

IV Bieg Zmarzłaka

5 marca 2022 LASKI - boiska sportowe

REGULAMIN

I CEL IMPREZY

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

II ORGANIZATOR I PARTNERZY

1. Organizator: Centrum Kultury Izabelin w Izabelinie, ul. Matejki 21.
2. Patronat: Gmina Izabelin, Powiat Warszawski Zachodni, Kampinoski Park Narodowy.

III TERMIN I MIEJSCE, PROGRAM, BIURO ZAWODÓW

1. Biegi i marsz nordic walking odbędą się 5 marca 2022 roku w Laskach - boiska sportowe.
2. **Program**
 - 09:00 otwarcie biura zawodów
 - 10:00 - 13:00 seanse w saunie
 - 10:00 - 12:30 kąpiele zimnowodne - „MORSO”
 - 10:20 rozgrzewka dla dzieci „Bieg z przeszkodami”
 - 10:45 rozgrzewka
 - 11:00 start biegu na 10 km**
 - 11:10 start biegu na 5 km**
 - 11:15 marsz nordic walking 5 km**
 - 11:45 rozpoczęcie wydawania gorącego posiłku
 - 12:30 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 600 m, dla dzieci - boisko sportowe.
5. Trasa na 5 i 10 km będzie oznaczona znakiem kierunku biegu oraz co kilometr będzie oznaczenie pokonanego dystansu.
6. Trasa nie jest atestowana.
7. **Biuro zawodów:** czynne w dniu biegu - boiska sportowe w Laskach od 9:00.

Informacje pod nr. tel. 22 752 68 29 / 22 752 68 00.

IV POMIAR CZASU

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

V UCZESTNICTWO

1. Prawo startu w biegu:
 - na dystansie 5 km, osoby w wieku od 12 lat (rocznik 2010) i starsze,
 - na dystansie 10 km, osoby w wieku od 15 lat (rocznik 2007) i starsze,
 - cross z przeszkodami 600 m, dzieci od 6 do 11 lat (roczniki 2016 - 2011).
2. Uczestnicy zawodów zobowiązani są do wypełnienia internetowego formularza zgłoszenia dostępnego na stronie www.zapisyonline.pl
3. Zgłoszenia do biegów dziecięcych poprzez panel zgłoszeniowy na stronie internetowej www.zapisyonline.pl oraz w biurze zawodów 5 marca 2022 r.
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 na terenie boisk sportowych w Laskach.

VI ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia przyjmowane będą tylko i wyłącznie poprzez panel zgłoszeniowy na stronie internetowej www.zapisyonline.pl do 3 marca 2022 roku lub do wyczerpania limitu startujących.
2. Zgłoszenia do biegów dziecięcych przyjmowane będą poprzez panel zgłoszeniowy na stronie internetowej www.zapisyonline.pl oraz w biurze zawodów 5 marca 2022.
3. W przypadku wolnych miejsc startowych będzie istniała możliwość zapisów w biurze zawodów w dniu startu tj. 5 marca 2022 roku
4. Limit uczestników na obu dystansach 250 osób, w marszu nordic walking 60 osób, bieg „Cross z przeszkodami” 50 dzieci.
5. Za zgłoszenie uważa się prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie internetowej i wniesienie opłaty rejestracyjnej. Tylko dokonanie opłaty rejestracyjnej decyduje o znalezieniu się zawodnika na liście startowej.
6. W przypadkach losowych /kontuzja/, dopuszcza się możliwość przekazania numeru startowego innemu uczestnikowi.

