

XXIX BIEG ŁAGOWSKIEGO LATA

ŁAGÓW 2025

ŁAGÓW 01 czerwca 2025 roku

REGULAMIN

1. CEL

- popularyzacja biegów masowych,
- popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu,
- promocja Gminy Łagów.

2. ORGANIZATORZY

- Wójt Gminy Łagów,
- Starostwo Powiatowe w Świebodzinie,
- Szkoła Podstawowa w Łagowie,
- Sympatycy imprezy.

3. TERMIN I MIEJSCE

- 01 czerwca 2025r.
- rozpoczęcie imprezy, weryfikacja zawodników, od godz. 8.00
- start i meta – Amfiteatr – Łagów
- **start do biegu głównego o godz. 9.30**
- **limit czasowy 90 minut**
- **Bieg Główny zalicza się do Grand Prix Powiatu Świebodzińskiego**
- dzieci i młodzież od godz. 11.15

4. OPIS TRASY

- dystans – ok. 10 km,
- trasa biegu głównego prowadzi z amfiteatru ulicą Chrobrego, na zakręcie za kinem Świtez wbiegamy do lasu, biegniemy ponownie przez amfiteatr, dalej ulicami: Kościuszki, Zamkową, Spacerową, przez Ośrodek „Zacisze”, potem brzegami jeziora Łagowskiego, ulicą Paderewskiego, Toporowską, Chrobrego do mety w amfiteatrze,
- oznakowanie – taśma biało-czerwona,
- woda na półmetku trasy i na mecie,
- na trasie tablice informujące o odległości pozostałej do pokonania.

5. WARUNKI UCZESTNICTWA

- Podpisanie oświadczenia,
- Dowód tożsamości ,uczniowie – legitymacja szkolna i zgoda rodziców lub opiekunów,
- **Zgłoszenia do Biegu Głównego na ok. 10km, należy dokonać wyłącznie drogą elektroniczną przez wypełnienie formularza zgłoszeniowego, zamieszczonego na stronie maratonczykpomiarczasu.pl do 23 maja 2025 roku. Ograniczenie liczby uczestników do 200 zawodników,**
- opłatę startową **60zł** należy uiścić na konto : **Gmina Łagów, ul. Spacerowa 7, 66-220 Łagów, w tytule Bieg 2025, Imię i Nazwisko startującego**
BS Krosno o/Łagów 33 9656 0008 2000 0260 2000 0001, do 23 maja 2025
- Ubezpieczenie OC/NW, należy do obowiązku zgłaszającego udział w biegu,

6. DODATKOWE UWAGI

- przyjazd i pobyt zawodników i zawodniczek na koszt własny,
- w ramach opłaty startowej organizatorzy zapewniają pakiet startowy, wodę na półmetku i na mecie biegu, oraz ciepły poczęstunek,
- uczestnicy biegu powyżej 65 roku życia są zwolnieni z opłaty startowej,
- w sprawach nie objętych regulaminem decydują:
Sędzia główny biegu i organizator,
- organizatorzy zastrzegają sobie prawo ewentualnych zmian regulaminu bez podania przyczyny.

7. KATEGORIE WIEKOWE

Mężczyzn		Kobiet	
M	Generalna Mężczyzn	K	Generalna Kobiet
M20	16-29 lat	K20	16-29 lat
M30	30-39 lat	K30	30-39 lat
M40	40-49 lat	K40	40-49 lat
M50	50-59 lat	K50	50-59 lat
M60	60+	K60	60+

8. NAGRODY W BIEGU GŁÓWNYM

-Puchary Biegu Łagowskiego Lata w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn,
-Puchar Wójta dla zwycięzcy biegu z terenu Gminy Łagów,

-Każdy uczestnik biegu otrzymuje medal ,

Nagrody rzeczowe:

- dla zdobywców miejsc: I – III w klasyfikacji generalnej i kategoriach wiekowych **nagrodzeni w klasyfikacji generalnej, nie dublują się w kategoriach wiekowych**
- dla najlepszego biegacza z terenu Gminy Łagów
- dla najmłodszego uczestnika biegu
- dla najstarszego uczestnika biegu

9. BIEGI DZIECI I MŁODZIEŻY

- 100 m -przedszkolacy,
- 200 m -klasy I - II - dziewczęta
- 200 m -klasy I-II - chłopcy
- 400 m -klasy III - IV - dziewczęta
- 400 m -klasy III-IV - chłopcy
- 800 m -klasy V - VI - dziewczęta
- 800 m -klasy V - VI - chłopcy
- 800 m -klasy VII-VIII - dziewczęta
- 1000m -klasy VII-VIII - chłopcy

W biegach dla dzieci i młodzieży:

