

Światowa Liga Nordic Walking ONWF
www.NordicWalkingWorldLeague.com

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 zbiórek 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 - 14.06.2025 Mistrzostwa Europy

Bełchatów, Poland- 23.08.2025 Puchar Świata

Slovakia - 13.09.2025 - Puchar Świata

Agadir, Morocco - 15.11.2025 - Puchar Świata

Montevideo, Uruguay 2025 - 22.11.2025 Mistrzostwa Ameryki Południowej

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 20 km.

Bezpłatna zmiana dystansu możliwa jest maksymalnie do tygodnia przed zawodami. Zmiana dystansu w tygodniu przed zawodami oraz w dniu zawodów objęta będzie opłatą według regulaminu zawodów

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

- Punkty w klasyfikacji przyznawane osobno dla kobiet i mężczyzn, wedle wzoru zależności czasu do punktów:

Ranking = (czas zwycięzcy liczony w sekundach na konkretnym dystansie) / (czas uczestnika, dla którego liczone są punkty w sekundach) x 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 Kraju
 - 1000 – dla zawodów rangi Pucharu Kraju
 - 500 – dla zawodów rangi regionalnej
 - 200 - dla startu rekreacyjnego oraz imprez organizowanych online (stała liczba punktów dla każdego)
- Punkty w rankingu odnotowywane będą z dokładnością do pełnej liczby.
- Przykład:

Najszybszy zawodnik na trasie 5 km zawodów rangi Pucharu Kraju (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:

$$\frac{31 \text{ min} * 60 \text{ s} + 15 \text{ s}}{42 \text{ min} * 60 \text{ s} + 28 \text{ s}} \times 1000 \text{ pkt.} = 736 \text{ pkt.}$$

- 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 Lidze Regionalnej, Lidze Krajowej, Światowej Lidze , należy wystartować w 3 zawodach wchodzących w skład danej Ligi.
- Punkty będą przyznawane na tym dystansie, na którym wystartuje dany zawodnik. W przypadku zmiany dystansu, punkty będą naliczane oddzielnie dla każdego dystansu.
- Aby zostać sklasyfikowanym w podsumowaniu Ligi Światowej, Krajowej Ligi oraz Ligi Regionalnej, należy wziąć udział w co najmniej trzech zawodach

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

Nagradzanie na zakończenie Światowej Ligi Nordic Walking

- 3 miejsca w open kobiet i mężczyzn na 20 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
- 1 miejsce w kategori drużynowej

- 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 K/M

K/M 1 – 9 lat

K/M 10 – 17 lat

K/M 18 – 39 lat

K/M 40 – 49 lat,

K/M 50 – 59 lat,

K/M 60 – 64 lat,

K/M 65 – 69 lat,

K/M 70 – 74 lat,

K/M 75 – 79 lat,

K/M 80 +

K/M osoby z niepełnosprawnościami

Na dystansie około 10 km Nordic Walking:

OPEN K/M

K/M 16 – 44 lat,

K/M 45 – 54 lat,

K/M 55 – 64 lat,

K/M 65 +

Na dystansie około 20 km Nordic Walking

OPEN K/M

K/M 18 – 44 lat,

K/M 45 – 54 lat,

K/M 55 +

10. Starty zawodników:

- starty zawodników następują falowo po 2-3 osoby w rzędzie, w odległościach 2-3 metry między rzędami. Startami fali kieruje sędzia start/mety
- jeżeli regulamin poszczególnych zawodów zezwala na uprzywilejowany start najlepszych zawodników na początku stawki - 10 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 dodawania 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.
- Osoby z niepełnosprawnościami, odznaczające się wyjątkową wydolnością, mogą startować w ramach swojej kategorii wiekowej bez konieczności uzyskania zgody sędziego głównego.

Kolejność startu zawodników w ramach danego dystansu:

K/M 10-17

K/M 18 – 39 lat

K/M 40 – 49 lat,

K/M 50 – 59 lat,

K/M 60 – 69 lat,

K/M 70 – 79 lat

K/M 80+

K/M osoby z niepełnosprawnościami

K/M 1-9

dystans rekreacyjny

11. 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.
- By wystartować na dystansie 5, 10, 20 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 i biegu 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 20 km na dzień imprezy muszą mieć ukończone 18 lat, na 10 km na dzień imprezy muszą mieć ukończone 16 lat, w marszu na 5 km dopuszcza się młodsze osoby. W obu przypadkach osoby poniżej 18 roku Życia muszą posiadać pisemną zgodę opiekunów prawnych na udział w imprezie. **Dzieci do 8 roku Życia zobowiązane są do startu z opiekunem**
- 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, za pomocą chipów, umieszczonych przy butach zawodnika
- czas zawodnika mierzony jest netto, dla każdego uczestnika oddzielnie.
- na całej trasie zawodów (biegu i Nordic Walking) 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.
- Mistrzostwa Kraju ONWF mają charakter otwarty, co oznacza, że w zawodach mogą wystartować i stanąć na podium obywatele wszystkich państw Świata.

12. 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)

13. Klasyfikacja drużyn

- Obowiązuje tylko klasyfikacja generalna dla poszczególnych cykli Lig Regionalnych, Krajowej Ligi i Ligi Światowej.
- W klasyfikacji drużyn liczone będą punkty w klasyfikacji open zawodników na danym dystansie niezależnie od płci:
 - 5 zawodników z dystansu 5km
 - 4 zawodników z dystansu 10km
 - 2 zawodników z dystansu 20 km

Pozostałe osoby z drużyny zdobywają 50 punktów dla drużyny. Osoby startujące w trybie online zdobywają stałą liczbę punktów dla drużyny- 200, tylko w przypadku jeżeli drużyna nie dysponuje pełną liczbą uczestników na dystansie. W przypadku posiadania pełnej liczby zawodników dla danego dystansu, zawodnik startujący w trybie online zdobywa 50 punktów dla drużyny

- Do klasyfikacji Ligi Krajowej, regionalnej czy Światowej wliczone jest 5 najlepszych wyników drużyny ze wszystkich startów.
- Ogłoszenie wyników klasyfikacji drużynowej nastąpi na finale poszczególnych cykli.
- Zawodnik raz zapisany do danej drużyny nie ma możliwości zmiany swojego klubu przez cały okres trwania cyklu.

14. 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 określonej przez organizatora kwoty, zwracanej w przypadku pozytywnego rozpatrzenia wniosku.

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