

REGULAMIN 11 SZTAFETOWEGO BIEGU W ŁOMIANKACH, NORDIC WALKING I BIEGÓW DZIECIĘCYCH

I. Organizator

Stowarzyszenie „WARTO BIEGAĆ”, Łomiankowska Grupa Biegowa, Obłuski Running Team, Stowarzyszenie Proobronne AMOR PATRIAE z siedzibą w Gminie Łomianki.

II. Cel imprezy

1. Popularyzacja sportu i biegania jako najprostszej formy ruchu.
2. Integracja osób i dzieci biegających oraz uprawiających Nordic Walking w Łomiankach i na Mazowszu.
3. Promowanie zdrowego trybu życia.

III. Termin i miejsce

10 października 2026 r. (sobota) – Polana wejściowa do KPN (skręt z ul. Wiślanej w ul. Kampinoską – Parking leśny).

Program godzinowy w dniu wydarzenia:

- 09:00 otwarcie biura zawodów i odbieranie pakietów startowych;
- 09:30 przekazanie informacji o wolnych pakietach startowych, możliwość dokonywania zgłoszeń w dniu biegu (maksymalnie do godz. 10:30);
- 09:45 rozgrzewka dzieci na obu dystansach;
- 10:00 bieg 200 m dzieci – dziewczynki i chłopcy (roczniki 2019-2021 tj. 5-7 lat);
- 10:20 bieg 400 m dzieci – dziewczynki i chłopcy (roczniki 2018-2015 tj. 8-11 lat);
- 10:50 rozgrzewka przed biegiem głównym i marszem;
- 11:00 start 11 Biegu Sztafetowego w Łomiankach;
- 11:15 start marszu Nordic Walking;
- 11:45 spodziewany finał pierwszych zawodników biegu głównego i marszu;
- 12:30 dekoracja zwycięzców;
- 13:00 zamknięcie trasy biegowej;
- 13.05 ognisko integracyjne (posiłki regeneracyjne wydawane na bieżąco);

UWAGA: program godzinowy może ulec zmianie i będzie przekazany uczestnikom w komunikacie technicznym bezpośrednio przed wydarzeniem.

IV. Ustalenia organizacyjne

1. Organizator zwraca się z prośbą o utrzymanie porządku na trasie.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez opieki. Rzeczy można będzie złożyć w depozycie przy biurze zawodów.
3. Organizator nie zapewnia pryszniców po biegu.
4. Bieg organizowany jest na terenie Kampinoskiego Parku Narodowego co oznacza, że obowiązuje Regulamin KPN – prosimy o przestrzeganie.

5. Trasa oznaczona będzie tabliczkami kierującymi, a w newralgicznych punktach trasy biegu (skrzyżowania szlaków, zakręty, itp.) stać będą kierunkowskazy. Mapa biegu dostępna jest na stronie organizatora.
6. Organizator zapewnia opiekę ratownika medycznego, jadącego na końcu pelotonu, podczas biegu oraz podstawową opiekę w zakresie pierwszej pomocy przy biurze zawodów.
7. Czas mierzony będzie elektronicznie za pomocą komputerowego systemu.
8. Wszelkie zapytania prosimy kierować na adres e-mail: wartobiegac@gmail.com; tel. 795 099 160.

