



## **XXII ŚWIATOWE LETNIE IGRZYSKA POLONIJNE USTKA 25 - 30.08. 2026 r.**

### **BIEG NA 5KM**

**CEL:** Wyłonienie najlepszych biegaczy długodystansowych XXII Światowych Letnich Igrzysk Polonijnych oraz popularyzacja biegania w środowiskach polonijnych.

**MIEJSCE:** Tereny przyległe do stadionu lekkoatletycznego w Ustce.

Start – Stadion lekkoatletyczny w Ustce,

Meta – Stadion lekkoatletyczny w Ustce.

**TERMIN:** 28 sierpnia 2026 r. od godziny 9:00

#### **KATEGORIE WIEKOWE:**

- grupa III K od 16 do 20 lat
- grupa IV K od 21 do 35 lat
- grupa V K od 36 do 45 lat
- grupa VI K od 46 do 55 lat
- grupa VII K od 56 do 65 lat
- grupa VIII K od 66 do 70 lat
- grupa IX K od 71 powyżej
- grupa III M od 16 do 20 lat
- grupa IV M od 21 do 35 lat
- grupa V M od 36 do 45 lat
- grupa VI M od 46 do 55 lat
- grupa VII M od 56 do 65 lat
- grupa VIII M od 66 do 70 lat
- grupa IX M od 71 powyżej

O przynależności do danej grupy decyduje rok urodzenia.

Podstawą klasyfikacji w kategoriach wiekowych jest udział co najmniej 5 osób w danej kategorii.

W przypadku braku wymaganej ilości startujących kategorie będą łączone.

Ostateczną decyzję podejmuje Sędzia Główny w porozumieniu z Organizatorem.

#### **WAŻNE INFORMACJE:**

##### **DYSTANS**

- Zawody zostaną przeprowadzone na dystansie: 5 km dla kobiet, 5 km dla mężczyzn oraz na krótszym dystansie dla młodzieży./dystans dla młodzieży zostanie ustalony po konsultacji Sędziego Głównego biegu z Organizatorem/

##### **TRASA**

- na trasie będą znajdować się punkty odświeżania,
- trasa będzie oznaczona specjalnymi znacznikami i taśmą ostrzegawczą,
- długość trasy liczona jest po najkrótszej linii,
- na trasie ustawione będą tabliczki z informacjami o przebytych kilometrach.

##### **POMIAR CZASU**

- Czas zawodników mierzony jest elektronicznie za pomocą chipów umieszczonych przy butach zawodnika
- czas zawodnika mierzony będzie netto, dla każdego uczestnika oddzielnie.

### **NUMER STARTOWY**

- Każdy zawodnik zobowiązany jest do samodzielnego przypięcia numeru startowego na klatce piersiowej,
- zawodnicy zobowiązani są do niezakrywania numeru startowego.
- W przypadku zakrycia numeru startowego sędzia ma prawo zatrzymać uczestnika biegu w celu poproszenia go o poprawienie widoczności numeru startowego,
- numer startowy musi odpowiadać numerowi chipa elektronicznego.

### **SPRAWY ORGANIZACYJNE:**

1. Organizator zapewnia zabezpieczenie medyczne, wodę dla zawodników oraz skład sędziowski.
2. Podczas zawodów obowiązują przepisy Polskiego Związku Lekkiej Atletyki oraz niniejszy regulamin.
3. Uczestników obowiązuje strój sportowy.
4. Prawo do interpretacji powyższego regulaminu przysługuje Koordynatorowi Zawodów / Sędziemu Głównemu.
5. Organizator nie odpowiada za stan zdrowia uczestników biegu.
6. Organizator nie odpowiada za własność zawodników pozostawiony bez opieki.
7. Uczestnicy wyrażają zgodę na udostępnienie swojego wizerunku do celów medialnych przez Organizatora.
8. Warunkiem wzięcia udziału w zawodach jest dopełnienie formalności w biurze zawodów.
9. W sprawach organizacyjnych i sportowych osobą właściwą do pierwszego kontaktu jest koordynator biegu – Pani Magdalena Tarczewska
10. Start w zawodach oznacza akceptację regulaminu biegu na 5 km oraz zasad określanych przez Organizatora.

/-/ ORGANIZATOR

### **HARMONOGRAM:**

- 8:30 - otwarcie biura zawodów;
- 8:45 - oficjalne otwarcie imprezy;
- 9:00 - start biegu;
- 13:00 - ceremonia wręczenia nagród.