

REGULAMIN 9 BIEGU SZTAFETOWEGO W ŁOMIANKACH

I. Organizator

Stowarzyszenie „WARTO BIEGAĆ”, Łomiankowska Grupa Biegowa, Obłuski Running Team z siedzibą w Gminie Łomianki.

II. Cel imprezy

1. Popularyzacja sportu i biegania jako najprostszej formy ruchu.
2. Integracja osób biegających w Łomiankach i na Mazowszu.
3. Promowanie zdrowego trybu życia.

III. Termin i miejsce

12 października 2024 r. (sobota) – Polana wejściowa do KPN (skręt Wiślanej i Kampinoskiej – Parking leśny).

IV. Ustalenia organizacyjne

1. Organizator zwraca się z prośbą o utrzymanie porządku na trasie.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez opieki. Rzeczy można będzie złożyć w depozycie przy biurze zawodów.
3. Organizator nie zapewnia pryszniców po biegu.
4. Podczas imprezy obowiązuje całkowity zakaz palenia tytoniu i spożywania alkoholu oraz środków odurzających.
5. Bieg organizowany jest na terenie Kampinoskiego Parku Narodowego co oznacza, że obowiązuje Regulamin KPN – prosimy o przestrzeganie.
6. Trasa oznaczona będzie tabliczkami kierującymi, a w newralgicznych punktach trasy biegu (skrzyżowania szlaków, zakręty, itp.) stać będą kierunkowskazy. Mapa biegu dostępna jest na stronie organizatora.
7. Ubezpieczenie uczestników we własnym zakresie.
8. Organizator nie ponosi odpowiedzialności prawnej i cywilnej w zakresie poniesionych szkód na zdrowiu i mieniu uczestników. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność co potwierdzają w „oświadczeniu uczestnika biegu”.
9. Organizator zapewnia opiekę ratownika medycznego, jadącego na końcu peletonu, podczas biegu oraz podstawową opiekę w zakresie pierwszej pomocy przy biurze zawodów.
10. Czas mierzony będzie elektronicznie za pomocą komputerowego systemu.
11. Wszelkie zapytania kierować na adres: wartobiegac@gmail.com; tel. 663 900 404.

V. Uczestnictwo

1. Warunkiem uczestnictwa w zawodach jest zapisanie się na listę startową, podpisanie oświadczeń, wniesienie opłaty startowej oraz odebranie pakietu startowego w Biurze Zawodów.
2. Prawo startu w biegu sztafetowym mają osoby które najpóźniej do dnia 12.10.2024 r. ukończą 18 lat i dokonają pełnej rejestracji do biegu. Młodsze osoby pod warunkiem pisemnej zgody prawnego opiekuna.
3. Zespół sztafetowy składa się z 2 osób, gdzie każda przebiega jedną pętlę ok. 6,5 km. (trasa wyznaczona).
4. Rywalizacja zespołowa będzie prowadzona w 3 kategoriach: kobiet, mężczyzn i mieszanej.
5. Ukończenie rywalizacji sztafetowej będzie miało miejsce, gdy pałeczka wraz z drugim zawodnikiem zespołu dotrze na metę. Pomiar czasu odbywa się poprzez chip zlokalizowany w pałeczce.

VI. **Zgłoszenia**

1. Zgłoszenia będą przyjmowane poprzez elektroniczny formularz zapisów.
2. Limit uczestników biegu narzucony przez Kampinoski Park Narodowy to 200 osób.

VII. **Opłaty**

1. Opłata startowa w biegu głównym do 30 września 2024 r. – 80 zł za sztafetę, od 1 października 2024 r. – 100 zł za sztafetę.
2. Dokonanie wpłaty jest obowiązkowe.
3. Rezygnacja z biegu nie oznacza zwrotu opłaty startowej.
4. Istnieje możliwość przeniesienia opłaty startowej na inny zespół pod warunkiem zgłoszenia tego faktu do organizatora najpóźniej do 08.10.2024 r.

VIII. **Postanowienia końcowe**

1. Organizator przewiduje medale dla wszystkich którzy ukończą bieg.
2. Za zajęcia miejsc 1-3 w kategoriach kobiet i mężczyzn oraz mieszanej przewidziane są puchary.

REGULAMIN BIEGU DZIECIĘCEGO I NASTOLATKÓW

I. Organizator

Stowarzyszenie „WARTO BIEGAĆ”, Łomiankowska Grupa Biegowa, Obłuski Running Team z siedzibą w Gminie Łomianki.

