

5. Rogoziński Półmaraton Przemysła II

Najważniejsze informacje



**5. Rogoziński Półmaraton
Przemysła II**

9.11.2019

rogozno.pl/pl/5rogozinski-polmaraton-przemysla-ii
www.facebook.com/biegirogozno

Run Rogozno
Rogoziński Klub Biegaczy

GMINA ROGOZNO

Tak było w zeszłym roku:

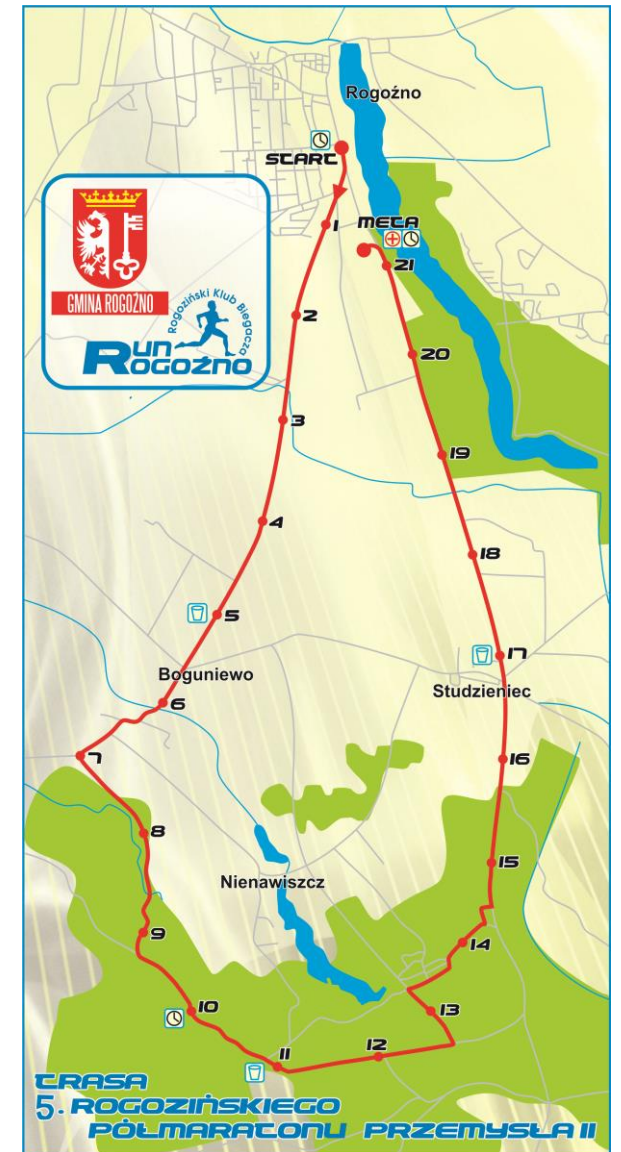




Sami w to nie wierzymy, ale to fakt! To już po raz piąty będziemy mieli przyjemność gościć Was w Rogoźnie! Kolejny raz około 450 biegaczy z całej Polski zmierzy się z naszą, wcale nie taką prostą trasą biegu. W czterech poprzednich latach mieliśmy przyjemność ugościć w sumie 1615 uczestników! Rok w rok imprezą towarzyszącą były biegi dziecięce i młodzieżowe i tutaj łączna ilość uczestników wyniosła 1137. Piąta, okrągła edycja biegu będzie jeszcze nieraz okazją na podsumowania i wspomnienia, stąd mocniej niż zwykle zapraszamy Was serdecznie do Rogoźna. Szykujemy jak co roku niezwykłą trasę, szykujemy po raz kolejny profesjonalnie przygotowane biegi dziecięce i młodzieżowe, podczas których każdy młody uczestnik zostanie nagrodzony medalem. Będzie też tradycyjnie, bogaty pakiet startowy, a dodatkowo również kilka niespodzianek z okazji 5 urodzin 😊 Jedną z nich już odkryliśmy. Jest to Bieg Księżniczek i Rycerzy, który odbędzie się o 11:15 na Stadionie Miejskim. Bieg dla dzieci w wieku przedszkolnym. Zachęcamy by przebrać swoje pociechy i przebiec z nimi 100m. Zabawa będzie z pewnością wyśmienita! A kolejne niespodzianki odkryjemy już w sobotę. Bądźcie wtedy z nami!

