



Informator dla startujących

DZIĘKUJEMY SPONSOROM!



Organizatorzy:

Rokietnicki Ośrodek Sportu

Urząd Gminy Rokietnica

Stowarzyszenie Rokietnica Biega

Stowarzyszenie Nordic Walking ROXKIJE Rokietnica

Partnerzy:

Gminny Ośrodek Kultury

Szkoła Podstawowa im. Jana

Brzechwy w Rokietnicy

Foxter-Sport

Patronat honorowy:

Wójt Gminy Rokietnica – Bartosz Derech

Drodzy biegacze i kijkarze,

kolejny raz spotkamy się na ulicach Gminy Rokietnica, aby w sportowym stylu uczcić Narodowe Święto Niepodległości 11 Listopada. Organizatorzy i tym razem zadbali, aby trasa była bezpieczna i komfortowa. Jest to tym ważniejsze, że ROSbieg Niepodległości to rodzinna impreza, która zachęca do udziału wszystkich – zarówno najmłodszych, jak i dorosłych.

Chęć wsparcia tego wyjątkowego wydarzenia zgłosiła też długa lista Sponsorów, za co jesteśmy ogromnie wdzięczni. Dzięki nim 4 ROSbieg Niepodległości nabierze bogatego charakteru i tym bardziej będzie pozytywnie kojarzył się uczestnikom, jak i kibicom.

Wszyscy Biegacze i Kijkarze otrzymają okolicznościowy, unikatowy medal, który upamiętni wspólne świętowanie w Rokietnicy. Zwycięzcy zostaną uhonorowani statuetkami i pucharami oraz różnorodnymi nagrodami.

Podczas imprezy nie zabraknie gorącego posiłku regeneracyjnego oraz słodkich przekąsek, w tym tradycyjnego rogalu świętomarcińskiego.

Wszystkim, którzy będą w naszej gminie startowali pierwszy raz i tym, którzy wybrali zawody w Rokietnicy po raz kolejny, życzę samych sukcesów i świetnych wyników, a kibicom wspaniałych wrażeń.

Dziękuję za zaufanie i chęć wspólnej zabawy.

Zapraszam na start,

Bartosz Derech

Wójt Gminy Rokietnica

Program minutowy

10 listopada (czwartek)

10:00 - 20:00 – otwarcie Biura Zawodów – hala ROS ul. Szamotulska 29, Rokietnica
(wejście od ul. Sportowej)

11 listopada (piątek)

8:00 – otwarcie Biura Zawodów – hala ROS ul. Szamotulska 29, Rokietnica (wejście od parkingu)

8:00 – 10:30 – wydawanie numerów startowych

10:45 – rozgrzewka prowadzona przez ROSfit

11:00 – ceremonia otwarcia oraz odśpiewanie hymnu narodowego

11:11 – start biegaczy

11:16 – start nordic walking

ok. 11:45 – finisz pierwszych zawodników

12:46 – zamknięcie trasy dla zawodników (upłynięcie limitu czasowego na zakończenie biegu i marszu)

13:00 – początek dekoracji najlepszych zawodników

14:00 – ceremonia zamknięcia



Szczegółowy program minutowy dla biegów dzieci

W tym roku po raz pierwszy w trakcie naszego wspólnego świętowania będziemy organizować biegi dla dzieci. Poniżej znajdziecie rozpisane godziny biegów dzieci – przy czym należy mieć na uwadze, że są to czasy orientacyjne. Dlatego też prosimy o słuchanie komunikatów jakie będą przekazywane w hali ROS, na scenie oraz w miejscu zbiórki. Zbiórka zaplanowana jest na placu przed wejściem do biblioteki gminnej. Prosimy o punktualne przybycie!