V. Uczestnictwo

1. Każdy uczestnik biegu ma obowiązek zapoznać się z Regulaminem wydarzenia i zobowiązany jest do jego przestrzegania. Rejestracja na wydarzenie jest jednoczesną akceptacją zapisów regulaminu.
2. Warunkiem uczestnictwa w zawodach jest zapisanie się na listę startową, złożenie oświadczenia podczas zapisu o akceptacji regulaminu, wniesienie opłaty startowej oraz odebranie pakietu startowego w Biurze Zawodów. Akceptacja regulaminu jest jednoczesnym oświadczeniem zawodnika o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w wydarzeniu.
3. Prawo startu w biegu sztafetowym oraz Nordic Walking mają osoby, które w dniu wydarzenia ukończą 18 lat i dokonają pełnej rejestracji do biegu. Młodsze osoby pod warunkiem pisemnej zgody prawnego opiekuna – druk oświadczenia dostępny będzie w biurze zawodów.
4. Start dzieci wymaga podpisania formularza "Zgoda na udział osoby niepełnoletniej" przez rodzica lub opiekuna prawnego. Formularz Zgody będzie dostępny do akceptacji na stronie internetowej.
5. Bieg sztafetowy: zespół sztafetowy składa się z 2 osób, gdzie każda przebiega jedną pętlę ok. 6 km. (trasa wyznaczona). Rywalizacja zespołowa będzie prowadzona w 3 kategoriach: kobiet, mężczyzn i mieszanej. Ukończenie rywalizacji sztafetowej będzie miało miejsce, gdy pałeczka wraz z drugim zawodnikiem zespołu dotrze na metę. Pomiar czasu odbywa się poprzez chip zlokalizowany w pałeczce. Za zajęcia miejsc 1-3 w kategoriach kobiet i mężczyzn oraz mieszanej przewidziane są puchary.
Nordic Walking: marsz odbywa się po tej samej trasie tj. 6 km (jedna pętla) wyznaczonej dla biegu sztafetowego (jedna pętla) rywalizacja będzie prowadzona w 2 kategoriach: kobiet, mężczyzn (bez podziału na wiek zawodników), przy minimalnym udziale 4 osób w klasyfikacji. Czas mierzony będzie elektronicznie za pomocą komputerowego systemu.
Za zajęcia miejsc 1-3 w kategoriach kobiet i mężczyzn przewidziane są puchary.
Biegi dziecięce: trasa oznaczona będzie tabliczkami kierującymi. Wszystkie trasy będą z nawrotką, miejsce startu będzie też miejscem mety. Poruszamy się prawą stroną trasy. Czas dzieci i młodzieży NIE będzie mierzony elektronicznie. Za zajęcia miejsc 1-3 w kategoriach dziewczynek i chłopców przewidziane są puchary.
6. Organizator przewiduje medale dla wszystkich którzy ukończą bieg i marsz.

VI. Zgłoszenia

1. Zgłoszenia będą przyjmowane poprzez elektroniczny formularz zapisów. Zgłoszenie do biegu oznacza akceptację niniejszego regulaminu.
2. Limit uczestników biegu narzucony przez Kampinoski Park Narodowy to:

- 200 osób w biegu sztafetowym
- 50 osób w Nordic Walking
- 50 osób w biegach dziecięcych

VII. Opłaty

1. Opłata startowa w biegu głównym do 30 września 2026 r. – 100 zł za sztafetę (2 x 50 zł/osoba), 50 zł za osobę – uczestnik marszu, 30 zł za biegi dziecięce od 1 października 2026 r. – cena wzrasta o 10 zł
2. Dokonanie wpłaty jest obowiązkowe.
3. Rezygnacja z biegu nie oznacza zwrotu opłaty startowej.
4. Istnieje możliwość przeniesienia opłaty startowej na inny zespół pod warunkiem zgłoszenia tego faktu do organizatora najpóźniej do 04.10.2026 r. (niedziela).

VIII. Ochrona danych osobowych

1. Dane osobowe Uczestników biegu są przetwarzane zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych, zwane RODO).
2. Szczegółowe zapisy dotyczące ochrony danych osobowych są zawarte w Klauzuli informacyjnej o przetwarzaniu danych osobowych, która jest załącznikiem do regulaminu.
3. Przetwarzanie danych, w związku z udziałem w Imprezie jest na podstawie wyrażonej zgody umieszczonej w formularzu zgłoszeniowym i jest dobrowolne, jednakże niewyrażenie zgody uniemożliwi udział w Imprezie.
4. Administratorem danych osobowych przetwarzanych na potrzeby biegu jest Stowarzyszenie „WARTO BIEGAĆ”.

IX. Rozpowszechnianie i utrwalanie wizerunku

1. Zapisując się do udziału w biegu Uczestnik akceptuje regulamin i wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo wizerunku.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników wywiadu, robienia mu zdjęć i filmowania na potrzeby reklamowe, promocyjne, wykorzystania w Internecie lub w transmisjach radiowo-telewizyjnych oraz na inne potrzeby komercyjne.
3. Uczestnik udziela Organizatorowi i podmiotom współpracującym niewyłącznej, nieograniczonej terytorialnie i czasowo licencji na wykorzystanie utrwalonego wizerunku na następujących polach eksploatacji:
 - a. utrwalanie i zwielokrotnienie jakąkolwiek znaną techniką oraz rozpowszechnianie w dowolnej formie
 - b. udostępnianie sponsorom oraz oficjalnym partnerom egzemplarza lub kopii, na której utrwalono wizerunek, w celu wykorzystania do promocji sponsora lub oficjalnego partnera w zakresie jego udziału w imprezie

- c. wprowadzenie do pamięci komputera i do sieci multimedialnej
- d. zwielokrotnianie zapisu utrwalonego wizerunku,
- e. publiczne wystawienie, wyświetlenie, odtworzenie oraz nadawanie i reemitowanie, a także publiczne udostępnianie w taki sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i w czasie przez siebie wybranym,
- f. zamieszczanie i publikowanie w prasie, na stronach internetowych, plakatach i billboardach,
- g. emisja w przekazach telewizyjnych i radiowych,
- h. publikowanie zdjęć uczestnika z udziału w Biegu w postaci zdjęć z trasy biegów.

