REGULAMIN

IX Bieg Zmarźlaka 13 marca 2027 LASKI

I CEL IMPREZY

1. Rozwijanie czynnego wypoczynku oraz aktywności ruchowej.
2. Integracja mieszkańców Gminy Izabelin i Powiatu Warszawskiego Zachodniego poprzez uczestnictwo w wydarzeniu sportowo - rekreacyjnym.
3. Budowanie właściwych postaw i nawyków sportowych wśród dzieci i młodzieży.
4. Promowanie walorów przyrodniczych oraz rekreacyjnych Powiatu Warszawskiego Zachodniego, Gminy Izabelin i Kampinoskiego Parku Narodowego.

II ORGANIZATOR I PARTNERZY

1. Organizator: Ryś Izabelin Sp. z o.o., ul. Jana Wieczorka 50, Laski
2. Partnerzy: Gmina Izabelin.
3. Patronat medialny.

III TERMIN I MIEJSCE, PROGRAM, BIURO ZAWODÓW

1. Biegi i marsz nordic walking odbędzie się 13 marca 2027 roku w Laskach, ul. Wieczorka 50.
2. Program

09:00 otwarcie biura zawodów

10:00 - 12:30 kąpiele zimnowodne - „MORSO”

10:20 rozgrzewka i bieg z przeszkodami dla dzieci

10:45 rozgrzewka

11:00 start biegu na 10 km

11:05 start biegu na 5 km

11:10 marsz nordic walking 5 km

12:40 dekoracja zwycięzców

13:00 zakończenie

3. Trasa po szlakach KPN: bieg i marsz nordic walking 5 km oraz bieg 10 km:

10 km: start i meta przy boiskach sportowych, dalej szlakiem rowerowym, - za Opaleniem, szlakiem żółtym - na północ -do szlaku rowerowego i dalej na północ - do szlaku czarnego, - szlakiem czarnym w stronę Dąbrowy Leśnej, - do Kamienia Ułanów Jazłowieckich, - szlakiem żółtym w kierunku Lasek, - Drogą Młyńską, - szlakiem niebieskim i ostatni odcinek biegu w kierunku boisk sportowych w Laskach.

5 km: start i meta przy boiskach sportowych, dalej szlakiem rowerowym w kierunku Opalenia, na skrzyżowaniu szlaku rowerowego ze szlakiem żółtym, - szlakiem żółtym przez Michałówkę do

szlaku niebieskiego, - szlakiem niebieskim na zachód do Góry Ojca i ostatni odcinek biegu w kierunku boisk sportowych w Laskach.

4. Bieg z przeszkodami dla dzieci, 600 m (jedna pętla 300 m dla najmłodszych uczestników), boisko sportowe.
5. Trasa na 5 i 10 km będzie oznaczona taśmami biało-czerwonymi oraz strzałkami wyznaczającymi kierunek biegu.
6. Trasa nie jest atestowana.
7. Odbiór pakietów startowych w biurze zawodów w Laskach, ul. Wieczorka 50 w dniu wydarzenia zgodnie z programem.

IV POMIAR CZASU

1. Limit czasu na dystansach: 10 km – 90 min., 5 km – 60 min., nordic walking – 90 min.
2. Punkt pomiaru czasu rozmieszczony jest w miejscu start-meta.
3. Wyniki zawodów zostaną umieszczone na stronie www.zapisyonline.pl

V UCZESTNICTWO

1. Prawo startu w biegu:

- na dystansie 5 km, osoby w wieku od 12 lat (rocznik 2015) i starsze.
- na dystansie 10 km, osoby w wieku od 15 lat (rocznik 2012) i starsze.
- bieg z przeszkodami dla dzieci, 600 m (jedna pętla 300 m – najmłodsi uczestnicy), wiek 6 do 11 lat (roczniki 2021 - 2016).

2. Uczestnicy zawodów zobowiązani są do wypełnienia internetowego formularza zgłoszenia dostępnego na stronie www.zapisyonline.pl.
3. Zgłoszenia do biegów dziecięcych przez panel zgłoszeniowy na stronie internetowej www.zapisyonline.pl. W przypadku wolnych miejsc startowych będzie istniała możliwość zapisów w biurze zawodów w dniu startu tj. 13 marca 2027 roku.
4. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do przedstawienia oświadczenia o uczestnictwie podpisanego przez rodzica lub opiekuna prawnego.
5. Dokonując zgłoszenia uczestnik oświadcza, że stan jego zdrowia umożliwia mu udział w biegu. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników biegu. Organizator nie zapewnia uczestnikom jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci lub szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem w imprezie, oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.
6. W celu rejestracji oraz pobrania numeru startowego w dniu zawodów należy okazać ważny dokument tożsamości (zdjęcie i data urodzenia).
7. W czasie biegu zawodnicy mają numery startowe przymocowane do przedniej części koszulki.