9:00 -9:20 zbiórka dzieci startujących w biegach I,II,III

9:20 wyprowadzenie na start grup I,II,III

Grupa IV w gotowości - start biegu po zakończeniu startu na 500m

	Grupa	rocznik	płeć	dystans
9:30	I	2020-2016	K+M	50
9:40	II	2015-2013	K	100m
9:45	II	2015-2013	M	100m
9:50	III	2012-2009	K	500m
9:55	III	2012-2009	M	500m
10:00	IV	2010-2006	K+M	1000m

10:30 dekoracja w hali ROS

Odbiór pakietów startowych (bieg główny, nordic walking oraz biegi dziecięce):

Pakiety startowe będą wydawane w **Biurze Zawodów:**

Rokietnicki Ośrodek Sportu, ul. Szamotulska 29, 62-090 Rokietnica

Godziny otwarcia Biura Zawodów:

10.11.2022 (czwartek) w godzinach 10:00 – 20:00 (w tym dniu wejście do Biura Zawodów od ul. Sportowej)

11.11.2022 (piątek) w godzinach 8:00 – 10:30 (w tym dniu wejście do Biura Zawodów od parkingu przed ROS)

Weryfikacja zawodników oraz odbiór pakietów startowych odbywać się będzie w Biurze Zawodów na podstawie dokumentu tożsamości. Zawodnicy niepełnoletni muszą podczas weryfikacji pojawić się z opiekunem prawnym, który wyrazi pisemnie zgodę na uczestnictwo w biegu niepełnoletniego.

Dojazd do biura zawodów:

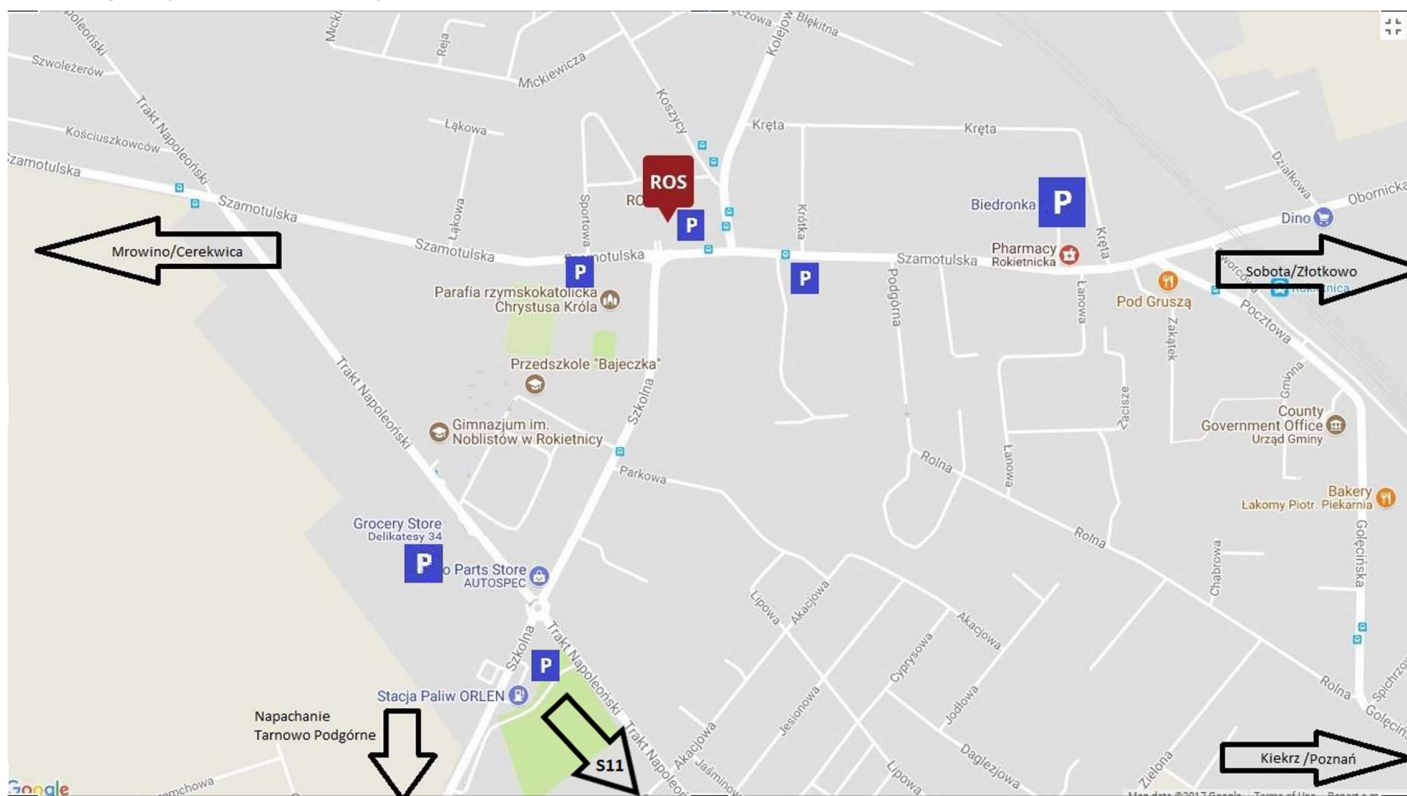
1. Samochodem (najdogodniejszy sposób)

