

Regulamin Zimowej Aktywacji 2022

§ 1 Nazwa imprezy

Zimowa Aktywacja

§ 2 Organizator i Wykonawca

Stołeczne Centrum Sportu AKTYWNA WARSZAWA

ul. Rozbrat 26, 00-429 Warszawa

§ 3 Termin i miejsce rozgrywania Imprezy

Impreza odbywać się będzie 27, 28 i 29 grudnia 2022 r. biegamy na terenie Ośrodka Wawelska (dawna Skra) w Warszawie przy ul. Wawelska 5 - wejście na teren tylko przez bramę przy ul. Ondraszka (52°12'51.6"N 20°59'44.9"E)

§ 4 Warunki uczestnictwa

1. Impreza ma charakter otwarty.
2. W imprezie może uczestniczyć osoba która w dniu startu ma ukończone 15 lat.
3. Zgłoszeń – zapisów do Imprezy można dokonywać poprzez link umieszczony na stronie zimowaaktywacja.pl oraz osobiście w dniu Imprezy, w biurze zawodów w Ośrodku Wawelska AKTYWNA WARSZAWA w Warszawie przy ulicy Wawelska 5.
 - a) w godz. 16.30 – 19.30 w przypadku zgłoszeń w dniu 27 grudnia (wtorek) w przypadku zapisów na Testu Coopera.
 - b) w godz. 17.00 - 18.15 w przypadku zgłoszeń w dniu 28 grudnia (środa) w przypadku zapisów na Bieg przełajowy 5 km.
 - c) w godz. 17.00 - 18.15 w przypadku zgłoszeń w dniu 29 grudnia (czwartek) w przypadku zapisów na bieg z przeszkodami 2km.
4. Organizator zastrzega sobie prawo zamknięcia listy startowej / zgłoszeń w momencie przekroczenia limitu ilości zgłoszonych Uczestników. Pierwszeństwo udziału w zawodach mają osoby, które zapisały się w pierwszej kolejności drogą elektroniczną, a następnie osoby, które zapisały się osobiście w dniu Imprezy w biurze zawodów.
5. Organizator wprowadza limit 250 uczestników na każdy dzień zawodów. (250 uczestników testu Coopera , 250 uczestników Biegu przełajowego 5 km i 250 uczestników biegu z przeszkodami 2 km) Po osiągnięciu limitu, dalsze zgłoszenia nie będą przyjmowane.
6. Warunkiem wzięcia udziału w Imprezie jest osobiste złożenie deklaracji uczestnictwa w biurze zawodów
7. Uczestnik zobowiązany jest do złożenia oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w Imprezie.
8. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do przedstawienia zgody rodziców lub opiekuna prawnego na udział w Imprezie.
9. Podpisując deklarację uczestnictwa lub dokonując zgłoszenia poprzez stronę internetową uczestnik a w przypadku osób niepełnoletnich Rodzic lub Opiekun Prawny zaświadcza, że stan. jego zdrowia / stan zdrowia Uczestnika umożliwia mu udział w konkurencjach przewidzianych w ramach Imprezy.
10. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej z tytułu prowadzonej działalności. Nie zapewnia Uczestnikowi 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 Uczestnika w imprezie, oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.
11. Każdy uczestnik startuje na własnym, sprawnym technicznie sprzęcie.

12. Podczas biegu przełajowego i biegu z przeszkodami obowiązek biegu z własną włączoną czołówką (lampka).

§ 5 Konkurencje i dystans

Test Coopera - 12-minutowy nieprzerwany bieg

Bieg Przełajowy - 5 km (dwie pętle)

Bieg z Przeszkodami - 2km

1. W biegach Przełajowym i z Przeszkodami Obowiązuje limit czasowy na okrążenie 20 minut dla biegu przełajowego - 2 okrążenia oraz w biegu z przeszkodami 28 min na ukończenie – 1 pętla. Po upływie tego czasu zawodnicy będą usuwani z trasy przez sędziów.

2. W przypadku trudnych warunków atmosferycznych Organizator zastrzega sobie możliwość zmiany podanych dystansów lub trasy lub zmianę biegu z przeszkodami na bieg crossowy.

§ 6 Kategorie i Dekoracje

Brak podziału na kategorie wiekowe.