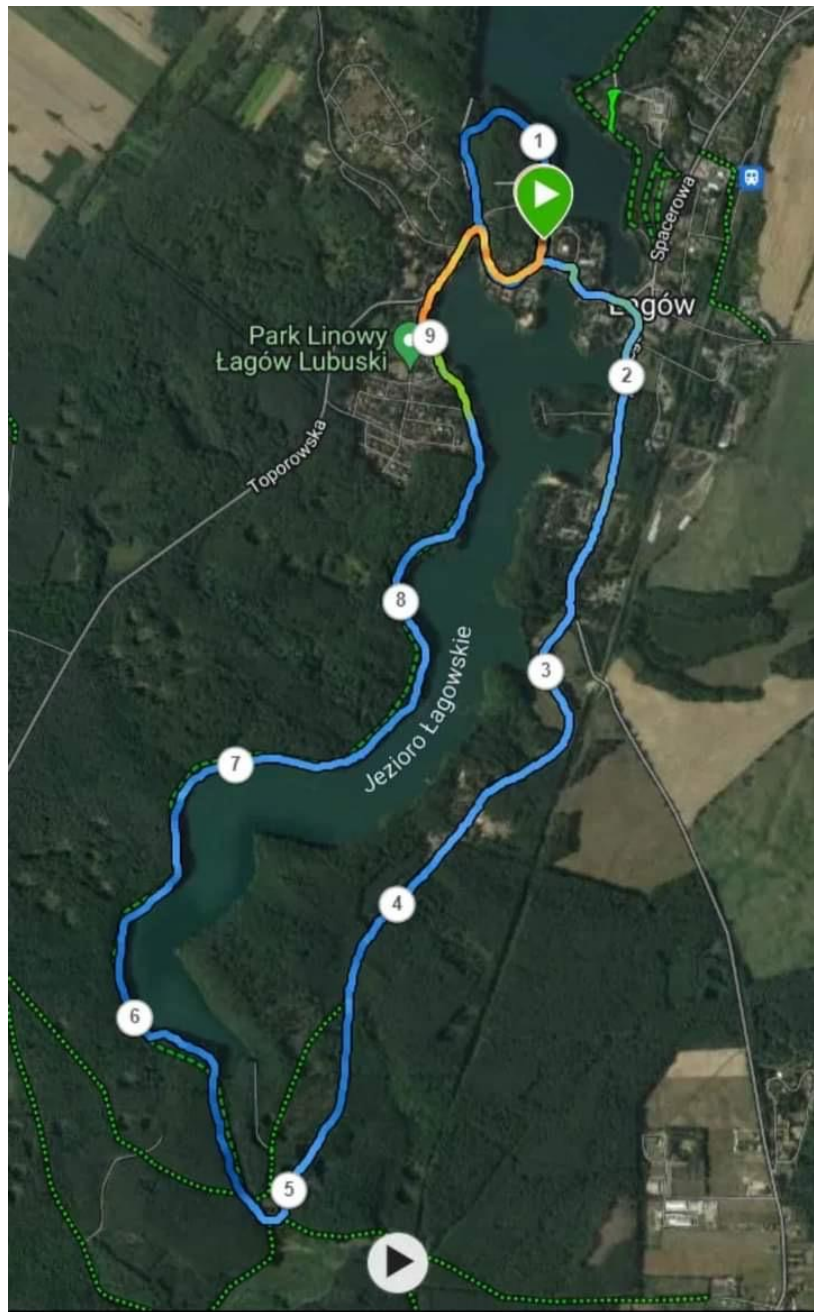
- w każdej kategorii wiekowej 3 pierwsze miejsca – nagrody,
- medal uczestnictwa dla każdego dziecka.

10. IV GRAND PRIX POWIATU ŚWIEBODZIŃSKIEGO

- **Bieg jest częścią cyklu V Grand Prix Powiatu Świebodzińskiego.**
- Dla Grand Prix Powiatu Świebodzińskiego obowiązuje odrębny Regulamin przedstawiony przez organizatora Grand Prix.
- W Grand Prix Powiatu Świebodzińskiego klasyfikowani są zawodnicy, którzy ukończą minimum 3 imprezy Cyklu,
- Osoby chcące być ujęte w osobnej klasyfikacji Grand Prix dla zawodników Powiatu Świebodzińskiego muszą w formularzu zapisów oznaczyć pozycję „Powiat Świebodzin” i ukończyć minimum 3 imprezy Cyklu..

**kontakt do organizatora: e-mail: promocja@lagow.pl
tel. 606 737 161 - Arkadiusz Jurusz**

SERDECZNIE ZAPRASZAMY !!!



XXIX BIEG
ŁAGOWSKIEGO LATA

ŁAGÓW, 1 CZERWCA 2025