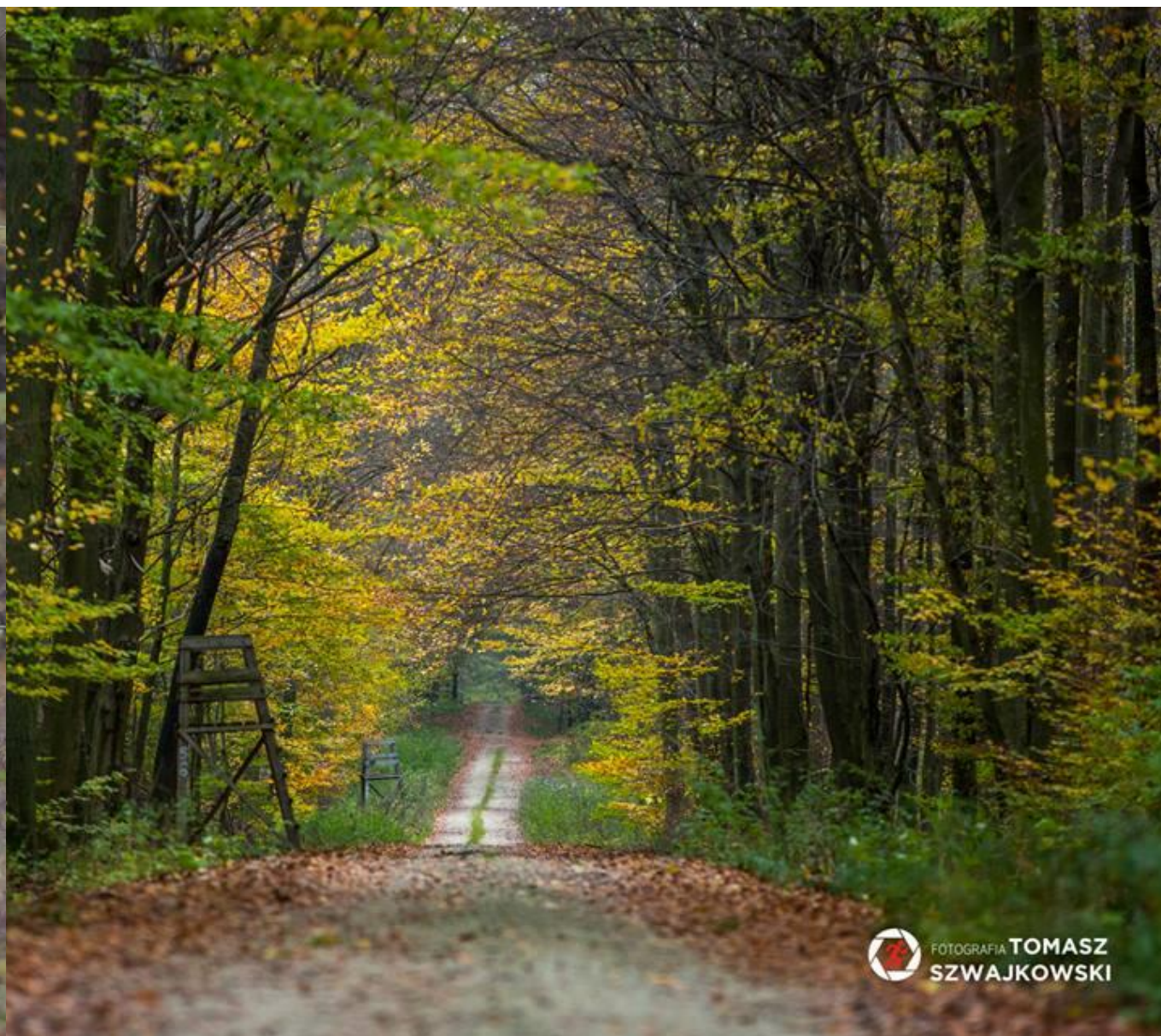
Trasa biegu.

