

Regulamin

1. Cel imprezy:

- promocja zdrowego stylu życia i aktywnego spędzania wolnego czasu,
- popularyzacja prorodzinnej i międzypokoleniowej aktywności ruchowej jaką jest Nordic Walking
- promocja najatrakcyjniejszych miejsc w krajach, w których odbywać się będą wydarzenia,
- edukacja prozdrowotna poprzez standardowe oraz innowacyjne formy aktywności fizycznej,
- integracja osób w każdym wieku oraz osób niepełnosprawnych,
- wyłonienie najlepszych zawodników, rodzin oraz klubów,
- wsparcie lokalnych zbiorów charytatywnych.

2. Główny organizator:

- World Original Nordic Walking Federation (ONWF)- Światowa Liga Nordic Walking

3. Partnerzy lokalni:

Gospodarze poszczególnych zawodów Nordic Walking

4. Patronat honorowy:

Marko Kantaneva - Twórca Nordic Walking, Honorowy Założyciel ONWF

5. Terminy imprez

Światowa Liga Nordic Walking (zawody międzynarodowe)

Tirano, Italy - 09.06.2023 World Cup

Warszawa, Poland- 8.07.2023 Mistrzostwa Europy

Bełchatów, Poland- 26.08.2023 Puchar Świata

Kazakhstan - 29.07.2023 - Puchar Świata

Štrba, Slovakia - 16.09.2023 - Puchar Świata

Uruguay - 04.11.2023 South American Championships

Marrakech, Morocco - 18.11.2023 - Puchar Świata

pozostałe zawody rangi krajowej: www.nordicwalkingworldleague.com/tournaments/list

Kontakt: league@nordicwalking.pro

6. Dystans zawodów:

- **Nordic Walking** – około 5 km.
- **Nordic Walking** – około 10 km.

- **Nordic Walking** – około 21 km. (tylko na zawodach rangi Pucharu Kraju, Mistrzostw Kraju i zawodach międzynarodowych)
- **Rekreacyjny Nordic Walking** – około 5 km.*
*Podczas zapisu na dystans ok. 5 km, zawodnik może wybrać start w formie rekreacyjnej. Zawodnicy startujący rekreacyjnie otrzymają pełny pakiet wraz z numerem, chipem i medalem, ale startują na końcu stawki, a ich czas będzie tylko orientacyjny. Lista końcowa tych zawodników będzie podana alfabetycznie wraz z wynikami z imprezy. Na tym dystansie nie ma rywalizacji, a sędziowie edukują, nie przyznając kar.

7. System punktacji i rangi zawodów w Światowa Liga Nordic Walking

- Punkty w klasyfikacji przyznawane są wedle wzoru zależności czasu do punktów:

$$\text{Ranking} = \frac{\text{czas zwycięzcy liczony w sekundach na konkretnym dystansie}}{\text{czas uczestnika, dla którego liczone są punkty w sekundach}} \times \frac{\text{liczba punktów przynależna danemu startowi}}$$

Punktacja ta uzależnia zdobyte punkty od czasu który osiągniemy na zawodach, a nie miejsca które zajmujemy. Dlatego zawsze warto walczyć o lepszy czas do końca dystansu.

- Liczba punktów mnożnika danego startu to:
 - 7000 – dla zawodów rangi Mistrzostw Świata
 - 5500 - dla zawodów rangi Pucharu Świata
 - 5000 - dla zawodów rangi Mistrzostw Kontynentu
 - 4000 - dla zawodów rangi Pucharu Kontynentu
 - 2500 – dla zawodów rangi Mistrzostw Polski
 - 1000 – dla zawodów rangi Pucharu Polski
 - 500 – dla zawodów rangi regionalnej
 - 200 - dla imprez organizowanych online (stała liczba punktów dla każdego)
- Punkty w rankingu odnotowywane będą z dokładnością do jednego miejsca po przecinku, części setne będą zaokrąglane.
- Przykład:
Najszybszy zawodnik na trasie 5 km zawodów rangi Pucharu Polski (przelicznik 1000 punktów) pokonał dystans w czasie 31:15, zawodnik, któremu liczymy punkty miał czas 42:28. Punkty zwycięzcy to 1000, a punkty naszego zawodnika, to:

$$\frac{31 \text{ min} * 60 \text{ s} + 15 \text{ s}}{42 \text{ min} * 60 \text{ s} + 28 \text{ s}} \times 1000 \text{ pkt.} = 735,9 \text{ pkt.}$$

- W przypadku takiej samej ilości punktów zdobytych na koniec cyklu, decyduje lepszy wynik zdobyty w najwyższej randze imprezie (kolejność: Mistrzostwa Świata, Puchar Świata, Mistrzostwa Kontynentu itd).