Główny parking dla zawodników znajdować się będzie przy hali ROS ul. Szamotulska 29 (w tym samym budynku znajduje się także Biuro Zawodów). Na mapce poniżej wskazano orientacyjne położenie Biura Zawodów oraz oznaczono najbliższe miejscowości i parkingi poza ROS. Wskazane parkingi są darmowe i powinny pomieścić wszystkich zawodników.

Prosimy o respektowanie znaków i nieparkowanie w miejscach niedozwolonych – zwłaszcza kolidujących z trasą biegu!

Orientacyjne odległości od wskazanych parkingów do Biura Zawodów (patrząc od prawej):

- parking przy Biedronce – ok. 750 metrów
- parking na wysokości ulicy Krótkiej – ok. 250 metrów
- parking przy hali ROS – bezpośrednio przy Biurze Zawodów
- parking przy kościele – ok. 300 metrów
- parking przy targowisku gminnym – ok. 600 metrów
- parking przy Chacie Polskiej – ok. 600 metrów



2. MPK

Ze względu na Święto Niepodległości możliwe zmiany w rozkładzie jazdy. Najlepiej zaplanować podróż w oparciu o stronę <https://jakdojade.pl/poznan/trasa/> albo <http://www.ztm.poznan.pl/#planner>

Do Rokietnicy jadą następujące autobusy (przystanek przy biurze zawodów to Rokietnica/ROS):

- 832 z pętli na osiedlu Sobieskiego
- 833 z pętli na Ogrodach
- 834 z pętli na Ogrodach

3. PKP

Zgodnie z rozkładem na stronie www.pkp.pl. Ze względu na Święto Niepodległości liczba pociągów będzie ograniczona więc dojazd tym środkiem transportu będzie najmniej dogodny. Z dworca do Biura Zawodów jest ok. 10-15 minut.

Uprzedzając ewentualne pytania – póki co udział w biegu nie zwalnia z opłaty za przejazd komunikacją, ale kto wie może do 10 edycji biegu uda nam się to wynegocjować

Mapa okolic startu i mety



Depozyt

Depozyt będzie znajdował się w hali ROS (po prawej stronie od wejścia) zgodnie z oznaczeniami wewnątrz hali. Zawodnicy oddając rzeczy do depozytu otrzymają worek, który oznaczymy numerem startowym.

Wydawanie worków odbywać się będzie za okazaniem numeru startowego. Zgubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia Organizatora z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę. Za rzeczy nieoddane do szatni Organizator nie odpowiada. Organizator nie odpowiada za ubrania uczestników pozostawione w strefie startu

Toalety

Toalety zlokalizowane będą w hali ROS zgodnie z oznaczeniami

Szatnie / Pysznice

Szatnie i prysznice będą zlokalizowane w hali ROS (po drugiej stronie od wejścia głównego do hali).

Przedszkole na czas biegu

Jeśli przyjdziecie z dziećmi możecie zostawić je pod naszą opieką. Zapewnimy im zajęcia od 10:30 do 14. Nie martwcie się, będę z profesjonalnymi opiekunkami. O przedszkole pytajcie w Biurze Zawodów. Liczba miejsc ograniczona.

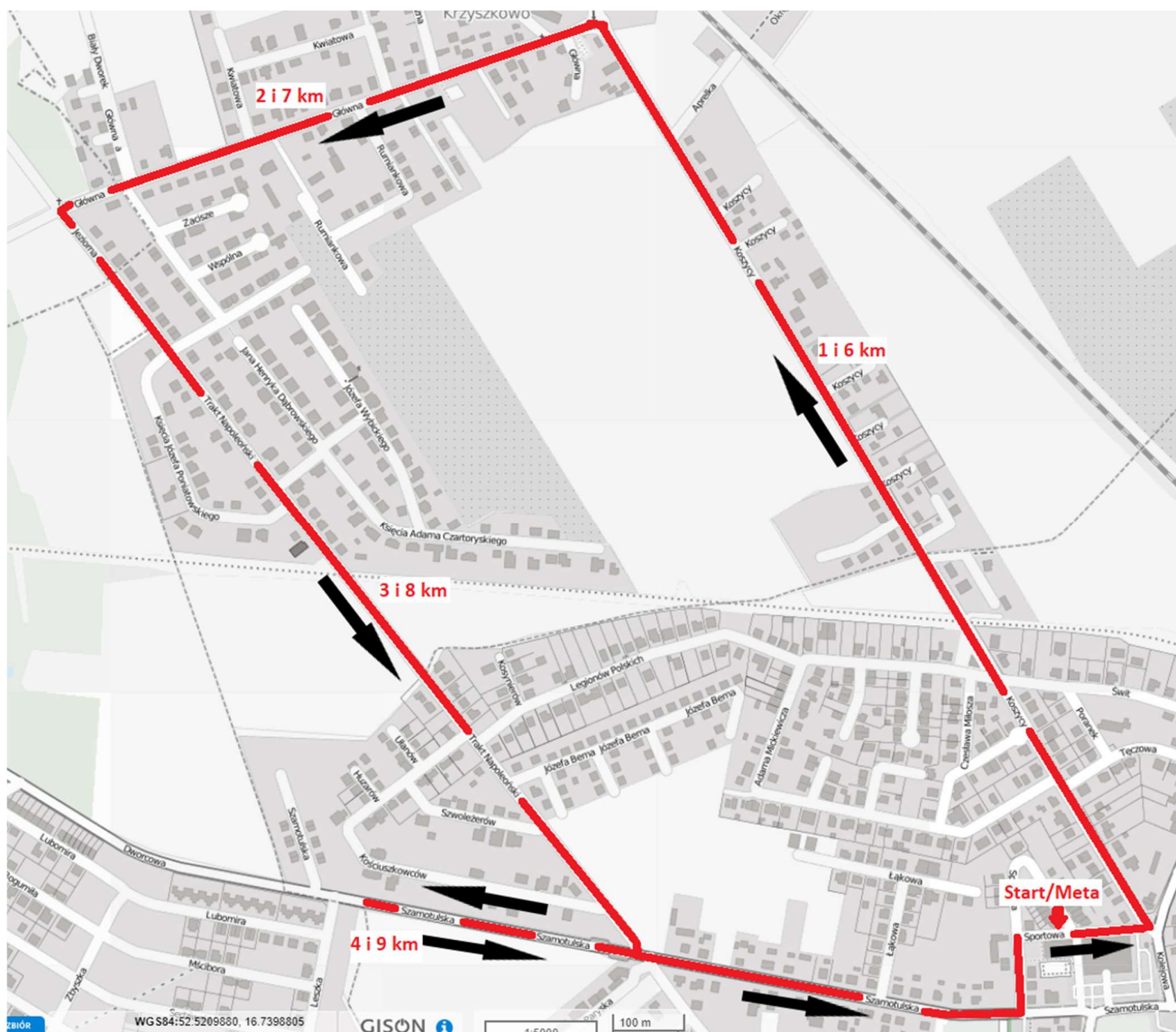
Trasa biegu / utrudnienia w ruchu

W dniu 11 listopada na trasie zawodów zamknięty zostanie ruch wzdłużny. Trasa biegu zostanie zamknięta dla ruchu kołowego w godzinach od 10:00 do 12:45. Start i meta biegu jest na ul. Sportowej przy Rokietnickim Ośrodku Sportu.

Przebieg trasy wygląda następująco:

Sportowa – Koszycy – Główna (Krzyszkowo) – Trakt Napoleoński – Szamotulska (w stronę Zmysłowa) – Szamotulska (powrót w kierunku hali ROS) – Sportowa.

Biegacze pokonują tą trasę dwukrotnie, zawodnicy nordic walking kończą po pierwszej pętli. Otwarcie kolejnych ulic będzie następowało po przebiegnięciu ostatniego biegacza najpóźniej o godz. 12.45.



Start – bieg główny, nordic walking

11.11.2022 godzina 11:11, ul. Sportowa, Rokitnica za halą ROS. Nordic walking wyruszy ok. 5 minut po biegaczach.

Pamiętajcie!!! Stając na linii startu oceńcie dobrze swoje możliwości, aby po rozpoczęciu biegu nie przeszkadzać innym szybszym zawodnikom.

Najbardziej newralgicznym punktem trasy jest odcinek z agrafką. Prosimy o uwagę i poruszanie się odpowiednim (prawym) pasem drogi w każdym kierunku.

Punkty żywieniowe

