



Kutno IV Mistrzostwa
11.09 POLSKI OCR 2021

RULEBOOK KIDS

I. ZASADY BIEGU DLA DZIECI PODCZAS IV MISTRZOSTW POLSKI BIEGÓW PRZESZKODOWYCH – 11.-9.2021 Kutno.

Zasady opracowane przez Organizatora KIDS: Ocr&Ninja KIDS Events

1. BIURO ZAWODÓW

1.1. Biuro zawodów: Stadion Miejski Kutnowianka ul. Oziębłowskiego , Kutno

1.2. Godziny odbierania pakietów startowych dla dzieci:

11.09.2021 godz.9:00 – 11:00

II. FORMUŁA PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW:

Zawodnicy startują w falach ustalonych ze względu na kategorie wiekowe:

ELITKA

7 - 8 lat – minimum 1000 m i nie mniej niż 10 przeszkód;

9 - 10 lat – minimum 1000 m i nie mniej niż 10 przeszkód;

11 - 12 lat – minimum 1000 m i nie mniej niż 10 przeszkód.

OPEN

0 - 7 lat – minimum 1000 m i nie mniej niż 10 przeszkód;

8 - 12 lat – minimum 1000 m i nie mniej niż 15 przeszkód;

W ramach fali OPEN wyodrębniona jest fala KUTNO CHALLENGE – tylko dla mieszkańców Kutna w ramach budżetu obywatelskiego

Start pierwszej fali rozpoczyna się o godz. 9:15. Kolejne fale startują co 15 minut. Dekoracja i wręczenie medali odbędzie się w dniu zawodów o godz. 19:00

III. WARUNKI UCZESTNICTWA:

1. W biegach KIDS mogą wystartować dzieci: ELITKA - dzieci w wieku (minimum ukończone) 7-12 lat za zgodą (i w obecności) rodzica lub opiekuna na podstawie pełnomocnictwa; OPEN KIDS - dzieci w wieku 0-12 lat za zgodą (i w obecności) rodzica lub opiekuna na podstawie pełnomocnictwa. Rodzic zobowiązany jest do okazania jakiegokolwiek dokumentu potwierdzającego wiek dziecka (paszport, dowód, legitymacja, karta NFZ etc.)
2. Rodzice dokonujący zgłoszenia dziecka do udziału w imprezie potwierdzają znajomość regulaminu i akceptują go oraz wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku oraz imienia i nazwiska na materiałach promocyjnych i reklamowych organizatorów w ramach promocji imprezy Mistrzostwa Polski OCR. Wyrażają również zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych w zakresie niezbędnym do realizacji zawodów, w tym na wysyłanie pod wskazany adres e-mail informacji odnośnie imprezy i materiałów promocyjnych organizatorów.
3. Do startu zostaną dopuszczeni tylko i wyłącznie zawodnicy, którzy zostali prawidłowo zarejestrowani i w wymaganym terminie wnieśli stosowną opłatę wpisową.

IV. ZASADY RYWALIZACJI

1. ELITKA

- 1.1. Każde dziecko (zwane dalej Zawodnikiem) otrzyma 3 papierowe opaski na nadgarstek, które należy założyć i okazać przed wejściem na strefę startu.
- 1.2. Opaski będą odbierane (odcinane) w przypadku niepokonania przeszkody przez Zawodnika.
- 1.3. Zawodnik ma dwie próby pokonania przeszkody z wyłączeniem wszelkiego rodzaju ścianek oraz równoważni na których obowiązuje zasada wielokrotności prób.
- 1.4. Po drugiej nieudanej próbie pokonania przeszkody Zawodnik ma obowiązek udania się do sędziego celem oddania jednej opaski. Następnie kontynuuje bieg dalej.
- 1.5. Celem ukończenia biegu i klasyfikacji w ELITCE, Zawodnik musi mieć minimum jedną opaskę na nadgarstku na mecie.
- 1.6. Zawodnik nim przekroczy metę będzie zobowiązany do wykonania karnego zadania za każdą utraconą opaskę i dopiero wówczas może przekroczyć linię mety.
- 1.7. W przypadku utraty wszystkich (trzech) opasek Zawodnik dalej kontynuuje bieg lecz nie obowiązują go już narzucone ilości prób oraz karne pętle. Na końcu otrzyma medal ale nie będzie miał możliwości stanąć na podium.
- 1.8. Zawodnicy będący na trasie nie posiadający opasek nie mogą utrudniać rywalizacji pozostałym zawodnikom z opaskami – blokować torów na przeszkodach, zagradzać drogi itd.
- 1.9. W przypadku braku innego ułatwienia – podest, lina etc. dopuszcza się pomoc dla Zawodników w dostaniu się na przeszkodę czy do pierwszego chwytu (np. podsadzenie dziecka). Pomoc może być udzielona tylko i wyłącznie przez sędziego lub wolontariusza na trasie na prośbę zawodnika.
- 1.10. Zawodnik nie może przyjmować pomocy z zewnątrz w postaci sprzętu lub fizycznej pomocy osób trzecich.

2. OPEN KIDS, KUTNO CHALLENGE

Jest to formuła biegu „for fun” i ma na celu edukację, propagowanie zasad Fair Play oraz promocję biegów z przeszkodami w formie zabawy.

- 2.1. Zawodnik może pokonywać przeszkodę wielokrotnie.
- 2.2. Zawodnik może korzystać z pomocy osób trzecich: Wolontariusz, Sędzia
- 2.3. Nie ma klasyfikacji/podium dla kategorii OPEN KIDS (Organizator dopuszcza przyznanie wyróżnień).
- 2.4. Każdy zawodnik po ukończeniu biegu otrzymuje pamiątkowy medal.

3. OGÓLNE

- 3.1. W biegach KIDS mogą wystartować dzieci: MAŁA ELITA - dzieci w wieku (minimum ukończone) 7-12 lat za zgodą (i w obecności) rodzica lub opiekuna na podstawie pełnomocnictwa; OPEN KIDS - dzieci w wieku 0-12 lat za zgodą (i w obecności) rodzica lub opiekuna na podstawie pełnomocnictwa. Rodzic zobowiązany jest do okazania jakiegokolwiek dokumentu potwierdzającego wiek dziecka (paszport, dowód, legitymacja, karta NFZ etc)
- 3.2. Rodzice dokonujący zgłoszenia dziecka do udziału w imprezie potwierdzają znajomość regulaminu i akceptują go oraz wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku oraz imienia i nazwiska na materiałach promocyjnych i

reklamowych organizatorów w ramach promocji imprezy Mistrzostwa Polski OCR. Wyrażają również zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych w zakresie niezbędnym do realizacji zawodów, w tym na wysyłanie pod wskazany adres e-mail informacji odnośnie imprezy i materiałów promocyjnych organizatorów.

- 3.3. Do startu zostaną dopuszczeni tylko i wyłącznie zawodnicy, którzy zostali prawidłowo zarejestrowani i w wymaganym terminie wniesli stosowną opłatę wpisową.
- 3.4. Korzystanie, wchodzenie itd. na przeszkody przed biegiem przez Zawodników grozi dyskwalifikacją.
- 3.5. Rany otwarte, nieopatrzone z sączącą się krwią dyskwalifikują z dalszego biegu, aby kontynuować bieg należy skorzystać z punktu medycznego (dalszy udział w biegu zależy od decyzji ratownika i sędziego).
- 3.6. Zakaz używania substancji lepkich, klejów itp. przy pokonywaniu przeszkód (jeśli zawodnicy zostaną przytłapani w takiej sytuacji, następuje dyskwalifikacja). Dopuszcza się tylko użycie magnezji w proszku lub płynie.
- 3.7. W sytuacjach nie objętych regulaminem decyzję podejmuje Sędzia na przeszkodzie lub Sędzia Główny.
- 3.8. Organizator dopuszcza możliwość zwiększenia ilości prób podejścia do przeszkody w zależności od warunków pogodowych lub trudności ustawionych przeszkód.

V. PROTESTY:

Wszelkie protesty dot. przebiegu startu, dyskwalifikacji Zawodnika czy też innych zdarzeń muszą być zgłaszane na piśmie u Sędziego Głównego przez rodzica lub innego opiekuna prawnego podczas trwania imprezy przed oficjalnym ogłoszeniem wyników (dekoracją).

Wniesienie protestu odbywa się za kaucją w wysokości 100 zł, w przypadku uznania zasadności zgłoszonego protestu kaucja będzie zwracana.

