

# **REGULAMIN XIII Biegu Żąbkowskiego w dniu 29.05.2022 roku**

## **I. CEL:**

1. Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu.
2. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.
3. Promocja Żąbek jako miasta przyjaznego dla biegaczy.
4. Umożliwienie biegaczom współzawodnictwa.

## **II. ORGANIZATOR:**

1. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Żąbkach.

## **III. TERMIN, MIEJSCE, TRASA, KATEGORIE WIEKOWE i LIMIT OSÓB:**

1. Bieg odbędzie się w dniu 29.05.2022r.
2. Szczegółowe trasy Biegu zostaną opublikowane na stronie internetowej [www.mosir-zabki.pl](http://www.mosir-zabki.pl). Start i meta na Stadionie Miejskim.
3. Długość trasy, limit osób i kategorie wiekowe wynoszą:
  - 1/ bieg 10 km, kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn: OPEN, 18-39, 40-49, 50+; limit ok. 250 osób
  - 2/ bieg 5 km, kategoria OPEN kobiet i mężczyzn; limit ok. 100 osób
  - 3/ 5 km nordic walking, kategoria OPEN kobiet i mężczyzn; limit ok. 50 osób
  - 4/ bieg 2500 m, roczniki 2006-2008, kategoria dziewczęta i chłopcy; limit ok. 30 osób
  - 5/ bieg 1000 m, roczniki 2009-2011, kategoria dziewczęta i chłopcy; limit ok. 40 osób
  - 6/ bieg 600 m, roczniki 2012-2014, kategoria dziewczęta i chłopcy; limit ok. 50 osób
  - 7/ bieg 300 m, roczniki 2015-2018, kategoria dziewczęta i chłopcy; limit ok. 80 osób– zawodnik może uczestniczyć tylko w jednym Biegu, zgodnie ze zgłoszeniem w Formularzu Zapisu.
4. Uczestnicy ustawiają się na starcie w wyznaczonej przez Organizatora strefie.
5. Pomiar czasu będzie dokonywany systemem elektronicznym na podstawie chipów. Ustalenie kolejności Uczestników na mecie odbywać się będzie na podstawie osiągniętych czasów netto.
6. Trasy biegów odbywać się będą po nawierzchni asfaltowej (ew. kostka brukowa) oraz drogami gruntowymi.

## **IV. PROGRAM IMPREZY:**

- godz. 8.00 – 9.00: wydawanie numerów startowych oraz rejestracja zawodników (MOSiR Żąbki - recepcja)
  - ☞ do 60 minut przed rozpoczęciem każdego biegu
- godz. 10.00 – Start biegu 10 km (OPEN, 18-39, 40-49, 50+)
- godz. 10.05 – Start 5 km nordic walking (OPEN)
- godz. 11.30 – Start biegu 5 km (OPEN)
- godz. 12.30 – Start biegu 2500 m (rocz. 2006-2008)
- godz. 13.15 – Start biegu 1000 m (rocz. 2009-2011)
- godz. 14.00 – Start biegu 600 m (rocz. 2012-2014)
- godz. 14.30 – Start biegu 300 m (rocz. 2015-2018)
  - ☞ dekoracja zwycięzców – ok. 10 min. bezpośrednio po zakończeniu każdego z biegów

## **V. LIMIT CZASU BIEGÓW 10 km i 5 km:**

1. Limit czasu:
  - na pokonanie trasy Biegu 10 km wynosi 90 min.
  - na pokonanie trasy Biegu 5 km wynosi 50 min.
  - na pokonanie trasy 5 km nordic walking wynosi 90 min.
2. Uczestnicy Biegu, którzy nie zameldują się na mecie po upływie limitu czasu od strzału startera, są zobowiązani do przerwania biegu i zejścia z trasy.

## **VI. PUNKT KONTROLNY:**

Punktem kontrolnym pomiaru czasu będzie linia startu/mety.

## **VII. WARUNKI UCZESTNICTWA:**

1. Warunkiem uczestnictwa w Biegu jest ukończenie do dnia zawodów 18 lat. Osoby niepełnoletnie bezwzględnie muszą posiadać pisemną zgodę rodziców bądź prawnych opiekunów. Rodzice bądź prawni opiekunowie rejestrujący osobę niepełnoletnią biorą na siebie wszelką odpowiedzialność za start nieletniego i zwalniają z odpowiedzialności Organizatora.
2. Wszyscy uczestnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Podczas weryfikacji Uczestnicy muszą posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku.

3. Warunkiem udziału w Biegach jest własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do uczestnictwa w Biegach na własną odpowiedzialność lub przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego stwierdzającego brak przeciwwskazań do udziału w Biegach. Podpisując deklarację uczestnictwa Uczestnik jednocześnie zaświadcza, że stan jego zdrowia umożliwia mu udział w Biegu.
4. Uczestnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność i w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą dochodzić roszczeń od organizatorów.
5. Uczestnicy Biegów zobowiązani są zachowywać szczególną ostrożność i poruszać się zgodnie z przepisami ustawy Prawo o ruchu drogowym.
6. Podczas zawodów wszyscy uczestnicy muszą mieć numery startowe przypięte do koszulek sportowych na piersiach. Zastąpienie numeru startowego w części lub w całości lub jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji.
7. Uczestnicy biegów zobowiązani są bezwzględnemu podporządkowaniu się służbom, łącznie z decyzją o przerwaniu biegu i zejściu z trasy.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany niniejszego Regulaminu.