X. Postanowienia końcowe

1. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej oraz zapewnia uczestnikom ubezpieczenie NNW na czas trwania biegu.
2. Uczestnik oświadcza, że jest zdolny do udziału w biegu, nie są mu znane żadne powody o charakterze zdrowotnym wykluczające go z udziału w biegu oraz że startując na własną odpowiedzialność i przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Ponadto, z udziałem w zawodach mogą wiązać się inne, niemożliwe w tej chwili do przewidzenia, czynniki ryzyka. Podpisanie oświadczenia o znajomości regulaminu oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił zakres i charakter ryzyka wiążącego się z udziałem w biegu, startuje dobrowolnie i wyłącznie na własną odpowiedzialność. Wszyscy uczestnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność i nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do Organizatora i Wykonawcy w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
3. W czasie trwania biegu uczestnik ma obowiązek zachować szczególną ostrożność i dostosować się do poleceń wydawanych przez osoby odpowiedzialne za bezpieczeństwo, służby porządkowe oraz inne osoby wyznaczone przez Wykonawcę. Wszyscy uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz kultury osobistej i dbałości o porządek na terenie organizacji zawodów.
4. Na miejsce biegu zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji, nielegalnych środków podnoszących wydajność fizyczną oraz napojów alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju. Uczestnikom zabrania się zażywania takich środków, substancji i napojów zarówno przed, jak i podczas biegu. W wypadku stwierdzenia, że uczestnik narusza powyższy zakaz, Wykonawca zastrzega sobie możliwość niedopuszczenia go do udziału w biegu lub wykluczenia go w jego trakcie.
5. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne, które nie będą stanowiły zagrożenia dla życia i zdrowia uczestników biegu.
6. Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy lub jej przerwania bez podawania przyczyn.
7. Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione/zgubione w trakcie trwania Imprezy.

Klauzula informacyjna dla zawodników:

1. Administratorem Pana/Pani danych osobowych jest Stowarzyszenie „WARTO BIEGAĆ” z siedzibą w Łomiankach, tel. kont.: 795 099 160.
2. Odbiorcami Pana/Pani danych osobowych na podstawie zawartych, stosownych umów powierzenia przetwarzania danych są podmioty organizujące Sztafetowy Bieg w Łomiankach na podstawie obowiązujących przepisów prawa.
3. Pana/Pani dane osobowe przechowywane będą w czasie określonym przepisami prawa tj.:
 - do czasu istnienia podstawy do ich przetwarzania, czyli w przypadku udzielenia zgody do momentu jej cofnięcia, ograniczenia lub innych działań z Pana/Pani strony ograniczających tę zgodę, oraz
 - przez okres 5 lat w przypadku danych, które są niezbędne do wykonania i udokumentowania organizacji Sztafetowego Biegu w Łomiankach.
4. Posiada Pan/Pani prawo żądania od administratora dostępu do danych osobowych, prawo do ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie.
5. Pana/Pani dane osobowe nie będą przekazywane do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej.
6. Pana/Pani dane osobowe nie będą podlegały zautomatyzowanemu przetwarzaniu danych osobowych i profilowaniu.
7. Ma Pan/Pani również prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego – Urzędu Ochrony Danych Osobowych, w przypadku, gdy zachodzi poważne popełnienie naruszenia bezpieczeństwa danych osobowych, które Pana/Pani dotyczą.
8. Podanie danych osobowych przez Pana/Panią jest dobrowolne, jednakże odmowa podania tych danych może skutkować brakiem możliwości uczestnictwa w wydarzeniu przez Pana/Panią.

Zgoda rodzica/opiekuna na udział dziecka w zawodach sportowych:

imię i nazwisko rodzica/opiekuna:

adres telefon kontaktowy:

OŚWIADCZENIE

Wyrażam zgodę na udział dziecka Oświadczenie imię i nazwisko dziecka:
w zawodach Sztafetowy Bieg w Łomiankach na dystansie odbywających się w miejscowość
Łomianki / Izabelin, woj. Mazowieckie.

Oświadczam, że dziecko nie ma przeciwwskazań zdrowotnych na udział w zawodach 10 października
2026 r.

data podpis rodzica/opiekuna:
