



**Magiczny
Kraków**

Pro Touch Cracovia Interrun 2013

2013-05-17

**BIEG DLA KAŻDEGO! DLA MAŁEGO i DUŻEGO! 26 maja 2013 Rynek Główny w Krakowie.
Bieg PRZEDSZKOLAKÓW, bieg SZKÓŁ, bieg RODZIN, AMATORÓW i SPORTOWCÓW!
4 dystanse: 100 m, 1,2 km, 5 km lub 10 km - wybór należy do Ciebie!**

Serdecznie zapraszamy do wzięcia udziału w szóstej edycji biegu Pro Touch Cracovia Interrun 2013.

"Szczególnie gorąco do udziału w Biegu Rodzinnym zapraszam wszystkie te rodziny, które chcą sprawdzić się w sportowej rywalizacji, zintegrować swoją rodzinę i wspólnie spędzić wolny czas. Dajmy dzieciom dobry przykład!-zachęca Marzena Paszkot Pełnomocnik Prezydenta Miasta Krakowa ds. Rodziny i Polityki Społecznej".

PROGRAM IMPREZY:

9.00-15.00 biuro organizacyjne biegu
9.00-11.00 odbiór chipów
9.30 imprezy towarzyszące
9.30-9.50 BIEG PRZEDSZKOLAKÓW
10.30 -11.00 BIEG SZKÓŁ
12.00 START BIEGU na 5 km i 10 km
14.00 meta biegu
12.00 – 14.30 imprezy towarzyszące: rozdanie medali, wydawanie napojów i posiłków regeneracyjnych;

BIEG RODZIN:

W Biegu Rodzinnym każda Rodzina otrzyma nagrodę pod warunkiem, że wszyscy zarejestrowani członkowie rodziny ukończą bieg na 5 km lub 10 km tzn. przekroczą linie mety i będą mieli prawidłowo zamontowane chipy do pomiaru czasu.

BIEG NA 10 KM:

W tym roku trasa biegu o dystansie 10 km posiada atest PZLA. Uczestnicy biegu na 10 km mogą wygrać następujące nagrody:

- w klasyfikacji generalnej (kobiety i mężczyźni):

za zajęcie I miejsca: 1200 zł

za zajęcie II miejsca: 1000 zł

za zajęcie III miejsca: 700 zł

- w kategoriach wiekowych (kobiety, mężczyźni) – nagrody rzeczowe.

Podczas Biegu na 10 km prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.

- w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn:

Kobiety:

K-18 18-29 lat

K-30 30-39 lat



**Magiczny
Kraków**

K-40 40-49 lat

K-50 50-59 lat

K-60 60 lat i powyżej

Mężczyźni:

M-18 18-29 lat

M-30 30-39 lat

M-40 40-49 lat

M-50 50-59 lat

M-60 60-69 lat

M-70 lat i powyżej

Uwaga! kategorie wiekowe obowiązują przy co najmniej 5 osobach w danej grupie wiekowej.

PAKIETY STARTOWE:

Pakiet startowy zawiera koszulkę techniczną ProTouch, numer startowy oraz gadżety. Koszt pakietu startowego wynosi:

- dla jednego uczestnika - 49,00 PLN

- pakiet grupowy dla 6 uczestników - 250,00 PLN

- pakiet rodzinny dla: 3 osób - 120,00 PLN; 4 osób - 160,00 PLN; 5 osób - 200,00 PLN;

Rejestracji do biegu wraz z zakupem pakietu można dokonać elektronicznie w zakładce ZARJETSZUK SIĘ lub osobiście na stoisku ProTouch Cracovia INTERRUN 2013 zlokalizowanym w sklepie INTERSPORT w Galerii Krakowskiej przy ul. Pawiej 5 w Krakowie. Stoisko ProTouch Cracovia INTERRUN 2013 będzie działać w godzinach otwarcia sklepu do 25 maja 2013.

W Biegu na 5 km, 10 km prawo startu mają osoby bez względu na płeć, wiek, miejsce zamieszkania. Osoby niepełnoletnie mają prawo startu pod warunkiem okazania zgody na uczestnictwo w Biegu podpisanej przez opiekuna prawnego uczestnika. Zgodę należy okazać w Biurze Zawodów przy odbiorze chipa. FORMULARZ DLA NIEPEŁNOLETNICH UCZESTNIKÓW BIEGU.

Zgodnie z regulaminem za zgłoszenie do biegu uważa się:

- dokonanie rejestracji elektronicznej na stronie www.interrun.pl,
- zakup i odbiór pakietu startowego,

TERMINY:

- Rejestracja online możliwa jest do 12.05 br.
 - Rejestracja w sklepie INTERSPORT w Galerii Krakowskiej możliwa jest do 25.05 br.
 - Odbiór pakietu w sklepie INTERSPORT w Galerii Krakowskiej możliwy jest do 25.05 br.
 - Rezerwacje pakietów (numerów) ważne są do 10 dni od daty zarejestrowania zgłoszenia elektronicznego. W przypadku braku zaksięgowania płatności przez Organizatora w terminie do 10 dni od daty rejestracji zgłoszenia, uczestnik w celu zgłoszenia się do biegu powinien dokonać ponownej rejestracji elektronicznej.
- Dokonując zakupu pakietu startowego potwierdza, że zapoznał się z regulaminem i zobowiązuje się do jego przestrzegania oraz wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych na zasadach określonych w regulaminie biegu.



