszczególnych kategoriach wiekowych otrzyma upominki.

## 7. Postanowienia końcowe

- Uczestnicy biegu nie są ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków;
- Podczas biegu zapewniona zostanie pomoc medyczna, szatnie oraz toalety i prysznice;
- Organizator zastrzega sobie prawo ODWOŁANIA zawodów w przypadku bardzo niekorzystnych warunków atmosferycznych
- Prawo interpretacji niniejszego regulaminu przysługuje organizatorom.

## 8. Dodatkowe Informacje:

**Po zakończonym biegu „Mały Ratownik” jego uczestnicy będą mieli możliwość uczestnictwa w pokazie i instruktażu udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej. Pokaz odbędzie się na murawie stadionu.**