#### **VIII. ZGŁOSZENIE I REJESTRACJA DO BIEGU:**

1. Zgłoszenia do Biegu przyjmowane są wyłącznie drogą elektroniczną poprzez Formularz Zapisów dostępny na stronie [www.zapisyonline.pl](http://www.zapisyonline.pl), zawierający dane osobowe oraz kontaktowe. Zgłoszenia do Biegu przyjmowane są indywidualnie. Organizator nie przewiduje innych klasyfikacji w biegu. Zgłoszenia do Biegu przyjmowane są:
  - drogą elektroniczną na stronie [www.zapisyonline.pl](http://www.zapisyonline.pl) do godziny 12.00 dnia 26.05.2022r. (czwartek), chyba, że limit miejsc w danej kategorii zostanie wcześniej wyczerpany.
  - w Biurze Zawodów w dniu biegu 29.05.2022r. w godzinach 8.00 – 9.00, ale nie później niż na 60 minut przed rozpoczęciem biegu w danej kategorii wiekowej, pod warunkiem dostępności miejsc.
2. Po wypełnieniu Formularza Zapisów na podany adres e-mail zostanie wysłane potwierdzenie. Aby ukończyć rejestrację w Biegu 10 km i 5 km, należy dokonać Opłaty Rejestracyjnej (zob. rozdział X ust. 1-2 Regulaminu).
3. Zawodnicy zapisują się na wybrany Bieg zgodnie z wybraną kategorią wiekową. Kategoria nie może być niższa, niż wynika to z daty urodzenia.

#### **IX. OPŁATA REJESTRACYJNA I ODBIÓR NUMERU STARTOWEGO:**

1. Uczestnictwo w Biegu 10 km i Biegu 5 km związane jest z obowiązkiem uiszczenia Opłaty Rejestracyjnej. Osoby startujące w pozostałych kategoriach zwolnione są z Opłaty Rejestracyjnej.
2. Po dokonaniu Opłaty Rejestracyjnej jej zwrot nie jest możliwy, za wyjątkiem sytuacji przewidzianych niniejszym Regulaminem oraz przepisami prawa powszechnie obowiązującego.
3. Przy odbiorze Numeru Startowego, należy podpisać oświadczenie odbioru. Wydruk ten będzie zawierał dane potrzebne do weryfikacji Uczestnika podczas odbioru Numeru Startowego wraz z dodatkowymi informacjami organizacyjnymi oraz miejscem na odręczny podpis, potwierdzający akceptację niniejszego Regulaminu, w tym także zgodę na przetwarzanie danych osobowych, wykorzystanie wizerunku Uczestnika oraz oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych/lekarskich do udziału w Biegu. Osoby niepełnoletnie muszą dodatkowo posiadać wypełnione i podpisane przez rodzica lub prawnego opiekuna Oświadczenie Rodzica lub Opiekuna prawnego o zdolności dziecka do udziału w zajęciach rekreacyjno-sportowych.
4. Odbiór numerów startowych:
  - w dniu 28.05.2022r. w MOSiR Ząbki (w godz. 10.00 – 20.00)
  - w dniu 29.05.2022r. w Biurze Zawodów

#### **X. OPŁATA REJESTRACYJNA (wyłącznie dla Biegów 10 km i 5 km):**

1. Wysokość Opłaty Rejestracyjnej wynosi:
  - 1/ 30 zł (słownie: trzydzieści złotych) dla posiadaczy Karty Mieszkańca Ząbek;
  - 2/ 40 zł (słownie: czterdzieści złotych) dla pozostałych osób;Wnoszona jest na rachunek bankowy Organizatora bądź gotówką w kasie w ciągu 5 dni od momentu dokonania zgłoszenia do Biegu. W przeciwnym przypadku jego zgłoszenie zostanie anulowane przez Organizatora.
2. Dane do przelewu:  
Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Słowackiego 21, 05-091 Ząbki  
**nr rachunku: Bank Handlowy S.A. nr 60 1030 1016 0000 0000 9291 3007.**  
- w tytule: *XIII Bieg Ząbkowski, imię i nazwisko osoby biorącej udział w biegu.*
3. Ostateczny termin wniesienia Opłaty Rejestracyjnej upływa 26.05.2022r. (decyduje data zaksięgowania na rachunku bankowym Organizatora).
4. Wysokość Opłaty Rejestracyjnej dla osób, które będą zapisywać się w dniu Biegu (29.05.2022r.) wynosi 60 zł (słownie: sześćdziesiąt złotych) i wnoszona jest wyłącznie gotówką.
5. W przypadku Opłaty Rejestracyjnej wniesionej na rachunek bankowy Organizatora konieczne będzie przedstawienie w Biurze Zawodów dokumentu potwierdzającego podstawę do wpłaty zniżkowej, tj. Karta Mieszkańca Ząbek.

