



*Z sercem dla
mieszkańców*

ul. Narutowicza 32/4

69-100 Słubice

tel: 601 641 504 / 513 172 242

e-mail: fsl.akcja@o2.pl

strona: www.dialogslubice.pl

Regulamin i Program Minutowy

"Niewyciężeni – Schody do zdrowia"

1. Cel Imprezy

1. Promocja zdrowego trybu życia oraz aktywności fizycznej.
2. Popularyzacja idei sportu masowego i nietypowych form rywalizacji (biegi po schodach).
3. Promocja miasta Słubice i Wieży Widokowej.

2. Informacje Ogólne

Element	Szczegóły
Nazwa Wydarzenia	Schody do zdrowia - bieg po schodach w Słubicach
Data	24 października 2026
Miejsce	Wieża Widokowa, Słubice
Dystans	Bieg po schodach na szczyt Wieży Widokowej + dobieg do wieży ok. 100m
Charakterystyka	Start indywidualny

3. Organizator, Patronat

1. **Organizator: Stowarzyszenie Niewyciężeni.**
2. **Honorowy Patronat: Burmistrz Słubice**

3. Uczestnictwo

1. W biegu mogą wziąć udział osoby, które w dniu startu mają ukończone **16 lat**.
2. W biegu mogą brać udział wszyscy chętni, którzy spełniają poniższe warunki:
 - a) W zawodach może wziąć udział każdy pełnoletni zawodnik, który zgłosi swoje uczestnictwo w biegu za pomocą formularza zgłoszeniowego, wniesie opłatę startową oraz w dniu biegu w Biurze Zawodów podpisze oświadczenie o biegu na

własną odpowiedzialność. (**Załącznik nr 1**)

b) Zawodnicy w wieku 16-18 lat (którzy w dniu biegu nie osiągnęli pełnoletności), poza wypełnieniem formularza zgłoszeniowego, wniesieniem opłaty, zobowiązani są dodatkowo do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL. Warunkiem dopuszczenia osoby niepełnoletniej do startu jest obecność rodzica lub opiekuna wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji zawodnika w Biurze Zawodów.

3. Limit Uczestników: Organizator ustala limit startujących na 100 osób.

4. Warunkiem udziału jest dokonanie prawidłowego zgłoszenia, uiszczenie opłaty startowej oraz podpisanie **oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych** do udziału w biegu i starcie na własną odpowiedzialność.

4. Zgłoszenia i Opłata Startowa

1. Zgłoszenia: Przyjmowane są online przez platformę <https://zapisyonline.pl/> do dnia 21.10.2026 oraz w Biurze Zawodów w dniu imprezy, jeśli pozostaną wolne miejsca.

2. Opłata Startowa: 40 PLN;

- konto do wpłat: Stowarzyszenie Niezwyciężeni, ul. Narutowicza 32/4, 69-100 Słubice, nr: PL19109011150000000161163194, z dopiskiem: BIEG / IMIĘ, NAZWISKO

3. Pakiety Startowe: Zawierają numer startowy, pamiątkowy medal (po ukończeniu biegu), owoce i wodę w formie bufetu

5. Klasyfikacja i Nagrody

A. Klasyfikacja Generalna Puchary zostaną przyznane dla 3 najszybszych osób w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn.

- Kobiety (1-3 miejsce)
- Mężczyźni (1-3 miejsce)

B. Kategorie Wiekowe Pamiątkowe statuetki zostaną przyznane za zajęcie **pierwszego miejsca** w każdej z poniższych kategorii wiekowych (z wyłączeniem zawodników nagrodzonych w Klasyfikacji Generalnej).

Kategoria Wiekowa	Roczniki Urodzenia
K/M 16-19	2010 – 2007
K/M 20-29	2006 – 1997
K/M 30-39	1996 – 1987
K/M 40-49	1986 – 1977
K/M 50 i st.	1976 i st.

C. Postanowienie Dodatkowe: Obowiązuje zasada niedublowania nagród. Zawodnicy nagrodzeni w Klasyfikacji Generalnej nie są brani pod uwagę w klasyfikacji kategorii wiekowych.