Na trasie będzie zlokalizowany punkt z wodą. Jeśli ktoś będzie chciał z niego skorzystać wypatrujcie go tuż za 5km (zaraz po przebiegnięciu przez balon wyznaczający linię startu/mety – koniec 1 pętli).

Strefa odżywiania na mecie

Po ukończeniu biegu wszyscy zawodnicy otrzymają poczęstunek. Strefa żywieniowa będzie zlokalizowana na hali ROS (wejście jak do biura zawodów). Czekają na Was rogale świętomarcińskie i ciasta domowej roboty. Oczywiście także ciepłe napoje i posiłek – pyszny Rokietnicki Rumpuść!

Strefa odświeżania na mecie

Wszyscy uczestnicy biegu mogą po biegu skorzystać z natrysków zlokalizowanych w hali ROS.

Chipy

W naszym biegu chipy będą mocowane do buta. W związku z tym po zakończeniu biegu prosimy o ich oddanie w oznaczonych miejscach.

Wyniki

Wyniki dostępne będą na stronie firmy dokonującej pomiaru czasu <https://foxter-sport.pl/4-rosbieg-niepodleglosci-2022> oraz na Facebooku na stronie biegu <https://www.facebook.com/ROSbieg>

Foto

Na naszym biegu pojawią się z profesjonalni fotografowie, którzy uwiecznią Wasze zmagania. Z pewnością pojawi się ekipa z Rokietnickiego Klubu Fotograficznego. Od razu jak będziemy mieli dostęp do galerii udostępniemy zdjęcia na stronie wydarzenia na Facebooku. Jeśli będziecie mieli swoje zdjęcia z naszego biegu będzie nam miło, jeśli podzielicie się nimi z nami – najlepiej przesłać link do galerii poprzez fanpage Rokietnica Biega albo ROSbieg Niepodległości na Facebooku lub możecie śmiało umieszczać je na stronie wydarzenia.

Do zobaczenia na starcie!!!