Dekorujemy kategorie Open (3 Kobiety i 3 Mężczyzn)

Oraz kategorie Open całego cyklu (3 Kobiety i 3 Mężczyzn) która będzie wyliczana z wzoru :

$3 * (\text{średnie tempo uzyskane na Teście Coopera w dniu 27/12}) + \text{Czas uzyskany w biegu Przełajowym w dniu 28/12} + \text{Czas uzyskany w biegu w dniu 28/12}$

Przykład Uczestnik przebiegła 3 km podczas testu Coopera , 5 km przebiegła w 19 min i 12 sec. , a w biegu z przeszkodami uzyskał czas 10 min i 28 sec. Jej wynik w kategori całego cyklu to 41 min i 40 sec = $(3*4:00)+19:12+10:28$

§ 7 Program imprezy

planowany harmonogram

27/12 Test Coopera (na bieżni)

16:30-20 biuro zawodów/depozyty

17-20 serii co 20 min (19:40 - start ostatniej tury)

20:00 dekoracja

28/12 Bieg przełajowy 5 km

17-19:30 biuro zawodów/depozyty

18:30 Start biegu na 5 km (dwie pętle)

19:15 ostatni zawodnik / Rozpoczęcie dekoracji

29/12 Bieg przeszkodowy 2 km

16:30-19:30 biuro zawodów/depozyt

bieg przełajowy z przeszkodami 2 km

Seria 1 17:30

Seria 2 18:00

Seria 3 18:30

19:00 ostatni zawodnik / Rozpoczęcie dekoracji

§ 8 Świadczenia i nagrody

1. Organizator zapewnia Uczestnikom:

a) zabezpieczenie medyczne,

b) nr startowy,

- c) wodę
 - d) po zakończeniu ciepły posiłek i herbatę,
 - e) pamiątkowe medale dla wszystkich uczestników którzy ukończą rywalizację.
2. Zwycięzcy Open otrzymają puchary/statuetki.

§ 9 Ochrona danych osobowych

1. Dane osobowe Uczestników Imprezy będą przetwarzane w celach przeprowadzenia imprezy, wyłonienia zwycięzcy i przyznania, wydania, odbioru i rozliczenia nagród.
2. Dane osobowe Uczestników Imprezy będą wykorzystywane i przetwarzane zgodnie z warunkami określonymi w ustawie z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U. z 2018 r. poz. 1000) oraz na podstawie przepisów prawa powszechnie obowiązującego i prawa miejscowego, zgodnie z art.6 ust.1 lit.c i e oraz art. 9 ust.2 lit.g 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 oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych, zwane RODO) [Dz. Urz. UE z dnia 5 maja 2016 r. L 119/1] w szczególności wydrukowania list startowych i ich umieszczenia na stronie internetowej ; rozwieszenia list startowych w biurze zawodów; przygotowania, wydrukowania list z wynikami Imprezy i wywieszenia list w biurze zawodów; umieszczenia list z wynikami Imprezy na stronach internetowych, w serwisie społecznościowym Facebook.
3. Odbiorcami danych osobowych mogą być: pracownicy i współpracownicy Organizatora; podmioty zewnętrzne i ich pracownicy lub współpracownicy, przygotowujący i drukujący listy z wynikami Imprezy; osoby znajdujące się na terenie imprezy; użytkownicy strony internetowej, serwisu społecznościowego Facebook.
4. Administratorem danych osobowych Imprezy jest Stołeczne Centrum Sportu AKTYWNA WARSZAWA ul. Rozbrat 26 00-429 Warszawa, reprezentowane przez Dyrektora.
5. Przetwarzanie danych, o których mowa w ustępie 1 i 2 niniejszego paragrafu, w związku z udziałem w Imprezie obejmuje także publikację imienia i nazwiska Uczestnika wraz z rokiem urodzenia i z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje - w każdy sposób, w jaki publikowany lub rozpowszechniany będzie projekt.
6. Uczestnik / Rodzic lub Opiekun Prawny ma prawo wglądu do swoich danych osobowych/danych osobowych niepełnoletniego Uczestnika oraz ich poprawiania oraz prawo ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo wniesienia sprzeciwu, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem.
7. Dane osobowe przechowywane będą w czasie określonym przepisami prawa.
8. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w Imprezie.
9. Dane osobowe Uczestnika nie podlegają zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji, w tym profilowaniu.
10. Zdjęcia, nagrania filmowe, oraz wywiady z Uczestnikami, a także wyniki z danymi osobowymi mogą być wykorzystane bezpłatnie i bezterminowo przez prasę, radio, telewizję i w innych mediach zgodnie z ustawą z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. z 2017 r. poz. 880 z poz. zm.) w celu organizacji i promocji imprezy, na co Uczestnik oraz Rodzic lub Opiekun Prawny, wyraża zgodę wypełniając "Deklarację uczestnictwa".