II. Cel imprezy

1. Popularyzacja sportu i biegania jako najprostszej formy ruchu
2. Integracja dzieci i osób biegających
3. Promowanie zdrowego trybu życia

III. Termin i miejsce

12 października 2024 r. (sobota) – Polana wejściowa do KPN (skręt Wiślanej i Kampinoskiej – Parking leśny)

IV. Ustalenia organizacyjne

1. Organizator zwraca się z prośbą o utrzymanie porządku na polanie.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez opieki.
3. Podczas imprezy obowiązuje całkowity zakaz palenia tytoniu i spożywania alkoholu oraz środków odurzających.
4. Bieg organizowany jest na terenie Kampinoskiego Parku Narodowego co oznacza, że obowiązuje Regulamin KPN – prosimy o przestrzeganie.
5. Trasa oznaczona będzie tabliczkami kierującymi. Wszystkie trasy będą z nawrotką, miejsce startu będzie też miejscem mety. Poruszamy się prawą stroną trasy.
6. Ubezpieczenie uczestników we własnym zakresie.
7. Organizator nie ponosi odpowiedzialności prawnej i cywilnej w zakresie poniesionych szkód na zdrowiu i mieniu uczestników. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność co potwierdzają opiekunowie w „oświadczeniu uczestnika biegu dziecięcego”.
8. Organizator zapewnia opiekę ratownika medycznego podczas imprezy oraz podstawową opiekę w zakresie pierwszej pomocy przy biurze zawodów.
9. Czas dzieci i młodzieży NIE będzie mierzony elektronicznie.
10. Wszelkie zapytania kierować na adres: wartobiegac@gmail.com; tel. 663 900 404.

V. Uczestnictwo

1. Warunkiem uczestnictwa w zawodach jest
 - a. zapisanie się na listę startową;
 - b. podpisanie oświadczenia przez opiekuna;
 - c. wniesienie opłaty startowej;
 - d. odebranie pakietu startowego w Biurze Zawodów

VI. Zgłoszenia

1. Zgłoszenia będą przyjmowane poprzez elektroniczny formularz zapisów.

VII. Opłaty

1. Opłata startowa w biegu dziecięcym wynosi do 30 września 2024 r. – 20 zł, od 1 października 2024 r. – 30 zł.

VIII. Postanowienia końcowe

1. Organizator przewiduje medale dla wszystkich, którzy ukończą bieg.
2. Za zajęcia miejsc 1-3 w kategoriach dziewczynek i chłopców przewidziane są puchary.

REGULAMIN NORDIC WALKING PRZY SZTAFETOWYM BIEGU W ŁOMIANKACH

I. Organizator

Stowarzyszenie „WARTO BIEGAĆ”, Łomiankowska Grupa Biegowa, Obłuski Running Team z siedzibą w Gminie Łomianki.

II. Cel imprezy

1. Popularyzacja sportu i chodzenia jako najprostszej formy ruchu.
2. Integracja osób Nordic Walking w Łomiankach i na Mazowszu.
3. Promowanie zdrowego trybu życia.

III. Termin i miejsce

12 października 2024 r. (sobota) – Polana wejściowa do KPN (skręt Wiślanej i Kampinoskiej – Parking leśny).

IV. Ustalenia organizacyjne

1. Organizator zwraca się z prośbą o utrzymanie porządku na trasie.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez opieki. Rzeczy można będzie złożyć w depozycie przy biurze zawodów.
3. Organizator nie zapewnia pryszniców po marszu.
4. Podczas imprezy obowiązuje całkowity zakaz palenia tytoniu i spożywania alkoholu oraz środków odurzających.
5. Marsz organizowany jest na terenie Kampinoskiego Parku Narodowego co oznacza, że obowiązuje Regulamin KPN – prosimy o przestrzeganie.
6. Trasa oznaczona będzie tabliczkami kierującymi, a w niewrażliwych punktach trasy marszu (skrzyżowania szlaków, zakręty, itp.) stać będą kierunkowskazy. Mapa marszu dostępna jest na stronie organizatora.
7. Ubezpieczenie uczestników we własnym zakresie.
8. Organizator nie ponosi odpowiedzialności prawnej i cywilnej w zakresie poniesionych szkód na zdrowiu i mieniu uczestników. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność co potwierdzają w „oświadczeniu uczestnika marszu”.
9. Organizator zapewnia opiekę ratownika medycznego, jadącego na końcu peletonu, podczas biegu oraz podstawową opiekę w zakresie pierwszej pomocy przy biurze zawodów.
10. Czas mierzony będzie elektronicznie za pomocą komputerowego systemu.
11. Wszelkie zapytania kierować na adres: wartobiegac@gmail.com; tel. 663 900 404.