## **XI. KLASYFIKACJA I NAGRODY:**

1. W Biegu będzie prowadzona klasyfikacja indywidualna.
2. Dla wszystkich uczestników Biegu przewidziany jest poczęstunek i napoje.
3. Uczestnicy, którzy ukończą Bieg, otrzymają pamiątkowy medal.
4. Uczestnicy Biegu na 10 km i 5 km otrzymują pamiątkowe koszulki.
5. Nagrody w Biegu na 10 km w klasyfikacji OPEN kobiet i mężczyzn:
  - za zajęcie I miejsca - nagroda pieniężna w wysokości 500 zł.
  - za zajęcie II miejsca – nagroda pieniężna w wysokości 350 zł.
  - za zajęcie III miejsca – nagroda pieniężna w wysokości 200 zł.Nagrody pieniężne wypłacone będą do 7 dni od daty biegu na wskazany przez zawodnika, który zajmie premiowane nagrodą pieniężną miejsce, rachunek bankowy.
6. Uczestnicy pozostałych Biegów, którzy zajmą miejsca I – III w swoich kategoriach otrzymają puchary i nagrody rzeczowe.
7. Organizator wprowadza zasadę „jednorazowego nagradzania” (np. jeżeli zawodnik zgłoszony do kategorii 40-49 zajmie I lub II lub III miejsce w kategorii OPEN biegu na 10 km będzie nagrodzony wg kategorii OPEN, bez możliwości otrzymania drugiej nagrody jako najlepszy w kategorii 40-49).

## **XII. POLITYKA PRYWATNOŚCI:**

1. Dane osobowe Uczestników będą przetwarzane wyłącznie w celu organizacji i przeprowadzenia XIII Biegu Ząbkowskiego.
2. Administratorem Pani/Pana danych osobowych przetwarzanych w MOSiR jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji z siedzibą przy ul. Słowackiego 21, 05-091 Ząbki. Szczegóły dotyczące przetwarzania danych osobowych znajdują się na stronie [www.mosir-zabki.pl](http://www.mosir-zabki.pl) w zakładce RODO.
3. Po otrzymaniu zgody Uczestnika na przetwarzanie danych osobowych w zakresie niezbędnym dla potrzeb realizacji Biegu, Organizator będzie uprawniony do wysyłania Uczestnikom w dowolnym czasie wiadomości w zakresie prowadzenia i realizacji Biegu.
4. Organizator zapewnia, że dane związane z procesem płatności nie są zapisywane przez Organizatora.
5. Organizator zastrzega sobie możliwość wykonywania zdjęć w trakcie Biegu oraz po jego zakończeniu i ich publikację wyłącznie w pozytywnym kontekście.
6. Uczestnictwo w Biegu oznacza – w przypadku zajęcia miejsca od I do III - zgodę na publikację wizerunku oraz podanie do publicznej wiadomości imienia, nazwiska Uczestnika, zajętego miejsca oraz uzyskanego wyniku czasowego.

## **XIII. INNE POSTANOWIENIA:**

1. Organizator nie zapewnia ubezpieczenia OC. Każdy uczestnik Biegu bierze udział w zawodach na własną odpowiedzialność.
2. Każdy uczestnik Biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z przodu, na wysokości klatki piersiowej.
3. Kontrola antydopingowa. Organizator zastrzega prawo przeprowadzenia kontroli antydopingowej wśród Uczestników Biegu.
4. Protesty dotyczące Biegu można składać jedynie w formie pisemnej w dniu Biegu. Protesty będą rozpatrywane w terminie 48 godzin od daty ich otrzymania.
5. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu należy do Organizatora.
6. Organizatorowi przysługuje prawo do:
  - zmiany daty i godzin Biegu;
  - zmiany trasy Biegu;
  - wprowadzenia innego niż zakładany w p. III limitu uczestników;
  - podjęcia innych niezbędnych działań mających na celu zapewnienie możliwości przeprowadzenia Biegu w świetle obowiązujących przepisów oraz zapewnienie bezpieczeństwa jego uczestnikom i obsłudze;
7. Impreza może zostać odwołana w razie wystąpienia okoliczności niemożliwych do przewidzenia w dniu publikacji niniejszego Regulaminu lub z powodu siły wyższej (np. niekorzystnych warunków atmosferycznych, decyzji służb porządkowych bądź ratowniczych). W przypadku odwołania Imprezy z winy wyłącznej Organizatora, Organizator zobowiązany jest wyłącznie do zwrotu na rzecz Uczestnika opłaty rejestracyjnej, o której mowa w rozdziale IX ust. 1 Regulaminu (dalej jako: „Opłata Rejestracyjna”).

DYREKTOR M.O.S.iR.

/ Jacek Romańczuk /