VII OPŁATY

1. Opłata rejestracyjna za udział w biegach na 5 i 10 km oraz marszu nordic walking wynosi 50,00 zł, w dniu biegu 60,00 zł.
2. Dzieci zwolnione są z opłaty rejestracyjnej.
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 IV Biegu Zmarzłaka i przeznaczona jest na częściowe pokrycie kosztów organizacyjnych.
6. Zakończenie zapisów spowodowane przekroczeniem limitu uczestników powoduje wstrzymanie dokonywania wpłat.
7. Dokonanie opłaty rejestracyjnej oraz pobranie numeru jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu oraz regulaminu obowiązującego 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. Organizator przewiduje nagrody za zajęcie:
 - a) miejsc od I do III na wszystkich dystansach biegowych w kategoriach K i M.
 - b) miejsc od I do III na dystansach 5 i 10 km dla K i M w klasyfikacji Mieszkańcy gminy Izabelin.
 - c) miejsca I w nordic walking dla K i M
3. Nagrodę specjalną otrzyma najstarszy i najmłodszy uczestnik biegów.
4. Uroczyste wręczenie nagród nastąpi w dniu imprezy ok. godziny 12:30.

IX OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

Klauzula informacyjna dot. przetwarzania danych w związku z realizacją imprezy IV Bieg Zmarzłaka w dniu 27 marca 2021 roku Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Ogólnego Rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 roku (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016) informuję, że:

1. Administratorem danych osobowych uczestników imprezy IV Bieg Zmarzłaka jest Centrum Kultury Izabelin, ul. Matejki 21, 05-080 Izabelin, reprezentowane przez Dyrektora. Dane Kontaktowe Administratora: tel. 227526800, adres e-mail: sekretariat@centrum.izabelin.pl
2. Administrator wyznaczył Inspektora Ochrony Danych (IOD), z którymi można się skontaktować we wszystkich sprawach dotyczących przetwarzania danych osobowych. Dane kontaktowe IOD: Paweł Maliszewski, adres e-mail: iod@perfectinfo.pl
3. Dane osobowe uczestników IV Bieg Zmarzłaka przetwarzane będą wyłącznie w celu przeprowadzenia ww. imprezy, na podstawie zgody wyrażonej przez uczestników (art. 6 ust. 1 lit. a RODO).
4. Odbiorcami danych osobowych będą wyłącznie podmioty współpracujące z administratorem w zakresie przygotowania, organizacji i przeprowadzenia imprezy IV Bieg Zmarzłaka Ponadto odbiorcami danych mogą być również podmioty uprawnione do uzyskania danych osobowych na podstawie przepisów prawa.
5. Dane osobowe w postaci wizerunku uczestnika mogą być opublikowane na łamach strony internetowej i w informacjach medialnych w celu promocji Centrum Kultury Izabelin.

6. Dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji imprezy IV Bieg Zmarzłaka a po tym czasie przez okres oraz w zakresie wymaganym przez przepisy powszechnie obowiązującego prawa.
7. W związku z przetwarzaniem danych osobowych uczestnikom przysługują uprawnienia do dostępu do danych osobowych, ich sprostowania, żądania usunięcia, ograniczenia przetwarzania danych osobowych w przypadku, gdy są one nieprawidłowe lub niekompletne.
8. W przypadku gdy przetwarzanie danych osobowych odbywa się na podstawie zgody osoby na przetwarzanie danych osobowych (art. 6 ust. 1 lit a RODO), przysługuje Pani/Panu prawo do cofnięcia tej zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie to nie może mieć wpływu na zgodność przetwarzania danych osobowych, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem, z obowiązującym prawem.
9. W przypadku powzięcia informacji o niezgodnym z prawem przetwarzaniu przez Centrum Kultury Izabelin Pani/Pana danych osobowych, przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowy.
10. Podanie przez uczestnika danych osobowych jest dobrowolne, jednakże niezbędne do rejestracji i uczestnictwa w imprezie IV Bieg Zmarzłaka.
11. Dane osobowe nie będą przekazywane do państwa trzeciego/organizacji międzynarodowej ani nie będą podlegały zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji w tym profilowaniu.