Start biegu zaplanowany został na ulicy Wielkiej Poznańskiej, przy budynku Liceum Ogólnokształcącego im. Przemysława II w Rogoźnie. Dalej trasa prowadzi w kierunku Murowanej Gośliny i skręca szybko w ulicę Boguniewską, którą biegacze wybiegną z Rogoźna. Kolejną miejscowością, przez którą przebiega trasa, będzie Boguniewo. Tutaj zaplanowany jest pierwszy punkt żywieniowy na 5km trasy, a za nim czeka zawodników krótki, szybki bieg po czym nieduży podbieg. Przebiegając przez Boguniewo biegacze będą mogli podziwiać osobliwy dom z bali. Tuż za Boguniewem trasa półmaratonu skręca do lasu. Po skręceniu na odcinek leśny który prowadzi bardzo popularną ścieżką rowerową, biegacze pokonają kolejne 7,6 km w jednym z najładniejszych w Wielkopolsce rezerwatów przyrody „BUCZYNA”. Około 9,5km od startu, biegacze czeka najciekawszy na trasie podbieg. Na odcinku leśnym, w okolicach 11 km, zlokalizowany będzie drugi punkt żywieniowy. Z leśnej drogi zawodnicy wybiegają na drogę asfaltową Rogoźno-Murowana Goślina, która biegnie nadal w lesie, lekko w dół, aż do miejscowości Studzieniec. Tu znajdować się będzie trzeci punkt żywieniowy. Zawodników czeka jeszcze jeden wymagający podbieg, ale zaraz po nim do Międzylesia trasa biegnie już w dół. Dalej do samej mety zlokalizowanej na stadionie miejskim w Rogoźnie trasa przebiega spokojnie, bowiem wzniesienie rekompensuje zaraz delikatny zbieg. Na sam koniec czeka nas 200m żużlu na stadionie i... META 😊





Damian Leligdowicz



Na trasie udostępniemy dla biegaczy **trzy punkty żywieniowe**. Pierwszy z nich znajdzie się w okolicach 5 km, zaraz po wbiegnięciu do miejscowości Boguniewo. Kolejny punkt znajdziecie w rezerwacie Buczyna. Punkt znajduje się w okolicach 11 km, czyli trochę za połowę biegu. Ostatni punkt umiejscowiony będzie w okolicach 17 km w miejscowości Studzieniec. Na każdym z tych punktów biegacze znajdą zarówno coś do picia, jak i coś do zjedzenia. W tym miejscu gorąco prosimy by **śmieci wyrzucać w okolicach punktów żywieniowych**. Zwłaszcza chodzi o punkt na 11 km w rezerwacie, który jest „perełką” w naszych okolicach.



Harmonogram zawodów

Piątek 08.11.2019

17:00 – 20:00 Wydawanie pakietów startowych dla biegu głównego – sala gimnastyczna Liceum Ogólnokształcącego

Sobota 03.11.2019

07:00 – 11:00 Wydawanie pakietów startowych dla biegu głównego – sala gimnastyczna Liceum Ogólnokształcącego

08:00 – do 30 min przed startem danej kategorii. Wydawanie pakietów startowych dla dzieci – **Stadion Miejski**

09:00 Start pierwszej kategorii biegów dziecięcych – **Stadion Miejski**

09:00 – 11:50 Przyjmowanie rzeczy do depozytu – sala gimnastyczna Liceum Ogólnokształcącego

