

## REGULAMIN BIEGU

### **I. ORGANIZATOR**

#### **1. Organizatorzy**

**Adam Czajkowski Business Training**  
**Centrum Kultury Izabelin**

#### **2. Kontakt**

W sprawach związanych ze startem w zawodach można pisać na adres:  
trail@tusiebiega.pl

#### **3. Strona internetowa**

Oficjalną stroną internetową zawodów jest strona: [www.tusiebiega.pl](http://www.tusiebiega.pl)

### **II. CEL IMPREZY/ZAWODÓW**

1. Popularyzacja biegania i zdrowego trybu życia.
2. Łączenie sportowej rywalizacji z edukacją osób dorosłych i turystyką.
3. Krzewienie świadomości ekologicznej.
4. Rozwój umiejętności pracy ze stresem i umiejętności interpersonalnych.
5. Promocja gminy Izabelin w Polsce i na świecie.

### **III. TERMIN, MIEJSCE**

1. Data Imprezy: 25 listopada 2023
2. Miejsce: Polana Rekreacyjna Truskaw, gmina Izabelin, powiat warszawski zachodni, województwo mazowieckie
3. Biuro Zawodów: Polana Rekreacyjna Truskaw
4. Parking: Polana Rekreacyjna Truskaw

### **IV. TRASY I DYSTANSE**

**Podczas Ultra Quest Kampinos 25 listopada 2023 do wyboru będą trzy trasy: 10, 21 i 42 km.**

#### **(1) TRASA 10 km**

- a. **Trasa:** pętla – mapa dostępna na stronie biegu
- b. **Start i Meta:** godzina 12.00, Polana Rekreacyjna Truskaw
- c. Odbiór pakietów od 11.15 w Biurze Zawodów
- d. **Limit:** 3h
- e. **Punkty odżywcze:** na trasie 10 km nie ma punktów odżywczych
- f. **Klasyfikacja:** prowadzimy klasyfikację ogólną, nagrodzone zostaną pierwsze trzy kobiety i pierwsi trzej mężczyźni na mecie

#### **(2) TRASA 21 km**

- a. **Trasa:** pętla – mapa dostępna na stronie biegu
- b. **Start i Meta:** godzina 11.00, Polana Rekreacyjna Truskaw
- c. Odbiór pakietów od 10.15 w Biurze Zawodów
- d. **Limit:** 4h
- e. **Punkty odżywcze:** na trasie 21 km nie ma punktów odżywczych

f. **Klasyfikacja:** prowadzimy klasyfikację ogólną, nagrodzone zostaną pierwsze trzy kobiety i pierwsi trzej mężczyźni na mecie

**(3) TRASA 42 km**

a. **Trasa:** pętla – mapa dostępna na stronie biegu

b. **Start i Meta:** godzina 9.00, Polana Rekreacyjna Truskaw

c. Odbiór pakietów od 8.30 w Biurze Zawodów

d. **Limit:** 6h

e. **Punkty odżywcze:** jeden punkt odżywczy na 18 km trasy, lokalizacja obok Muzeum Palmiry

f. **Klasyfikacja:** prowadzimy klasyfikację ogólną, nagrodzone zostaną pierwsze trzy kobiety i pierwsi trzej mężczyźni na mecie

Punkt medyczny będzie znajdować się w Strefie Startu na Polanie Rekreacyjnej Truskaw.

Organizator zastrzega sobie możliwość aktualizacji powyższych tras.  
Podczas biegu nie wolno schodzić z wyznaczonej trasy.

Trasa będzie znakowana.

10 km – kolor **ZIELONY**

21 km – kolor **POMARAŃCZOWY**

42 km – kolor **CZERWONY**

## V. OPŁATY STARTOWE

1. Podział na dystanse:

35 zł – **TRASA 10 km**

55 zł – **TRASA 21 km**

75 zł – **TRASA 42 km**

2. W przypadku rezygnacji uczestnika Organizatorzy nie zwracają opłaty startowej.

3. Organizator dopuszcza przekazanie przez zawodnika uiszczonej przez niego opłaty startowej i miejsca na liście startowej innemu zawodnikowi. Warunkiem jest przesłanie maila do dnia 20 listopada 2023 r. Zabronione jest odsprzedawanie miejsc startowych w celach handlowych.