X OBOWIĄZKI ZWIĄZANE ZE STANEM EPIDEMII (COVID-19)

1. Organizator zastrzega, że impreza zostanie przeprowadzona zgodnie z przepisami związanymi z epidemią wirusa COVID-19, obowiązującymi w dniu imprezy.
2. Jeżeli obowiązujące w dniu imprezy przepisy epidemiologiczne uniemożliwią przeprowadzenie imprezy, wówczas impreza zostanie odwołana. W takim przypadku Organizator zwróci uczestnikom uiszczoną opłatę rejestracyjną.
3. Organizator zastrzega, że ostateczna liczba uczestników może ulec zmianie, na podstawie aktualnych przepisów związanych ze stanem epidemii wirusa COVID-19. W przypadku konieczności zmniejszenia liczby uczestników, będzie decydowała kolejność zgłoszeń.
4. W imprezie nie mogą uczestniczyć osoby, które mają objawy chorobowe, takie jak gorączka, kaszel, duszności.
5. Przed wejściem na teren imprezy należy obowiązkowo zdezynfekować ręce. Dozowniki z płynem do dezynfekcji rąk dostępne są przy punkcie start-meta.
6. Wszystkie osoby przebywające w miejscu startu oraz na mecie zobowiązane są utrzymywać bezpieczną odległość od innych osób, co najmniej 2 m. W trakcie biegu również należy zachowywać bezpieczną odległość od innych uczestników.
7. W przypadku stwierdzenia wyraźnych oznak choroby, takich jak podwyższona temperatura, kaszel, złe samopoczucie, trudności w oddychaniu, osoba nie zostanie dopuszczona do udziału w imprezie. Taka osoba zostanie poinstruowana o jak najszybszym zgłoszeniu się do lekarza, poprzez udanie się transportem własnym lub powiadomienie pod numerem 999 lub 112.
8. W przypadku stwierdzenia u osoby znajdującej się na trasie biegu wyraźnych oznak choroby, takich jak podwyższona temperatura, kaszel, złe samopoczucie, trudności w oddychaniu, osoba taka zostanie odizolowana od innych osób. Organizator wyznaczył pracownika, którego zadaniem będzie odizolowanie chorej osoby oraz kontakt telefoniczny z lekarzem. W razie pogarszania się stanu zdrowia pracownik zadzwoni pod numer 999 lub 112 i poinformuje o możliwości zakażenia koronawirusem.
9. Uczestnicy biegu zobowiązani są przestrzegać poleceń i procedur wprowadzonych przez Organizatora.

XI POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Impreza IV Bieg Zmarzłaka odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Organizator zapewnia obsługę medyczną na czas trwania imprezy.
3. **Organizator zapewnia gorący posiłek, istnieje możliwość upieczenia kiełbasek na ognisku (Organizator nie zapewnia kiełbasek).**
4. **Podczas IV Biegu Zmarzłaka dla wszystkich chętnych „MORSO” kąpiel w basenie z zimną wodą - morsowanie, regulamin dostępny na stronie www.centrum.izabelin.pl.**
5. 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.
6. Impreza ma charakter rekreacyjno - sportowy.
7. Uczestnicy nie mogą mieć przeciwwskazań lekarskich do wzięcia udziału w imprezie IV Biegu Zmarzłaka.
8. Każdy zawodnik jest zobowiązany do zapoznania się i przestrzegania niniejszego regulaminu, regulaminu morsowania oraz regulaminu Kampinoskiego Parku Narodowego.
9. Za rzeczy zgubione podczas imprezy Organizator nie odpowiada.
10. Organizator oraz Patroni zastrzegają sobie prawo do wykorzystywania w celach promocyjnych i informacyjnych - zdjęć i wizerunków uczestników Wydarzenia, materiałów filmowych, wywiadów przedstawiających uczestników. Uczestnicy wyrażają zgodę na użycie i publikację ich wizerunków przez Organizatora i Patronów.
11. Wszelkie informacje dotyczące biegu i organizacji będą zamieszczane na stronie www.centrum.izabelin.pl oraz na Facebooku Centrum Kultury Izabelin.
12. Organizator będzie aktualizował Regulamin zgodnie z obowiązującymi przepisami związanymi z epidemią wirusa COVID-19.
13. We wszystkich sprawach nieujętych Regulaminem decyduje Organizator Biegu, któremu przysługuje wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu.

Organizator Biegu
Centrum Kultury Izabelin