§ 10 BEZPIECZEŃSTWO

Organizator dokłada wszelkich starań w celu zapewnienia Uczestnikom bezpieczeństwa w trakcie biegu. W szczególności Organizator zapewnia dostęp do podstawowej pomocy medycznej w razie urazów powstałych w trakcie lub w związku z biegiem. Wszystkie dostępne miejsca dla uczestników imprezy (zarówno startujących jak i kibiców) będą wydzielone. Poruszanie się poza tymi obszarami jest zabronione. Po starcie uczestnicy zawodów poruszają się będą oznaczoną trasą. Trasa zostanie oznaczona, zaś w newralgicznych miejscach trasę zabezpieczą przedstawiciele służb porządkowych. Wszyscy uczestnicy imprezy zobowiązani są do bezwzględnego zastosowania się do wskazań i poleceń służb porządkowych organizatora, ochrony oraz osób odpowiedzialnych za imprezę. Ze względu na charakter biegu, uczestnik powinien liczyć się z powstaniem otarć, zadrapań, a także drobnych ran powierzchniowych podobnego typu. Warunki atmosferyczne mogą sprzyjać urazom kończyn, przemoczeniu, a także hipotermii. Odpowiedzialność za powstałe urazy i konsekwencje wychłodzenia organizmu ponosi wyłącznie Uczestnik. Uczestnik bierze udział w biegu na własną odpowiedzialność. Niezależnie od powyższego Organizator zastrzega sobie prawo do ściągnięcia z trasy zawodników, którzy w jego ocenie wymagają interwencji medycznej, natychmiastowego ogrzania organizmu lub opieki w innym zakresie. Organizator zastrzega sobie prawo do odmówienia prawa startu Uczestnikowi, który znajduje się w stanie po spożyciu alkoholu lub substancji odurzających, agresywnemu, w stroju zagrażającym bezpieczeństwu (m.in. buty z kolcami podczas biegu z przeszkodami), a także podejmującemu jakiegokolwiek działania, które mogą zagrażać zdrowiu lub życiu pozostałych Uczestników oraz przedstawicieli Organizatora, sponsorów i partnerów wydarzenia.

§ 11 ODPOWIEDZIALNOŚĆ

Organizator, wszystkie osoby z nim współpracujące, a także osoby związane z przeprowadzeniem i organizacją biegu nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpią przed, w trakcie lub po biegu. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność. Uczestnicy ponoszą odpowiedzialność cywilną i prawną za wszystkie szkody. Przez akceptację niniejszego regulaminu uczestnicy zrzekają się prawa dochodzenia prawnego lub zwrotnego od organizatora lub jego zleceniobiorców w razie wypadku lub szkody związanej z biegiem. Przyjmują do wiadomości, że w razie wypadku nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora. Przyjmują do wiadomości, że należy przestrzegać zarządzeń służb porządkowych oraz warunków regulaminu. Zgadzają się z warunkami uczestnictwa oraz polityki prywatności i zgłaszają swoje uczestnictwo w ww. zawodach. W przypadku startu młodzieży poniżej 18 lat wymagana jest zgoda rodzica lub opiekuna prawnego, poprzez złożenie podpisu. Zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady z uczestnikiem, a także wyniki z danymi osobowymi mogą być wykorzystane przez prasę, radio i telewizję. Swoim podpisem zapewnia, że zapoznał się z wszystkimi warunkami regulaminu zawodów i wypełnił formularz zgłoszeniowy zgodnie z prawdą oraz kompletnie. Wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz publikowanie list startowych i wyników w tym szczególnie do publikacji list startowych, wyników i komunikatów.

Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność

§ 12 Postanowienia końcowe

1. Każdy Uczestnik otrzyma przed zawodami numer startowy wraz z chipem. Numer startowy posiada przyklejone od wewnątrz elektroniczne chipy pomiaru czasu, jest gotowy

do użycia i należy przymocować go z przodu na odzieży wierzchniej za pomocą agrafek. Wszelkie modyfikacje, zginanie, odrywanie chipów i pianek zabezpieczających są zabronione i mogą spowodować dyskwalifikację.

2. Impreza odbędzie się bez względu na warunki pogodowe.

3. Sprawy sporne będzie rozstrzygać Organizator w porozumieniu z sędzią głównym.

4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione lub zniszczone w trakcie Imprezy.

5. Organizator zastrzega sobie prawo interpretacji niniejszego Regulaminu oraz wprowadzenia ewentualnych zmian, które zostaną podane do wiadomości w dniu Imprezy.