11:15 Bieg Księżniczek i Rycerzy – **Stadion Miejski**

11:40 Zakończenie biegów dziecięcych – **Stadion Miejski**

11:45 Wspólna rozgrzewka – Okolice startu, Liceum Ogólnokształcące

12:00 Start biegu głównego – Liceum Ogólnokształcące

13:10 Spodziewany pierwszy zawodnik na mecie – Stadion Miejski

15:00 Spodziewany ostatni zawodnik na mecie – Stadion Miejski

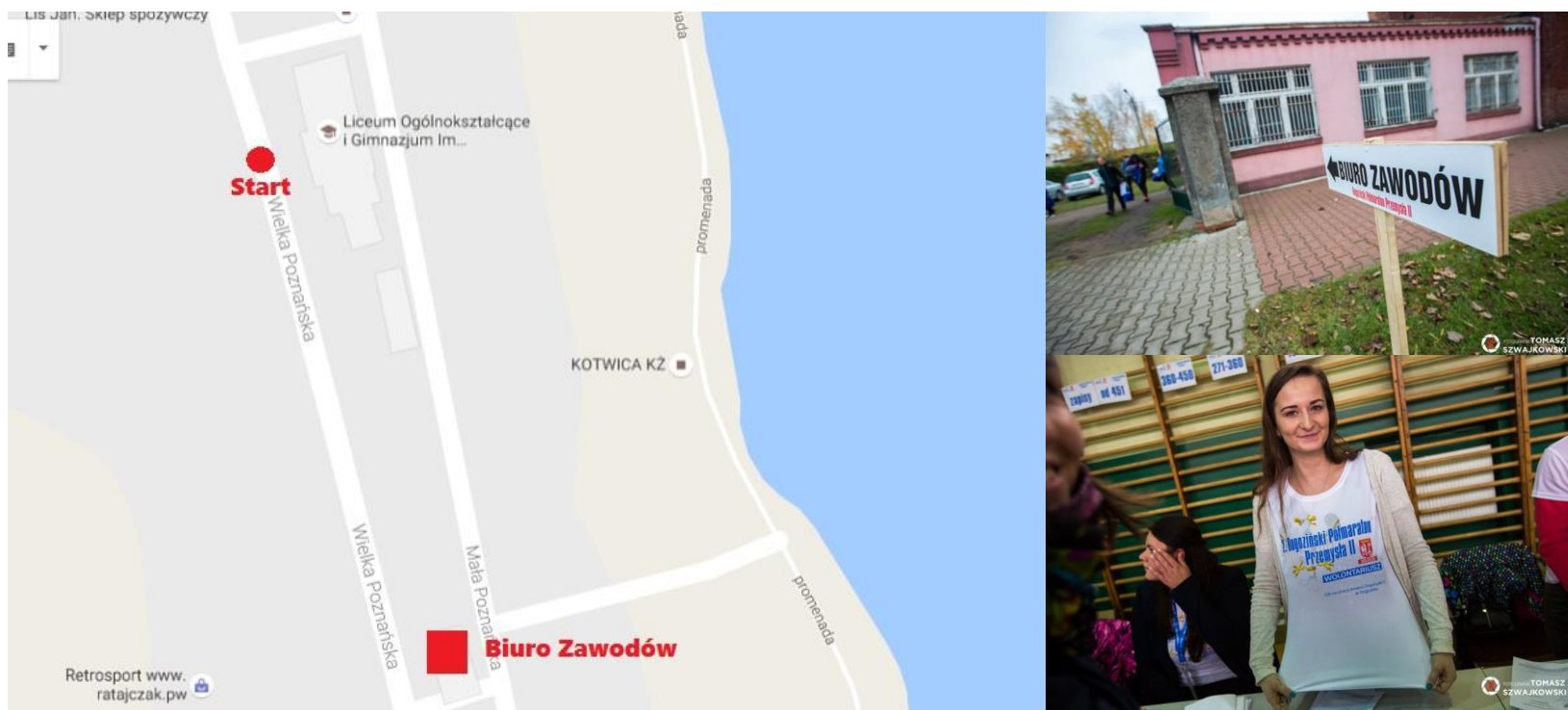
15:05 Rozpoczęcie dekoracji oraz **niespodzianka dla biegaczy** – Stadion Miejski