V. Uczestnictwo

1. Warunkiem uczestnictwa w zawodach jest zapisanie się na listę startową, podpisanie oświadczeń, wniesienie opłaty startowej oraz odebranie pakietu startowego w Biurze Zawodów.
2. Prawo startu w marszu mają osoby które najpóźniej do dnia 12 październik 2024 r. ukończą 18 lat i dokonają pełnej rejestracji do marszu. Młodsze osoby pod warunkiem pisemnej zgody prawnego opiekuna.
3. Trasa Marszu polega na przejściu oznaczonej pętli (około 6,5 km) na terenie Kampinoskiego Parku Narodowego(trasa wyznaczona).
4. Rywalizacja będzie prowadzona w 2 kategoriach: kobiet, mężczyzn (bez podziału na wiek zawodników), przy minimalnym udziale 4 osób w klasyfikacji.
5. Ukończenie rywalizacji sztafetowej będzie miało miejsce, gdy zawodnik dotrze bezbłędnie na metę.

6. Pomiar czasu odbywa się poprzez chip zlokalizowany przy bucie. Organizator nie bierze odpowiedzialności pomiar czasu w przypadku zgubienia przez zawodnika Chip. Koszt zgubienia Chipa, będzie uzgadniany z firmą organizującą pomiar czasu.
7. Organizator zapewnia sędziów na trasie (w miejscach nieoznaczonych i przypadkowych), którzy będą kontrolowali prawidłowy marsz. Każdorazowe oderwanie obu stóp od podłoża będzie uznawane za podbiegnięcie, a zawodnik w takim przypadku zostanie zdyskwalifikowany. Wszelkie protesty w tym temacie przyjmowane od innych zawodników powinny mieć charakter pisemny pod rygorem nieważności. Koszt złożenia protestu to 50 PLN.

VI. **Zgłoszenia**

1. Zgłoszenia będą przyjmowane poprzez elektroniczny formularz zapisów.
2. Limit uczestników biegu narzucony przez Kampinoski Park Narodowy to 50 osób.

VII. **Opłaty**

1. Opłata startowa w biegu głównym do 30 września 2024 r. – 40 zł za osobę, od 1 października 2024 r. – 50 zł.
2. Dokonanie wpłaty jest obowiązkowe.
3. Rezygnacja z marszu nie oznacza zwrotu opłaty startowej.
4. Istnieje możliwość przeniesienia opłaty startowej na innego zawodnika pod warunkiem zgłoszenia tego faktu do organizatora najpóźniej do 08.10.2024 r.

VIII. **Postanowienia końcowe**

1. Organizator przewiduje medale dla wszystkich którzy ukończą marsz.
2. Za zajęcia miejsc 1-3 w kategoriach kobiet i mężczyzn przewidziane są puchary.

Oświadczenie uczestnika biegu

Oświadczam, że jestem zdrowy/-a i nie ma przeciwwskazań do mojego udziału w 9 Biegu Sztafetowym w Łomiankach oraz, że ponoszę pełną odpowiedzialność za ewentualne skutki utraty zdrowia lub życia.

Oświadczam również że zapoznałem/-am się z regulaminem biegu i zobowiązuję się do jego przestrzegania.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych oraz wizerunku i zdjęć dla potrzeb związanych z organizacją i promocją imprezy przez Stowarzyszenie: WARTO BIEGAĆ, Łomiankowską Grupę Biegową oraz Obłuski Running Team.

Przyjmuję do wiadomości, że przysługuje mi prawo wglądu do treści moich danych oraz ich poprawiania.

Zgadzam się, aby zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady z moją osobą, a także wyniki z moimi danymi mogły być wykorzystane przez prasę, radio i telewizję a także w celach marketingowych organizatora i sponsorów biegu.

.....
Data i czytelny podpis

.....
Przydzielony numer startowy

Klauzula informacyjna dla zawodników:

- 1) Administratorem Pana/Pani danych osobowych jest Stowarzyszenie WARTO BIEGAĆ z siedzibą w Dziekanowie Leśnym, tel. kont.: 663 900 404.
- 2) Odbiorcami Pana/Pani danych osobowych na podstawie zawartych, stosownych umów powierzenia przetwarzania danych są podmioty organizujące Sztafetowy Bieg w Łomiankach na podstawie obowiązujących przepisów prawa.
- 3) Pana/Pani dane osobowe przechowywane będą w czasie określonym przepisami prawa tj.:
 - do czasu istnienia podstawy do ich przetwarzania, czyli w przypadku udzielenia zgody do momentu jej cofnięcia, ograniczenia lub innych działań z Pana/Pani strony ograniczających tę zgodę, oraz
 - przez okres 5 lat w przypadku danych, które są niezbędne do wykonania i udokumentowania organizacji Sztafetowego Biegu w Łomiankach.
- 4) Posiada Pan/Pani prawo żądania od administratora dostępu do danych osobowych, prawo do ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie.
- 5) Pana/Pani dane osobowe nie będą przekazywane do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej.
- 6) Pana/Pani dane osobowe nie będą podlegały zautomatyzowanemu przetwarzaniu danych osobowych i profilowaniu.
- 7) Ma Pan/Pani również prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego – Urzędu Ochrony Danych Osobowych, w przypadku gdy zachodzi poważne popełnienie naruszenia bezpieczeństwa danych osobowych, które Pana/Pani dotyczą.
- 8) Podanie danych osobowych przez Pana/Panią jest dobrowolne, jednakże odmowa podania tych danych może skutkować brakiem możliwości uczestnictwa w Sztafetowym Biegu w Łomiankach przez Pana/Panią.