5. Postanowienia Końcowe

1. Wszyscy uczestnicy są zobowiązani do przestrzegania poleceń obsługi i służb porządkowych.
2. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania imprezy w przypadku siły wyższej lub zagrożenia bezpieczeństwa.
3. Uczestnicy biegu biorą w nim udział na własną odpowiedzialność.
4. Uczestnicy powinni być ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków przez jednostki zgłaszające lub indywidualnie - organizator nie zapewnia żadnej formy ubezpieczenia grupowego.
5. Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numer startowy przypięty z przodu, centralnie na klatce piersiowej.
6. Przebywanie na trasie biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę Biegu.
7. Ze względów bezpieczeństwa w Biegu zabroniony jest udział osób poruszających się na rowerach, wrotkach, rolkach, deskorolkach itp. oraz biegnących ze zwierzętami.
8. Zabrania się wnoszenia na trasę biegu przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych Uczestników, w tym korzystania z kijków Nordic Walking.
9. Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w Biegu, w szczególności zasad fair play oraz niniejszego regulaminu.
10. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.
11. Decyzje personelu medycznego dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
12. Pobranie numeru startowego i podpisanie listy startowej jest jednoznaczne z przyjęciem warunków regulaminu.
13. Uczestnicy wyrażają zgodę na wykorzystanie przez organizatora ich wizerunku w celu promocji imprezy i dokumentowania zawodów, a także na wykorzystanie ich wizerunku w celu promocji biegu przez podmioty współorganizujące, partnerów oraz sponsorów zawodów.

14. Interpretacja regulaminu należy do organizatora.
15. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie bez podania przyczyny.
16. Dodatkowe informacje o partnerach, nagrodach i innych sprawach związanych z zawodami będą publikowane na stronie internetowej oraz profilu fb organizatora

III. 🕒 Program Minutowy Wydarzenia w dniu 24.10.2026

Godzina	Wydarzenie	Uwagi
10:00-11:30	Biuro Zawodów	Odbiór numerów i podpisywanie oświadczeń. (parking SOSiR)
12:00	Powitanie i Ostatnie Instrukcje	Przekazanie kluczowych informacji startowych. (przy wieży)
12:10	START GŁÓWNY	Rozpoczęcie biegu – start indywidualny.
13:30	Przewidywane zakończenie biegu	Ukończenie biegu przez ostatnich zawodników.
13:30-14:00	Czas oczekiwania na wyniki	Poczęstunek/Kawa/Herbata. Parking SOSiR
ok. 14:00	Dekoracja Zwycięzców	Uroczyste wręczenie nagród i pucharów. Parking SOSiR
Do godz. 16:00	Zakończenie Imprezy Biesiada rodzinna przy ognisku	Parking SOSiR

ŻYCZYMY UDANEGO STARTU!

ORGANIZATORZY

OŚWIADCZENIE UCZESTNIKA BIEGU
„Niezwyciężeni – Schody do zdrowia”

Ja, niżej podpisany(a) uczestnik/opiekun prawny uczestnika:

Imię i Nazwisko Uczestnika

Data Urodzenia

Numer Startowy

Miejscowość, Data

Słubice, 24.10.2026 r.

I. Deklaracja Udziału i Stan Zdrowia

1. Oświadczam, że zapoznałem/am się z **Regulaminem** biegu „Schody do zdrowia” i akceptuję wszystkie jego postanowienia.
2. Deklaruję, że mój **stan zdrowia** pozwala mi na udział w zawodach sportowych o charakterze wysiłkowym (bieg po schodach) i **nie istnieją żadne przeciwwskazania medyczne** do podjęcia przeze mnie rywalizacji w biegu.
3. Startuję na **własną odpowiedzialność** i ponoszę ryzyko związane z udziałem w zawodach.
4. Wyrażam zgodę na bezpłatne wykorzystanie mojego wizerunku, głosu i danych osobowych w materiałach promocyjnych i relacjach z imprezy, w tym w prasie, telewizji oraz internecie (np. na stronie Organizatora i w mediach społecznościowych).

II. Zgoda Opiekuna Prawnego (Wypełnić WYŁĄCZNIE w przypadku Uczestników niepełnoletnich)

Ja, niżej podpisany(a)....., legitymujący(a) się dowodem osobistym o numerze....., jako **opiekun prawny** wyżej wymienionego Uczestnika niepełnoletniego:

1. Wyrażam zgodę na jego/jej udział w biegu „Niezwyciężeni- Schody do zdrowia” w dniu 24 października 2026 r.
2. Przyjmuję na siebie pełną **odpowiedzialność prawną** za mojego/moją podopiecznego/ą podczas całego czasu trwania wydarzenia.

Podpis Opiekuna Prawnego (czytelny): _____

III. Klauzula Informacyjna RODO (Ochrona Danych Osobowych)

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia 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 (RODO), informuję, że:

1. **Administrator Danych:** Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest **Stowarzyszenie Niezwyciężeni** z siedzibą w Słubicach.
2. **Cel przetwarzania:** Dane osobowe będą przetwarzane wyłącznie w celu organizacji i przeprowadzenia biegu „Schody do zdrowia”, w tym weryfikacji uczestników, pomiaru czasu, sporządzenia list wyników, wydania pakietów startowych oraz celach kontaktowych.
3. **Prawa:** Przysługuje Pani/Panu prawo dostępu do treści swoich danych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, a także prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego (Prezesa UODO).
4. **Potwierdzam, że zapoznałem/am się z powyższą klauzulą informacyjną RODO.**

Podpis Uczestnika (czytelny): _____