16:00 Oficjalnie zamknięcie biegu – Stadion Miejski

Biuro zawodów

Pakiety na półmaraton będzie można odebrać w **sali gimnastycznej** Liceum Ogólnokształcącego przy ulicy Wielkiej Poznańskiej 61. Sala umiejscowiona jest obok budynku Liceum. Biuro zawodów otwarte będzie już od piątku od godziny 17:00 do godziny 20:00. W sobotę pakiety można odbierać od godziny 7:00 do godziny 11:00. Zalecamy przybycie rano lub nawet dzień wcześniej w celu uniknięcia zbędnych kolejek. Na miejscu będzie możliwość zapisania się na bieg, co wiąże się z opłatą w **wysokości 100 zł**. W biurze zawodów mieścić się będzie także depozyt. By odebrać swój numer startowy prosimy mieć ze sobą dowód tożsamości. Na miejscu po weryfikacji biegacze dostaną do podpisania oświadczenie, na podstawie którego wydamy Wam pakiet startowy. Żeby odebrać pakiet startowy za inną osobę, należy przynieść ze sobą upoważnienie, które dostępne jest na stronie internetowej:

https://rogozno.pl/files/file_add/file_add-604.pdf



LOTNY DEPOZYT

Podobnie jak w poprzednich latach, będziemy mieli tzw. „lotny” depozyt. Oznacza to, że rzeczy do depozytu **oddajemy w biurze zawodów**, natomiast **odbieramy je na mecie**. Swoje rzeczy oddać będziecie mogli od godziny 09:00 do około godziny 11:50. Zalecamy oddanie rzeczy trochę wcześniej, by w depozycie nie tworzyły się kolejki. Przypominamy też, że od godziny 11:30 na starcie będzie już się sporo działo, bowiem o 11:45 planujemy dla Was intensywną rozgrzewkę. Depozyt będziecie mogli odebrać na mecie w specjalnym namiocie. Z depozytem czekamy na Was do końca biegu. Przypominamy, że jako organizator nie ponosimy odpowiedzialności za to co znajduje się w depozycie, tak więc prosimy by w miarę możliwości nie zostawiać tam cennych rzeczy. Ważne też, że **depozyt pozostawiamy jak i odbieramy tylko na podstawie numerów startowych**. W biurze zawodów będzie również ścianka. Nie zapomnijcie wpisać się na pamiątkę ;-)



Biegi dziecięce i młodzieżowe

W naszym biegu dajemy możliwość startu nie tylko dorosłym zawodnikom, ale i tym najmłodszym. **Biuro zawodów biegów dziecięcych znajdować się będzie na Stadionie Miejskim w Rogoźnie.** W biurze zawodów przewidujemy również zapisy dla dzieci spoza Gminy Rogoźno. By zapisać swoje dziecko ważna jest zgoda oraz oświadczenie o znajomości regulaminu biegu rodzica bądź pełnoprawnego opiekuna. Pełny regulamin biegów dziecięcych można znaleźć na stronie: <https://rogozno.pl/pl/biegi-dzieciece-i-mlodziezowe-2019.html> Chcąc zapisać swoje dziecko bardzo prosimy o zapoznanie się z treścią strony oraz wypełnienie wszystkich wymaganych dokumentów. Dla dzieci i młodzieży przewidzieliśmy 4 kategorie: klasy I-III, które zmierzą się z dystansem 400 m, klasy IV-VI na które czeka 800 m, klasy VII-VIII, które do przebiegnięcia będą miały 1000 m oraz klasy szkół średnich. Te ostatnie przebiegną 1500 m. Kategorie te dzielone są jeszcze na chłopców i dziewczynki. Wszystkie te biegi odbędą się na Stadionie Miejskim. Każdy uczestnik biegu otrzyma pamiątkowy medal. Najlepsi w kategoriach zostaną nagrodzeni. O godzinie 11:15 ruszy Bieg Księżniczek i Rycerzy! Bieg ten kierujemy dla dzieci w wieku przedszkolnym. Dzieci do 4 roku życia mogą biec z rodzicami. Zachęcamy by dzieci stanęły na starcie przebrane. Prosimy, by w biurze zawodów ze swoimi podopiecznymi meldować się maksymalnie do pół godziny przed startem. **Biuro zawodów na stadionie będzie już otwarte od godziny 8:00.**