8. Zabrania się poruszania po trasie biegu na rowerach lub pojazdach mechanicznych, nie dotyczy obsługi technicznej.
9. W dniu biegu, do dyspozycji zawodników będą zorganizowane szatnie i przebieralnie w budynku zaplecza sportowego przy boiskach w Laskach.

VI ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia przyjmowane będą tylko i wyłącznie poprzez panel zgłoszeniowy na stronie internetowej www.zapisyonline.pl do 11 marca 2027 roku do godz. 23:59 lub do wyczerpania limitu startujących.
2. W przypadku wolnych miejsc startowych będzie istniała możliwość zapisów w biurze zawodów w dniu startu tj. 13 marca 2027 roku.
3. Limit uczestników w biegach na 5 i 10 km - 300 osób, w tym marsz nordic walking - 50 osób, w bieg z przeszkodami - 60 dzieci.
4. Za zgłoszenie uważa sie prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie internetowej i wniesienie opłaty rejestracyjnej. Tylko dokonanie opłaty rejestracyjnej decyduje o znalezieniu się zawodnika na liście startowej.
5. Organizator dopuszcza możliwość przepisania pakietu startowego na innego zawodnika, koszt przepisania pakietu wynosi 50 zł.

VII OPŁATY

1. Opłata rejestracyjna za udział w biegach na 5 i 10 km oraz marszu nordic walking wynosi:
    a. Od 26.11.2026 r. 59 zł
    b. od 1 grudnia 2026 r. 79 zł
    c. od 1 lutego 2027 r. 99 zł
    d. w dniu wydarzenia w przypadku wolnych pakietów 150 zł (opłata przyjmowana w gotówce, w określonej kwocie).
2. Dzieci są zwolnione z opłaty rejestracyjnej, dot. biegu z przeszkodami dla dzieci (600m).
3. Opłata rejestracyjna raz uiszczona nie podlega zwrotowi.
4. Płatności za udział w wydarzeniu będą możliwe tylko za pośrednictwem szybkich płatności online na stronie www.zapisyonline.pl
5. Opłata rejestracyjna jest opłatą za uczestnictwo w „IX Biegu Zmarźlaka” i w całości jest przeznaczona na pokrycie kosztów organizacyjnych.
6. Zakończenie zapisów spowodowane przekroczeniem limitu uczestników powoduje wstrzymanie dokonywania wpłat.
7. Dokonanie opłaty rejestracyjnej oraz pobranie numeru są równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu oraz Regulaminu obowiązującym na terenie miejsca imprezy – tj. „Regulaminu ochrony przyrody i udostępniania obszarów Kampinoskiego Parku Narodowego w celach turystycznych, naukowych, edukacyjnych, kulturowych,

rekreacyjnych i sportowych" zwanego dalej regulaminem Kampinoskiego Parku Narodowego.

VIII KLASYFIKACJA I NAGRODY

1. Każdy z uczestników imprezy otrzyma pamiątkowy medal.
2. Pamiątkowe puchary zostaną przyznane za zdobycie miejsca:

a. od I do III w kategorii Kobiet i Mężczyzn, w biegach 5 i 10 km oraz nordic walking 5 km

b. od I do III w kategorii Kobiet i Mężczyzn, w klasyfikacji „Mieszkańcy gminy Izabelin" w biegach 5 i 10 km

3. Pamiątkowe puchary zostaną przyznane dla najstarszego i najmłodszego uczestnika na 5 i 10 km oraz 5 km nordic walking, łącznie.