8. Światowa Liga Nordic Walking

W skład Światowej Ligi Nordic Walking wchodzi wszystkie zawody Nordic Walking dołączone do kalendarza www.NordicWalkingWorldLeague.com. Do klasyfikacji generalnej wliczone jest 5 najlepszych wyników. Wyniki słabsze system automatycznie usuwa z rankingu

- Ranking będzie prowadzony od pierwszej imprezy Ligi Światowej, Ligi kraju oraz Lig Regionalnych
- aby być sklasyfikowanym w Światowej Lidze Nordic Walking, należy wystartować w 3 zawodach wchodzących w skład danej Ligi
- Nagradzanie na zakończenie Światowej Ligi Nordic Walking
 - 3 miejsca w open kobiet i mężczyzn na 21 km nw, 5 km nw i 10 km nw
 - 1 miejsce w kat. wiekowych kobiet i mężczyzn.
 - 1 miejsce w kat. os. npsr. kobiet i mężczyzn na 5 km
 - Przyznanie zielonej kartki - dla zawodnika, który zostanie nagrodzony największą ilością zielonych kartek w całym cyklu: Światowej Lidze Nordic Walking
- Punkty będą przyznawane na tym dystansie, na którym wystartuje dany zawodnik. W przypadku zmiany dystansu, punkty będą naliczane oddzielnie dla każdego dystansu.
- By zostać sklasyfikowanym w podsumowaniu Ligi Światowej, należy wziąć udział w co najmniej trzech zawodach

9. Nagradzane kategorie na poszczególnych dystansach na koniec cyklu Światowej Ligi Nordic Walking

- w kategorii Open: 3 najlepsze osoby na każdym dystansie z podziałem na kobiety i mężczyzn
- w kategorii wiekowej: 1 najlepsza osoba na każdym dystansie z podziałem na kobiety i mężczyzn
- we wszystkich kategoriach prowadzony jest podział na kobiety i mężczyzn
- miejsca w kategorii OPEN dublują się z miejscami w kategoriach wiekowych.

Na dystansie około 5 km Nordic Walking:

OPEN

do 13 lat

14 – 17 lat,

18 – 29 lat,

30 – 39 lat

40 – 49 lat,

50 – 59 lat,

60 – 64 lat,

65 – 69 lat,

70 – 74 lat,

75+

osoby niepełnosprawne.

Na dystansie około 10 km Nordic Walking:

OPEN

16 – 39 lat,

40 – 49 lat,

50 – 59 lat,

60 - 69 lat,.

70+

Na dystansie około 21 km Nordic Walking

OPEN

16 – 39 lat,

40 – 49 lat,

50 +

10. Uczestnictwo

- WAŻNE: po upływie 48 h od publikacji wyników w Internecie, nie ma możliwości zmiany w przypisach do drużyn, dlatego należy upewnić się, czy zawodnik właściwie umieścił nazwę drużyny w formularzu zgłoszeniowym.
- pierwszych 5 najlepszych zawodników w klasyfikacji generalnej danego dystansu (z podziałem na kobiety, mężczyźni), ma możliwość startu w pierwszej fali (możliwość opcjonalna). Dodatkowo organizator zastrzega sobie prawo dodania 5 osób z prawem startu w pierwszej linii, które są w stanie wykazać się wybitnymi wynikami sportowymi w danym roku startowym. W celu zgłoszenia swojej kandydatury do startu w uprzywilejowanej pozycji zgłoś się do biura w dniu zawodów.
- By wystartować na dystansie 5, 10, 21 km Nordic Walking (nie dotyczy marszu rekreacyjnego) trzeba przejść obowiązkową odprawę sędziowską, która polega na sprawdzeniu przez sędziów poprawności posiadanych kijów do Nordic Walking. Osoby z niewłaściwymi kijami (np. trekkingowymi) będą mogły wypożyczyć kije w wypożyczalni na miejscu lub wystartować w formie rekreacyjnej,
- istnieje możliwość wypożyczenia kijów Nordic Walking w Biurze Zawodów. Liczba kijów jest ograniczona – decyduje kolejność zgłoszeń,
- w marszu mogą brać udział osoby bez przeciwwskazań lekarskich do uprawiania sportu wytrzymałościowego. Przed startem obowiązkowe jest podpisanie deklaracji o braku przeciwwskazań do startu w zawodach,
- w zawodach mogą uczestniczyć osoby niepełnosprawne, które startują na dystansie około 5 km. Osoby te są klasyfikowane w kategorii osób niepełnosprawnych z podziałem na płeć, bez podziału na wiek i rodzaj niepełnosprawności. Niepełnosprawni startujący na dłuższych dystansach są klasyfikowane z osobami pełnosprawnymi zgodnie z kategorią wiekową. ? Aby zostać sklasyfikowanym w kategorii niepełnosprawnych, przed rozpoczęciem zawodów należy w biurze zawodów okazać orzeczenie o niepełnosprawności,
- uczestnicy marszu na 10 km na dzień imprezy muszą mieć ukończone 16 lat, w marszu na 5km dopuszcza się młodsze osoby. W obu przypadkach osoby poniżej 18 roku życia muszą posiadać pisemną zgodę opiekunów prawnych na udział w imprezie,
- opłata startowa jest opłatą manipulacyjną organizatora i nie podlega zwrotowi,