Zgłoszenie pisemne będzie polegało na wpisaniu do odpowiedniego formularza:

- Fali jakiej dotyczy protest np. chłopcy 7-8
- Imienia i nazwiska zawodnika jakiego dotyczy protest
- Imienia i nazwiska osoby zgłaszającej protest
- Podania przyczyny zgłoszenia protestu – dyskwalifikacja zawodnika,

Wyjaśnienie zaistniałej sytuacji będzie odbywało się z udziałem zgłoszonego w proteście zawodnika, sędziego/wolontariusza będącego świadkiem zdarzenia oraz ew. osoby zgłaszającej.

Ramy czasowe startów lub otwarcia biura mogą ulec zmianie, co zostanie ogłoszone osobnym komunikatem.

VI. ZASADY POKONYWANIA PRZESZKÓD

1. SPIS TREŚCI

1.	Spis treści	4
1.	WARIAT	5
2.	GIBONY	6
3.	KILLER PLANK.....	7
4.	MULTI RIG	8
5.	LOW RIG	9
6.	TOROZ	10
7.	MINI RUSZTOWNIK.....	11
8.	ŚCIANKI - MAŁA/DUŻA	12
9.	RUCHOMA RÓWNOWAŻNIA	13
10.	ZASIEKI.....	14
11.	PĘTLA Z OBCIĄŻENIEM	15
12.	ŚCIANKA	16
13.	ŚCIANKA SKOŚNA	17
14.	OPONY.....	18
15.	RUNDA KARNA	18



1. WARIAT



OPIS:

Przeszkoda polega na przejściu na drugą stronę ruchomej/obrotowej konstrukcji używając do tego wyłącznie wystających drążków, rozpoczynając od pierwszego drążka.

Dozwolone jest :

- użycie rąk



Niedozwolone jest :

- kontakt z podłożem
- dotykanie elementów konstrukcji



Przeszkodę uważa się za zaliczoną gdy zawodnik uderzy w dzwonek za pomocą ręki.
Inne części ciała nie będą uznawane.



2. GIBONY



OPIS:

Przeszkoda polega na przejściu na drugą stronę konstrukcji przekładając drewniane kołki (2szt) - zaczynając od pierwszego elementu – z jednego zawiesia do drugiego.

Dozwolone jest :

- użycie rąk

Niedozwolone jest :

- kontakt z podłożem
- dotykane elementów konstrukcji

Przeszkodę uważa się za zaliczoną gdy zawodnik uderzy w dzwonek za pomocą ręki. Inne części ciała nie będą uznawane.



3. KILLER PLANK



OPIS:

Przeszkoda polega na przejściu drewnianej deski na drugą stronę od wyznaczonego miejsca do punktu końcowego używając wyłącznie rąk do przemieszczania się.

Dozwolone jest :

- użycie rąk

Niedozwolone jest :

- kontakt z podłożem
- dotykane elementów konstrukcji
- skakanie z rusztowania na deskę

Przeszkodę uważa się za zaliczoną gdy zawodnik uderzy w dzwonek za pomocą ręki.

Inne części ciała nie będą uznawane.



4. MULTI RIG



OPIS

Przeszkoda polega na przejściu konstrukcji na drugą stronę za pomocą różnych elementów/zawiesi/chwyty od wyznaczonego miejsca do punktu końcowego używając wyłącznie rąk do przemieszczania się. (Organizator dopuszcza możliwość zmiany układu elementów w dniu biegu)

Dozwolone jest :

- użycie rąk

Niedozwolone jest :

- kontakt z podłożem
- dotykanie elementów konstrukcji

Przeszkodę uważa się za zaliczoną gdy zawodnik uderzy w dzwonek za pomocą ręki. Inne części ciała nie będą uznawane.



5. LOW RIG



OPIS

Przeszkoda polega na przejściu konstrukcji na drugą stronę za pomocą różnych elementów/zawiesi/chwyków od wyznaczonego miejsca do punktu końcowego używając zarówno rąk jak i nóg do przemieszczania się. (Organizator dopuszcza możliwość zmiany układu elementów w dniu biegu). Przeszkodę rozpoczynamy stając obunóż przed linką startową, przechodząc po kolejnych elementach/zawiesiach/chwykach na drugą stronę konstrukcji. Elementy są zawieszane około 1 m nad ziemią.