4. Zawodnik, który dokonał zgłoszenia i opłaty może zmienić dystans biegu, w którym weźmie udział – poprzez informację mailową przesłaną do Organizatora, jednak nie później niż do 20 listopada 2023 r. Organizator nie zwraca różnicy wpisowego, gdy taka występuje przy przenosinach na bieg o krótszej trasie. Przenosząc się na udział w biegu o trasie dłuższej uczestnik jest zobowiązany do uregulowania różnicy w wysokości opłaty startowej. Przepisanie się pomiędzy biegami będzie możliwe tylko w przypadku wolnych miejsc na danym biegu.

5. W przypadku, w którym zgłoszony zawodnik nie weźmie udziału w biegu (nie odbierze pakietu startowego) lub nie ukończy zawodów, opłata startowa nie podlega zwrotowi.
6. Opłata nie podlega zwrotowi, jeżeli uczestnik nie zarejestrował się w systemie lub dokonał wpłaty pomimo widocznej informacji o braku wolnych miejsc.
7. Po zarejestrowaniu zgłoszenia i zaksięgowaniu opłaty startowej dane zawodnika zostaną opublikowane na liście zgłoszeń na stronie biegu. Po zaksięgowaniu wpłaty zawodnik będzie oznaczony na liście osób potwierdzonych wpisem Opłata –tak.
8. Organizator nie przenosi wpisowego na inne zawody oraz nie wysyła pakietów startowych.
9. Opłatę startową należy dokonać po wypełnieniu formularza rejestracyjnego i wpłacać poprzez system online.
10. Zmiana terminu/odwołanie biegu:
  - w przypadku konieczności zmiany terminu biegu niezależnej od Organizatora opłata startowa automatycznie zostanie przeksięgowana na nowy termin wskazany przez Organizatora;
  - w przypadku braku możliwości zorganizowania biegu w nowym terminie opłata startowa zostanie zwrócona w kwocie pomniejszonej o koszty administracyjne (ich wysokość będzie zależna od czasu w jakim zawody zostaną odwołane);
  - skrócenie, zmiana przebiegu trasy oraz odwołanie rywalizacji na którejś z tras lub całkowite odwołanie zawodów w czasie ich trwania nie stanowi podstawy do zwrotu opłaty startowej;
  - w przypadku odwołania zawodów z winy Organizatora przed ich rozpoczęciem zawodnikom przysługuje zwrot opłaty startowej.

## **VI. WARUNKI UCZESTNICTWA**

1. Uczestnik zobowiązany jest do prawidłowego wypełnienia formularza zgłoszeniowego na bieg na stronie zawodów i opłacenia opłaty startowej.
2. Uczestnik musi zaakceptować Regulamin oraz zaznaczyć wymagane zgody.
3. Limit startujących ustanawia się w liczbie: 200
4. W biegach mogą startować osoby, które do dnia 20 listopada 2023 r. ukończyły 18. rok życia.
5. Uczestnicy powyżej 18 roku życia zobowiązani są do złożenia oświadczenia, że biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za zdrowie i życie uczestników w związku z ich udziałem w biegu. Ewentualne ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków leży po stronie uczestnika.
6. Każdy Uczestnik, dokonując wyboru trasy, powinien realnie ocenić swoje doświadczenie, stan zdrowia, możliwości fizyczne oraz kondycję.
7. Zawodnicy, którzy zdecydują się na start na trasach zawodów, muszą mieć świadomość czekającego ich wysiłku i zmęczenia podczas biegu oraz poziomu trudności tego biegu, długości dystansu i zmiennej pogody.

8. Zawodnicy pokonujący dystans biegu w sposób niedozwolony i niezgodny z zasadami niniejszego Regulaminu zostaną zdyskwalifikowani.
9. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem środków odurzających. Osoby naruszające powyższy zakaz, będą zdyskwalifikowane i usunięte z trasy biegu.
10. Organizator nie dopuszcza do udziału zawodników z psami.
11. Zawodnik zobowiązany jest do posiadania przy sobie w dniu biegu dowodu osobistego lub paszportu oraz do okazania go przy rejestracji w Biurze Zawodów.
12. Trasa będzie oznakowana za pomocą taśm o kolorze zielonym (trasa 10km), pomarańczowym (trasa 21km) i czerwonym (trasa 42km). Na trasie będą również rozmieszczeni wolontariusze.