Oświadczenie uczestnika marszu

Oświadczam, że jestem zdrowy/-a i nie ma przeciwwskazań do mojego udziału w marszu Nordic Walking organizowanego przy 9 Biegu Sztafetowym w Łomiankach oraz, że ponoszę pełną odpowiedzialność za ewentualne skutki utraty zdrowia lub życia.

Oświadczam również że zapoznałem/-am się z regulaminem biegu i zobowiązuję się do jego przestrzegania.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych oraz wizerunku i zdjęć dla potrzeb związanych z organizacją i promocją imprezy przez Stowarzyszenie: WARTO BIEGAĆ, Łomiankowską Grupę Biegową oraz Obłuski Running Team.

Przyjmuję do wiadomości, że przysługuje mi prawo wglądu do treści moich danych oraz ich poprawiania.

Zgadzam się, aby zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady z moją osobą, a także wyniki z moimi danymi mogły być wykorzystane przez prasę, radio i telewizję a także w celach marketingowych organizatora i sponsorów biegu.

.....
Data i czytelny podpis

.....
Przydzielony numer startowy

Klauzula informacyjna dla zawodników:

- 1) Administratorem Pana/Pani danych osobowych jest Stowarzyszenie WARTO BIEGAĆ z siedzibą w Dziekanowie Leśnym, tel. kont.: 663 900 404.
- 2) Odbiorcami Pana/Pani danych osobowych na podstawie zawartych, stosownych umów powierzenia przetwarzania danych są podmioty organizujące Sztafetowy Bieg w Łomiankach na podstawie obowiązujących przepisów prawa.
- 3) Pana/Pani dane osobowe przechowywane będą w czasie określonym przepisami prawa tj.:
 - do czasu istnienia podstawy do ich przetwarzania, czyli w przypadku udzielenia zgody do momentu jej cofnięcia, ograniczenia lub innych działań z Pana/Pani strony ograniczających tę zgodę, oraz
 - przez okres 5 lat w przypadku danych, które są niezbędne do wykonania i udokumentowania organizacji Sztafetowego Biegu w Łomiankach.
- 4) Posiada Pan/Pani prawo żądania od administratora dostępu do danych osobowych, prawo do ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie.
- 5) Pana/Pani dane osobowe nie będą przekazywane do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej.
- 6) Pana/Pani dane osobowe nie będą podlegały zautomatyzowanemu przetwarzaniu danych osobowych i profilowaniu.
- 7) Ma Pan/Pani również prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego – Urzędu Ochrony Danych Osobowych, w przypadku gdy zachodzi poważne popełnienie naruszenia bezpieczeństwa danych osobowych, które Pana/Pani dotyczą.
- 8) Podanie danych osobowych przez Pana/Panią jest dobrowolne, jednakże odmowa podania tych danych może skutkować brakiem możliwości uczestnictwa w Sztafetowym Biegu w Łomiankach przez Pana/Panią.

HARMONOGRAM GODZINOWY

12 października 2024 r. (sobota)

- 09.00 otwarcie biura zawodów i odbieranie pakietów startowych;
- 09.30 przekazanie informacji o wolnych pakietach startowych, możliwość dokonywania zgłoszeń w dniu biegu (max. do godz. 10.30);
- 09.45 rozgrzewka dzieci i nastolatków;
- 10.00 bieg 100 m dzieci – dziewczynki i chłopcy (roczniki 2017-2016 tj. 7-8 lat);
- 10.10 bieg 400 m dzieci – dziewczynki i chłopcy (roczniki 2015-2013 tj. 9-11 lat);
- 10.20 bieg 800 m nastolatków – dziewczynki i chłopcy (roczniki 2012-2010 tj. 12-14 lat);
- 10.50 rozgrzewka przed biegiem głównym i marszem;
- 11.00 start 9 Biegu Sztafetowego w Łomiankach;
- 11.15 start marszu Nordic Walking;
- 11.45 spodziewany finał pierwszych zawodników biegu głównego i marszu;
- 12.30 dekoracja zwycięzców;
- 13.00 zamknięcie trasy biegowej;
- 13.05 ognisko integracyjne (posiłki regeneracyjne wydawane na bieżąco).

Parking Leśny Kampinoskiego Parku Narodowego ul. Kampinowska/Wiślana – Łomianki Dąbrowa