Dozwolone jest :

- użycie rąk i nóg

Niedozwolone jest :

- kontakt z podłożem
- dotykane elementów konstrukcji

Przeszkodę uważa się za zaliczoną, gdy zawodnik przejdzie wyznaczony tor i uderzy w dzwonek za pomocą ręki. Inne części ciała nie będą uznawane.



6. TOROZ



OPIS

Przeszkoda polega na przejściu konstrukcji na drugą stronę za pomocą różnych elementów/zawiesi/chwytyłów od wyznaczonego miejsca do punktu końcowego używając wyłącznie rąk do przemieszczania się. (Organizator dopuszcza możliwość zmiany układu elementów w dniu biegu)

Dozwolone jest :

- użycie rąk

Niedozwolone jest :

- kontakt z podłożem
- dotykane elementów konstrukcji

Przeszkodę uważa się za zaliczoną gdy zawodnik uderzy w dzwonek za pomocą ręki. Inne części ciała nie będą uznawane.



7. MINI RUSZTOWNIK



OPIS

Przeszkoda polega na przejściu na drugą stronę konstrukcji bez kontaktu z podłożem po pionowych elementach/rurach, rozpoczynając od pierwszej rury.

Dozwolone jest:

- kontakt rąk i nóg

Niedozwolone jest :

- kontakt z podłożem
- dotykanie elementów konstrukcji

Przeszkodę uważa się za zaliczoną gdy zawodnik uderzy w dzwonek za pomocą ręki. Inne części ciała nie będą uznawane.



8. ŚCIANKI - MAŁA/DUŻA



OPIS

Pokonanie przeszkody polega na przejściu na drugą stronę ściany. Ściana może zostać pokonana tylko i wyłącznie górną, powyżej belki szczytowej. Przy pokonywaniu ściany zawodnik może korzystać z podpór.

Niedozwolone jest :

- zeskakiwanie po tej samej stronie ścianki po której się wchodzi



9. RUCHOMA RÓWNOWAŻNIA



OPIS

Przeszkoda polega na przejściu na drugą stronę konstrukcji od wyznaczonego miejsca do punktu końcowego bez kontaktu z podłożem.

Dozwolone jest:

- kontakt tylko i wyłącznie nóg

Niedozwolone jest :

- zeskakiwanie na bok przed końcem przeszkody.
- dotykanie podłoża jakąkolwiek częścią ciała.



10. ZASIEKI



OPIS

Przeszkoda polega na przejściu dołem na drugą stronę konstrukcji

Dozwolone jest:

- dowolna technika czołgania

Niedozwolone jest :

- wstawanie w trakcie pokonywania przeszkody
- podnoszenie ciałem elementów zasieków (np. unoszenie rękami) celem ułatwienia



11. PĘTLA Z OBCIĄŻENIEM

OPIS

Przeszkoda polega na przeniesieniu wskazanego elementu (worek, opona itp.) z punktu A do punktu B.

Dozwolone jest:

- niesienie element
- ciągnięcie element



Niedozwolone jest :

- rzucanie
- zostawienie w innym niż wyznaczonym miejscu



12. ŚCIANKA



OPIS

Pokonanie przeszkody polega na przejściu na drugą stronę ściany. Ściana może zostać pokonana tylko i wyłącznie górną, powyżej belki szczytowej. Przy pokonywaniu ściany zawodnik może korzystać z podpór

Dozwolone jest:

- chwytanie za rant ścianki

Niedozwolone jest :

- zeskakiwanie po tej samej stronie ścianki po której się wchodzi



13. ŚCIANKA SKOŚNA



OPIS

Pokonanie przeszkody polega na przejściu na drugą stronę ściany. Ściana może zostać pokonana tylko i wyłącznie górami, powyżej belki szczytowej. Przy pokonywaniu ściany zawodnik może korzystać z podpór.

Niedozwolone jest :

- zeskakiwanie na bok przed końcem przeszkody.



14. OPONY



OPIS

Przeszkoda polega na przebiegnięciu po rozłożonym na ziemi dywanie z opon .
Dozwolone jest przebieganie po rantach opon jak i między ich środkami.

Niedozwolone jest :

- zejście ze ścieżki z oponami przed końcem przeszkody, przejście bokiem



15. RUNDA KARNA

OPIS

Przeszkoda typu „PĘTLA Z OBCIĄŻENIEM” wykonywana w ilości utraconych opasek przez zawodnika.

