



# Pasaulio lietuvių bėgimas 2019

**Citadele Kauno Maratonas 2019** ir lietuvius visame pasaulyje vienijanti visuomeninė nepolitinė organizacija **Pasaulio Lietuvių Bendruomenė** kviečia pasaulio lietuvius, jų šeimas bei draugus birželio 9 dieną dalyvauti jungtinėje iniciatyvoje - **Pasaulio lietuvių bėgimas**. Šiais metais bėgimas skiriamas Pasaulio lietuvių metams paminėti. Tad kviečiame tai švęsti aktyviai!

2019-tais metais minimas Lietuvių Chartos 70-metis, todėl Lietuvos Seimas paskelbė šiuos metus Pasaulio lietuvių metais. Istorinė Lietuvių Charta, įsteigusi Pasaulio Lietuvių Bendruomenę (PLB), įpareigojo vienyti visus už Lietuvos ribų gyvenančius lietuvius, siekti išlaikyti, kurti bei ugdyti lietuvių tautos gyvastį: jos kalbą, kultūrą, papročius, tradicijas, ir remti Nepriklausomos Lietuvos valstybę.

**Citadele Kauno Maratonas 2019 kviečia Pasaulio lietuvius kartu prabėgti!**

**Birželio 9-tą dieną** mus visus vienyti bėgimas. Bėgsime kartu su viso Pasaulio lietuviais, o labiausiai mūsų palaikymą jaus apie 5000 bėgikų Kaune, kurie tą dieną bėgs Citadele Kauno maratone. Siūlome įveikti sau patogią distanciją nuo 100 m iki kelių ar keliasdešimt kilometrų. Taip pat galite rinktis įveikti jau tradicija tapusias distancijas: 5 km distanciją kuo spalvingiau, o išstverminguosius bėgikus - 10 km, pusę maratono 21 km, ar net maratoną 42 km. Nepamirškite ir mažųjų, jie tikrai įveiks 1,5 km distanciją Šeimų bėgime.

Mes tikimės, kad jūs gerai praleisite laiką kartu su bendraminčiais, pasieksite asmeninių rekordų ir visu tuo pasidalinsite su mumis. Labai lauksime vaizdinės medžiagos iš renginio dienos. Viskuo, ką atsiųsite mums, mes pasidalinsime Kauno maratono svetainėje ir Facebook puslapyje.

## **Kas gali dalyvauti?**

Bėgimas yra skirtas užsienyje gyvenantiems lietuviams ir jų šeimų nariams bei

draugams. Dalyvio reikalavimų nėra, tad iš esmės bėgime gali dalyvauti kas tik nori. **Birželio 9 d. bėgimas vyks visame pasaulyje.** Skatiname pasitikrinti sveikatą ir atsakingai pasirinkti bėgimo trasą.

## REGISTRACIJA

**Organizatoriams (ambasadoriams):** Šiomet visi miestų ambasadoriai/bėgimo organizatoriai turi užsiregistruoti pirmieji, nes tik šitaip atsiras jūsų miestas/vietovė Pasaulio lietuvių bėgimo registracijoje. Prašome atsiųsti [run@kmk.lt](mailto:run@kmk.lt) informaciją apie save:

---

Šalis	Miestas / Vietovė	Vardas Pavardė	El. paštas	Adresas siuntos pristatymui (nurodykite pašto kodą)	Mob. Tel.	Kita kontaktinė informacija (org. svetainė, facebook ir t.t.)

---

Užpildydami šią lentelę Jūs sutinkate, kad šiuos duomenis leidžiate perduoti tretiesiems asmenims ir naudoti informacijai dalintis Pasaulio Lietuvių bėgimui 2019 metams organizuoti. Kontaktinę informaciją išsiųsime užsiregistravusiems bėgimui dalyviams, kad galėtų su jumis susisiekti.

Visus užsiregistravusius dalyvius galėsite matyti čia: [https://www.kaunamarathon.lt/nuotolinis/dalyviai\\_nuotolinis](https://www.kaunamarathon.lt/nuotolinis/dalyviai_nuotolinis)

### **Bėgikams:**

Dalyvių registracija vyks per oficialų Kauno maratono puslapį. Kiekvienas dalyvis gali registruotis pats, pasirinkęs savo miestą/vietovę, kuriame bėgs. Dalyviui bus išsiųstas automatiškai sugeneruotas laiškas su to miesto/vietovės bėgimo organizatoriaus kontaktine informacija. Bėgikai turėtų susisiekti su vietiniais koordinadoriais ir toliau bendrauti ir gauti informaciją dėl bėgimo savo mieste/vietovėje. Registracijoje neradus savo miesto/vietovės, kviečiame pačius tapti bėgimo organizatoriais ir susisiekti su mumis [run@kmk.lt](mailto:run@kmk.lt), kad galėtume užregistruoti jūsų miestą/vietovę.