POMIAR CZASU I ZDJĘCIE:

Osiągnięty przez Uczestnika czas biegu zostanie zarejestrowany przez system elektronicznego pomiaru czasu, pod warunkiem prawidłowego przykleśnięcia chipu do buta.

Od godz. 9:00 do 11:00 będą wydawane chipy, które należy przymocować do buta. Punkty te będą znajdować się przy biurze organizacyjnym zawodów. Odbiór bezpłatnych – zwrotnych chipów odbywać się będzie za okazaniem numeru startowego załączonego do zestawu startowego.

UWAGA! Na linii mety zostanie wykonane pamiątkowe zdjęcie. Warunkiem rejestracji czasu biegu oraz wykonania pamiątkowego zdjęcia jest odpowiednie zamocowanie numeru startowego do koszulki, odpowiednie przymocowanie chipa do buta oraz przekroczenie oznakowanej linii startu i mety. Uzyskany w biegu wynik oraz zdjęcie pamiątkowe będzie można obejrzeć na www.interrun.pl do 8 dni od daty biegu.

PONAD 100 NAGRÓD DLA UCZESTNIKÓW BIEGU:

W dniu biegu odbędzie się konkurs dla uczestników ProTouch Cracovia INTERRUN 2013, w którym nagrodzonych zostanie ponad stu biegaczy. Rozpoczęcie konkursu nastąpi po oficjalnym zakończeniu biegów około godziny 14. Zachęcamy do pozostania z na płycie Rynku do końca imprezy!

DOJAZD:

- Uczestnicy dojeżdżają na miejsce imprezy we własnym zakresie.
- Ze względu na strefę i ograniczoną liczbę miejsc parkingowych w okolicy startu i mety biegu sugerowaną formą dojazdu na bieg są środki komunikacji miejskiej.

PORADY:

Oto kilka wskazówek, które ułatwią udział w imprezie.

- W dniu biegu najlepiej spożyć lekkie śniadanie na około 2 godziny przed startem.
- Przyjedź na imprezę środkami komunikacji miejskiej.
- W strój do biegania i koszulkę, którą dostałeś w pakiecie startowym ubierz się już w domu.
- Nie zapomnij odebrać chipu przed biegiem. Prawidłowo zamontowany numer startowy oraz przekroczenie linii startu i mety umożliwią rejestrację pomiaru czasu i wykonanie pamiątkowego zdjęcia Uczestnika.
- Ogranicz liczbę rzeczy pozostawionych w szatni i nie bierz ze sobą rzeczy wartościowych.
- Oddaj rzeczy do szatni do godz. 11.00, aby uniknąć zamieszania przed startem.
- Sprawdź wcześniej prognozę pogody na dzień biegu i odpowiednio się ubierz.
- Przed biegiem rozgrzej mięśnie podczas wspólnej rozgrzewki przed startem, a po zakończeniu biegu w przypadku chłodu – jak najszybciej odbierz rzeczy z szatni i ubierz wierzchnie okrycie.
- Zacznij bieg w spokojnym tempie, przyspieszaj w drugiej części dystansu.
- Po biegu zapraszamy do pozostania przy scenie, gdzie do godz. 14.30 będą czekały na Ciebie dodatkowe atrakcje.

WYBRANE ZASADY UCZESTNICTWA W BIEGU:



- Każda osoba rejestrująca się do udziału w biegu PRO TOUCH Cracovia INTERRUN 2013 zobowiązana jest zapoznać się z [REGULAMIN IMPREZY](#)
- Wszyscy Uczestnicy biegu zobowiązani są do startu w koszulkach otrzymanych w ramach pakietu startowego i przyczepienia numeru startowego. Organizator zastrzega sobie prawo do niedopuszczenia do biegu lub zdyskwalifikowania Uczestnika, który nie będzie ubrany w sposób opisany powyżej.
- Organizator zapewnia podstawową opiekę medyczną podczas trwania imprezy, tj. od godz. 9.00 do godz. 15.00 w dniu 26.05.2013 r.
- Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w programie imprezy, które zostaną podane do publicznej wiadomości bezpośrednio w dniu biegu.
- W Biegu na 5 km, 10 km prawo startu mają osoby bez względu na płeć, wiek, miejsce zamieszkania. Osoby niepełnoletnie mają prawo startu pod warunkiem okazania zgody na uczestnictwo w Biegu podpisanej przez opiekuna prawnego uczestnika. Zgodę należy okazać w Biurze Zawodów przy odbiorze chipa. FORMULARZ DLA NIEPEŁNOLETNICH UCZESTNIKÓW BIEGU.

[Formularz zgłoszeniowy:](#)