IX OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

1. Administratorem danych osobowych uczestników imprezy „IX Bieg Zmarźlaka" jest Ryś Izabelin Sp. z o.o., z siedzibą przy ul. Jana Wieczorka 50 w Laskach, 05-080 Izabelin. Dane Kontaktowe Administratora – adres e-mail: kontakt@rys.izabelin.pl.
2. Administrator wyznaczył Inspektora Ochrony Danych – Pana Pawła Maliszewskiego, z którym można się skontaktować w sprawach dotyczących przetwarzania danych osobowych za pośrednictwem adresu e-mail: iod@rys.izabelin.pl.
3. Dane osobowe uczestników IX Biegu Zmarźlaka przetwarzane będą wyłącznie w celu przeprowadzenia ww. imprezy jako zadanie realizowane w interesie publicznym (art. 6 ust. 1 lit. e RODO), polegające na rozwijaniu czynnego wypoczynku oraz aktywności ruchowej wśród mieszkańców Gminy Izabelin i Powiatu Warszawskiego – Zachodniego, a także jako obowiązek prawny ciążący na Administratorze (art. 6 ust. 1 lit. c RODO), wynikający m. in. z ustawy z dnia 29 września 1994 r. o rachunkowości, w związku z ewidencjonowaniem opłat z udział w imprezie.
4. Odbiorcami danych osobowych będą wyłącznie podmioty współpracujące z administratorem w zakresie przygotowania, organizacji i przeprowadzenia imprezy „IX Bieg Zmarźlaka". Ponadto odbiorcami danych mogą być również podmioty uprawnione do ich uzyskania na podstawie przepisów prawa.
5. Administrator zapewnia dokumentację fotograficzną wydarzenia. Gdy zarejestrowane wizerunki Uczestników będą stanowić jedynie szczegół całości, wówczas Administrator będzie rozpowszechniał je bez zgody Uczestnika, na podstawie art. 81 ust. 2 pkt 2 ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych. W takich wypadkach wizerunek może być rozpowszechniany bez ograniczeń terytorialnych i czasowych, w szczególności poprzez umieszczanie fotografii w serwisach internetowych Administratora oraz w innych elektronicznych środkach zarządzanych lub wykorzystywanych w dowolnym zakresie przez Administratora. Ponadto wizerunek może być także zamieszczany w publikacjach i serwisach osób trzecich (Partnerów). Wizerunek Uczestników nie będzie wykorzystywany w celach zarobkowych, a Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że z tytułu jego użycia nie przysługują im jakiekolwiek roszczenia, w szczególności prawo do wynagrodzenia.

6. Jeżeli wizerunek Uczestnika nie spełnia warunku wskazanego w punkcie 5 tego rozdziału, może być nieodpłatnie rozpowszechniany przez Administratora tylko po uprzednim uzyskaniu dobrowolnej zgody Uczestnika na takie działanie. Zgoda może zostać cofnięta w dowolnym momencie, jednak działanie to nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem.
7. Dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji imprezy „IX Bieg Zmarźlaka", a po tym czasie przez okres oraz w zakresie wymaganym przez przepisy powszechnie obowiązującego prawa.

8. W związku z przetwarzaniem danych osobowych uczestnikom przysługują uprawnienia do dostępu do danych osobowych, żądania ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania danych osobowych.
9. W przypadku gdy przetwarzanie danych osobowych odbywa się jako zadanie realizowane w interesie publicznym (art. 6 ust. 1 lit. e RODO), uczestnikom przysługuje prawo wniesienia sprzeciwu wobec takiego przetwarzania.
10. W przypadku powzięcia informacji o niezgodnym z prawem przetwarzaniu przez Ryś Izabelin Sp. z o.o., danych osobowych, uczestnikom przysługuje prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
11. Podanie przez uczestnika danych osobowych jest dobrowolne, jednakże niezbędne do rejestracji i uczestnictwa w imprezie „IX Bieg Zmarźlaka". Odmowa podania danych uniemożliwi udział w imprezie.

X POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Impreza IX Bieg Zmarźlaka odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
3. Organizator zapewnia obsługę medyczną na czas trwania imprezy.
4. Organizator zapewnia gorący posiłek, istnieje możliwość upieczenia kiełbasy na ognisku (organizator nie zapewnia kiełbasy).
5. Podczas IX Biegu Zmarźlaka dla wszystkich chętnych będzie możliwość kąpieli „MORSO", kąpiel w basenie z zimną wodą oraz seansów w saunie parowej.
6. Wszyscy uczestnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność i nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do Organizatora w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
7. Impreza ma charakter rekreacyjno-sportowy.

8. Uczestnicy nie mogą mieć przeciwwskazań lekarskich do wzięcia udziału w imprezie IX Biegu Zmarźlaka.
9. Każdy zawodnik jest zobowiązany do zapoznania się i przestrzegania niniejszego Regulaminu, Regulaminu morsowania oraz Regulaminu Kampinoskiego Parku Narodowego.

10. Za rzeczy zgubione podczas imprezy Organizator nie odpowiada.
11. Organizator oraz Partnerzy biegu zastrzegają sobie prawo do wykorzystywania w celach promocyjnych i informacyjnych – zdjęć i wizerunków uczestników rajdu, materiałów filmowych, wywiadów przedstawiających uczestników. Uczestnicy wyrażają zgodę na użycie i publikację ich wizerunków przez Organizatora i Partnerów biegu.
12. Wszelkie informacje dotyczące biegu i organizacji będą zamieszczane na Facebooku Ryś Izabelin oraz partnerów wydarzenia.
13. We wszystkich sprawach nieujętych Regulaminem decyduje Organizator Biegu, któremu przysługuje wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu.

Koordynator Biegu

Agnieszka Kopytek