- w miasteczku zawodów znajduje się punkt pomocy medycznej. W przypadku kontuzji uczestnika, powiadamiana jest obsługa zawodów, która przekazuje informacje do punktu pomocy medycznej.
- na trasie będą się znajdować punkty odżywiania wyposażone w wodę,
- trasa będzie oznaczona specjalnymi znacznikami i taśmą ostrzegawczą. W biurze zawodów oraz na stronie www dostępna będzie mapka trasy zawodów,
- długość trasy liczona jest po najkrótszej linii jaką może pokonać zawodnik,
- na trasie ustawione są tabliczki z informacjami o przebytych kilometrach. Jest to oznakowanie orientacyjne i może różnić się od właściwie przebytego dystansu.
- Czas zawodników mierzony jest elektronicznie
- czas zawodnika mierzony jest netto, dla każdego uczestnika oddzielnie.
- Na całej trasie zawodów należy stosować się do zasad ochrony przyrody oraz przepisów określonych w Ustawie o lasach, a w szczególności: zaśmiecania terenu (czyli np. porzucania opakowań po odżywkach, butelek, kubeczków – wszystkie śmieci należy zostawiać na punktach żywieniowych); schodzenia z trasy zawodów; zakłócania ciszy.

11. Sędziowanie (dotyczy Nordic Walking)

- Na trasie znajdować się będą sędziowie, którzy będą oceniać technikę marszu Nordic Walking,
- nieprawidłowa technika marszu będzie karana zgodnie z „Załącznikiem 1 – Regulamin Sędziowania Nordic Walking Poland”, stanowiącym integralną część niniejszego regulaminu,
- wybitnie dobra technika nagradzana będzie zgodnie z „Załącznikiem 1 – Regulamin Sędziowania Nordic Walking Poland”, stanowiącym integralną część niniejszego regulaminu,
- na trasie zawodów mogą znajdować się kamery, które pomogą w wyjaśnianiu ewentualnych wątpliwości,
- sędziowie w ciągu 48h poprzez analizę nagrań wideo po zakończeniu zawodów mają prawo zdyskwalifikować zawodnika oraz odebrać mu tytuł w przypadku rażących form naruszenia zasad rywalizacji fair play (np. przy podbieganiu czy skróceniu trasy w miejscach, w dowolnym miejscu na trasie)

12. Postanowienia końcowe:

- WAŻNE: po upływie tygodnia od publikacji wszystkich wyników z danej imprezy w Internecie nie ma możliwości naniesienia poprawek.
- zawody odbędą się bez względu na pogodę,
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zgubione podczas imprezy i za szkody wyrządzone przez uczestników,
- przekazanie do Organizatora, prawidłowo wypełnionego i podpisanego formularza zgłoszeniowego oznacza wyrażenie zgody przez uczestnika imprezy na wykorzystanie podanych przez niego danych osobowych na potrzeby przesłania do uczestnika informacji o przyszłych wydarzeniach, produktach handlowych, a także na wewnętrzne potrzeby administracyjne i analityczne, zgodnie z ustawą o ochronie o danych osobowych z dnia 29 sierpnia 1997 r., Dz. U. nr 33, poza 883. Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencję na adres Organizatora,
- depozyt można odebrać tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia przez zawodnika numeru startowego organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za

przekazanie depozytu innej osobie. W depozycie nie można pozostawiać rzeczy wartościowych,

- uczestnicy zawodów powinni ubezpieczyć się od następstw nieszczęśliwych wypadków we własnym zakresie,
- organizator posiada ubezpieczenie OC,
- zawodnik, który odebrał numer startowy oświadcza, że zapoznał się z niniejszym regulaminem i akceptuje go w całości,
- protest względem wyników startów można wnosić do 30 min od oficjalnej ich publikacji.
- w celu wniesienia protestu konieczna jest wpłata 100 zł zwracanego w przypadku pozytywnego rozpatrzenia wniosku.

**Regulamin został opracowany przez zespół
World Original Nordic Walking Federation,
przy współpracy z krajowymi organizacjami**