### **Registracija į miestus/vietoves:**

[https://www.kaunamarathon.lt/nuotolinis/registruoti\\_nuotolinis](https://www.kaunamarathon.lt/nuotolinis/registruoti_nuotolinis)

## ATRIBUTIKA

Kiekvieno miesto/vietovės koordinatorius skatiname pasirūpinti apdovanojimais atskirai. Bėgimo organizatoriai suteiks diplomų ir kitos bėgimo atributikos maketus, kuriuos koordinatoriai gali naudoti pagal poreikį. Bėgimo atributiką, diplomų bei bėgimo numerių maketus galima naudoti laisvai. Medžiagą rasite skyrelyje [atributika](#).

**MEDALIAI.** Registracijos metu, kiekvienas dalyvis galės pasirinkti, ar nori gauti medalį. Medalis kainuoja 5 eur, mokėjimą galima atlikti per PayPal. Medalius išsiųsime vietos organizatoriui po įvykusio bėgimo.

## BĖGIMO ORGANIZAVIMAS

- Iš anksto nusimatykite nuošalesnę, saugią vietą ir išsimatuokite galimą trasą. Tam puikiai tinka didesni miesto parkai, paplūdimiai, užmiesčio zonos. Rekomenduojame trasą išsirinkti be susikirtimo su automobilių keliais.
- Kad būtų paprasčiau, siūlome pasiruošti 1 ar 2 kilometrų žiedinę trasą. Ilgesnių nuotolių bėgikai tiesiog nubėgtų daugiau ratų.
- Trasoje, kas 2,5 ar 5 kilometrus (atsižvelgiant į vietos temperatūrą, oro sąlygas) reikėtų pasirūpinti atsigėrimo vietomis. Kad bėgikai galėtų atsigerti vandens ir atsigaitinti.
- Prieš ir po renginio pasidarykite nuotraukų, vaizdo įrašų ir jomis pasidalinkite socialiniais tinklais, bei atsiųskite mums.
- Patariame matuoti ir bėgikų laiką. Jei jų yra nedaug, bendruomenė pažįstama, tam užteks ir paprasčiausio chronometro ir vieno žmogaus, stebinčio laiką. Jei jų yra daugiau, atsispausdinkite dalyvio numerius ir laiką fiksuokite pagal juos, pasitelkę pagalbą.
- Bėgimo grafinę medžiagą (logotipai, diplomai ir kt.) rasite skyrelyje [atributika](#).
- Organizuodami bėgimą atsižvelkite į viešųjų renginių organizavimo reikalavimus jūsų vietovėje. Dažniausiai negausiems renginiams nuošalesniuose parkuose ypatingų reikalavimų nėra, tačiau yra šalių/miestų/vietovių, kur reikia informavimo ar leidimų iš savivaldos, ar

net susimokėti parko mokesčius.

## **MEDIJA IR NUOTRAUKOS**

Pasiruošimo bėgimui ir pačio bėgimo išpūdžiais, nuotraukomis ar filmuota medžiaga kviečiame dalintis socialinėje medijoje: oficialiuose renginio ir įvykio Facebook puslapiuose bei Instagram pažymint medžiagą oficialiu Kauno maratono Instagram paskyros vardu @kaunasmarathon bei grotąžymėmis: #pasauliolietuviubegimas #pasauliolietuviumetai #nuotoliniskaunomaratonas #PLB #KMK #KaunasMarathon.

Žinoma, taip pat galite patalpinti informaciją ten, kur jums patogiau ir pasidalinti nuoroda.

Po renginio susisieksime su koordinadoriais prašydami pasidalinti nuotraukomis bei filmuota medžiaga.

**Labai svarbu! Nepamirškite pasidaryti bendros nuotraukos.**

## **BĖGIKŲ KATEGORIJOS**

Nustatome tris kategorijas: Moterys, Vyrų ir Vaikai (iki 12 metų imtinai).