Harmonogram biegów dziecięcych

- 9:00 Rozpoczęcie imprezy
- 9:05 Start biegów kategorii szkół średnich
- 9:20 Start biegów w kategorii klas VII, VIII
- 9:35 Ceremonia kategorii klas VII, VIII oraz szkół średnich
- 9:50 Start biegów kategorii Klas IV- VI SP dziewczynki
- 10:05 Start biegów kategorii Klas IV- VI SP chłopcy
- 10:20 Start biegów kategorii klas I-III SP dziewczynki
- 10:35 Start biegów kategorii klas I-III SP chłopcy
- 10:50 Ceremonia kategorii szkół podstawowych
- 11:15 Start biegu przedszkolaków – Dziewczynki
- 11:25 Start biegu przedszkolaków - Chłopcy
- 11:40 Oficjalne zakończenie



Parkingi

Zmotoryzowanym udostępniamy trzy możliwości zaparkowania auta. Parkingi dostępne będą:

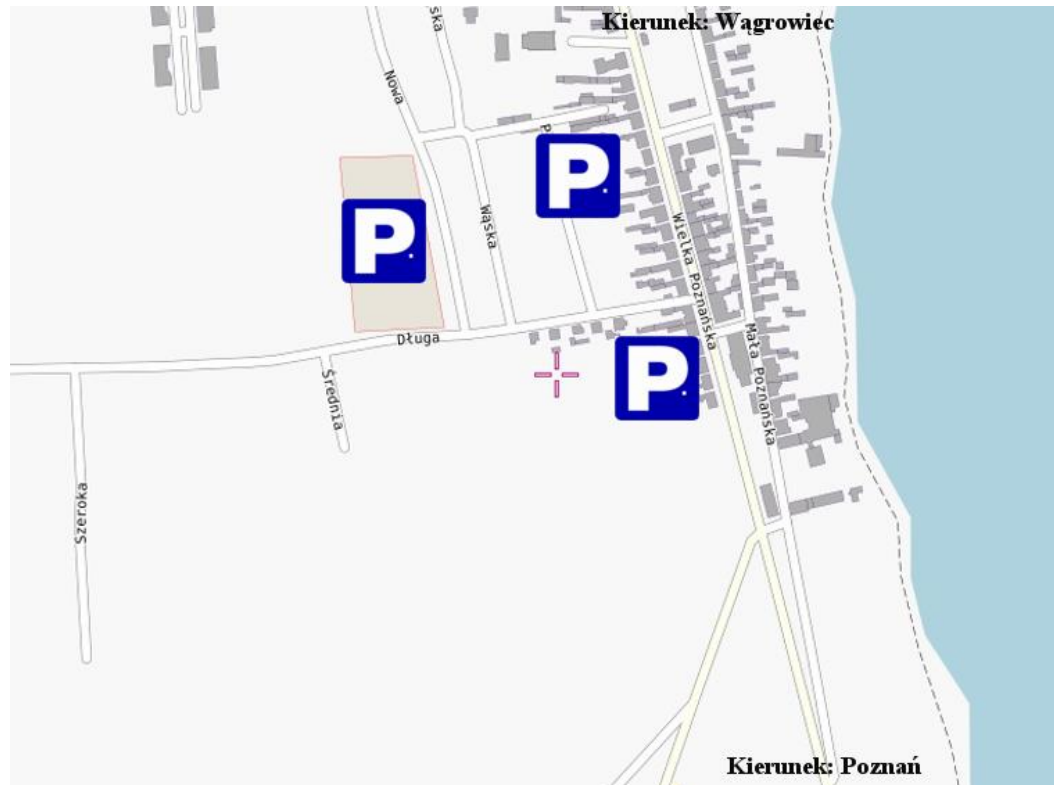
-> wzdłuż ulicy **Wielkiej Poznańskiej**

-> na tzw.: starym targowisku: **wjechać na ten parking będzie można od ulicy Nowej**, wyjeżdżając z parkingu znajdziemy się na ulicy Wielkiej Poznańskiej

-> na tzw.: nowym targowisku, które ulokowane jest na skrzyżowaniu ulic **Nowej i Długiej**

Sugerujemy parkowanie na tzw: nowym targowisku. Na parkingu tym mamy najwięcej miejsca. Najbliżej biura zawodów i startu zlokalizowany z kolei jest parking wzdłuż ulicy Wielkiej Poznańskiej. Przypominamy, że około pół godziny przed startem może być już problem z przejazdem na ulicy Wielkiej Poznańskiej, dlatego sugerujemy przybycie wcześniej.