## VII. KLASYFIKACJE

### OPEN

**Na wszystkich trzech dystansach prowadzona będzie klasyfikacja ogólna.**

Nagrodzimy pierwsze trzy miejsca w kategorii K i M na każdym z trzech dystansów.

Nie będziemy prowadzić klasyfikacji wiekowej.

## VIII. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE

Wyposażenie obowiązkowe dotyczy każdego zawodnika na danej trasie.

### TRASA 10 km

- Aktywny telefon czynny podczas całego przebiegu zawodów
- Wpisany numer kontaktowy do organizatora
- Numer startowy w widocznym miejscu z przodu
- Dowód osobisty lub paszport
- Wgrany track z przebiegiem trasy 10 km (do pobrania na stronie biegu)

### TRASA 21 km

- Aktywny telefon czynny podczas całego przebiegu zawodów
- Wpisany numer kontaktowy do organizatora
- Numer startowy w widocznym miejscu z przodu
- Dowód osobisty lub paszport
- Wgrany track z przebiegiem trasy 21 km (do pobrania na stronie biegu)
- Pojemnik na napoje o pojemności min. 0,5L
- Kurtka przeciwdeszczowa i chroniąca przed wiatrem

### TRASA 42 km

- Aktywny telefon czynny podczas całego przebiegu zawodów
- Wpisany numer kontaktowy do organizatora
- Numer startowy w widocznym miejscu z przodu
- Dowód osobisty lub paszport
- Wgrany track z przebiegiem trasy 42 km (do pobrania na stronie biegu)
- Pojemnik na napoje o pojemności łącznie min. 1L
- Kurtka przeciwdeszczowa i chroniąca przed wiatrem
- Latarka
- Własny kubek i sztućce

#### **IX. DEPOZYT:**

Organizator nie zapewnia depozytu. W strefie startu znajduje się obszerny parking. Rekomendujemy pozostawienie rzeczy w aucie. Na trasach biegu nie będzie organizowany przepak.

#### **X. OCHRONA ŚRODOWISKA**

1. Impreza odbywać się będzie na terenie Kampinoskiego Parku Narodowego. W związku z powyższym Organizatorzy informują, że zakazuje pozostawiania jakichkolwiek śmieci na trasie biegu, niszczenia przyrody, zrywania roślin czy celowego zakłócania spokoju zwierząt. Śmieci można zostawić jedynie na punktach żywieniowych oraz na mecie.
2. Oznakowanie trasy jest rozstawiane przez Organizatora przed zawodami i likwidowane zaraz po zawodach.

#### **XI. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH**

1. Uczestnik wyraża zgodę na zbieranie i przetwarzanie danych osobowych oraz wizerunku przez Organizatorów biegu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia Zawodów, w tym na zamieszczenie ich w przekazach telewizyjnych, radiowych, internetowych i drukowanych.
2. Uczestnik wyraża zgodę na otrzymywanie od Organizatora (na adres mailowy) informacji na temat Zawodów.
3. Uczestnicy wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z Zawodów zamieszczonych na stronie Zawodów, w mediach oraz materiałach promocyjnych Biegu organizatora i jego partnerów.
4. Warunkiem uczestnictwa w Zawodach jest również wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych uczestnika podanych w formularzu zgłoszeniowym, przez administratora danych osobowych w rozumieniu ustawy o ochronie danych osobowych z dnia 10 maja 2018 r. oraz ogólnego rozporządzenia o ochronie danych nr 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. (RODO), którym jest Centrum Kultury Izabelin z siedzibą pod adresem ul. Jana Matejki 21, Izabelin C, w celu i w zakresie niezbędnym do realizacji Zawodów, w tym do publikacji danych uczestnika na listach startowych oraz listach z wynikami oraz przesłania rezultatu uczestnika na wskazany podczas rejestracji numer telefonu.
5. Dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji Zawodów.

#### **XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Wszystkich Uczestników obowiązuje niniejszy Regulamin. Każdy Uczestnik imprezy dokonujący zgłoszenia oświadcza, że zapoznał się z Regulaminem, akceptuje go i zobowiązuje się do jego respektowania.
2. Organizatorzy nie zapewniają jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci lub szkód jakie mogą wystąpić w związku z obecnością zawodnika w imprezie, oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.

3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie biegu, wynikające z winy uczestników biegu.