Prosimy o nie parkowanie na ul. Małej Poznańskiej.



Istotne szczegóły

- Przed startem udostępniemy biegaczom toalety. Będą one dostępne w okolicach startu.
- W Biurze Zawodów będzie możliwość przebrania się.
- Podczas zawodów uśmiechajcie się szeroko 😊 Zadbaliśmy o odpowiednią oprawę fotograficzną.
- Przypominamy, że limit czasu to 3 godziny.
- Przypominamy, że nasz bieg odbywa się w zgodzie z naturą. Zwłaszcza w lesie zachowajmy spokój, a co ważne **wszystkie śmieci składajmy w pobliżu punktów żywnościowych.**
- Po biegu będzie możliwość naładowania węgla. W strefie mety znajdziecie specjalny namiot, w którym będzie można skosztować makaronu.
- W strefie mety znajdować się będzie również namiot w którym będzie można skorzystać z masażu.
- Na mecie będzie możliwość przebrania się i wykąpania się pod prysznicem.
- Wyniki znajdować się będą bezpośrednio po biegu na stronie Datasport, maksymalnie 48h od zamknięcia biegu.
- Po biegu na stronie Datasport do pobrania będzie certyfikat z wynikiem do którego będzie można dołączyć zdjęcie z mety. Dotyczy to zarówno biegu głównego jak i biegów dziecięcych i młodzieżowych.

- Zostańcie z nami do końca. Po dekoracjach czeka na Was słodka niespodzianka oraz losowanie kilku fajnych nagród.
- W biurze zawodów czekać na Was będzie nasz partner Xpattern, warto do niego zajrzeć by poszukać tam stroju sportowego oraz odżywek.
- Na mecie zachęcamy do odwiedzin stanowiska Ikar – Centrum Chorób Serca i Układu Krążenia gdzie dowiecie się więcej o tych że chorobach, a także o leczeniu i ich profilaktyce.
- Nawet jeśli nie uczestniczycie, czy to w biegu głównym, czy w biegach dziecięcych i młodzieżowych, gorąco zachęcamy do kibicowania!



Pacemakerzy



Niezależnie od faktu czy w Rogoźnie biegiesz rekreacyjnie, czy też chcesz zaatakować swój rekord życiowy, postaramy się pomóc! Na trasie znajdziecie dwunastu tzw. „zajączków”. Osoby te pobiegną na określony czas, dyktując w ten sposób tempo potrzebne do określonego wyniku. A kto Was poprowadzi? Oto lista tegorocznych pacemakerów:

1:30 Marcin Giezek oraz Jakub Geppert

1:40 Stachu Kmiecik oraz Leszek Skórnicki

1:45 Marek Dembiński oraz Piotr Stańczak

1:50 Piotr Cwojdzński oraz Łukasz Szcześniak

2:00 Krzysztof Kołoch oraz Beata Talmis

2:10 Ola Żabko oraz Tomek Kluza

Życzymy powodzenia, trzymając jednocześnie kciuki za jak najlepsze wyniki!

POLECAMY NOCLEGI Z WYŻYWIENIEM w Ośrodku za Jeziorem

Jest to obiekt hotelowo – gastronomiczny położony nad Jeziorem Rogozińskim, któremu podlega kąpielisko i wypożyczalnia sprzętu wodnego. Polecamy własną gastronomię, miejsca noclegowe na 262 osoby w budynku lub w domkach z pełnym węzłem sanitarnym.

zadzwoń 785 002 513



JAK DOJECHAĆ ?



ADRES e-mail: za-jeziorem.64@wp.pl

Tak wyglądała pierwsza edycja biegu ;-)



Życzymy powodzenia ;-)

