



## REGULAMIN

### Sowi BackYard Ultra 2026

### World Silver Ticket Event

### (IV edycja)

#### I. ORGANIZATOR

1. Organizatorem biegu jest Stowarzyszenie „Wybieram Zdrowie”, KRS 0001097500
2. Współorganizatorem biegu są :
  - Gmina Pieszyce
  - Powiat Dzierżoniowski
3. Partnerami biegu są :
  - FIX Catering Dietetyczny
  - Doba.pl Portale Lokalne
  - Telewizja Sudecka
4. Dyrektor i koordynator biegu – Łukasz Bienias, 608 677 156 ( [fundacja@osiagnijcel.pl](mailto:fundacja@osiagnijcel.pl) )

#### II. CELE

1. Promocja zdrowego trybu życia.
2. Promocja Województwa Dolnośląskiego, ze szczególnym uwzględnieniem . regionu powiatu dzierżoniowskiego, gminy Pieszyce i Gór Sowich.
3. Promocja biegania długodystansowego i upowszechniania kultury fizycznej.
4. Propagowanie ekologii, turystyki i krajoznawstwa.
5. Integracja środowisk biegowych - lokalnych, krajowych jak i międzynarodowych.
6. Integracja lokalnej społeczności poprzez budowanie społeczeństwa obywatelskiego, opartego na wolontariacie i wzajemnym współdziałaniu.
7. Propagowanie idei współzawodnictwa sportowego i zasad fair-play.

### III. TERMIN, MIEJSCE I TRASA BIEGU

1. Start biegu odbędzie się w **piątek 1 maja 2026 roku o godzinie 18:00**
2. Biuro zawodów, namiot sędziowski, bufet ogólny i cała baza organizacyjna ulokowana będzie w pobliżu linii startu (Basen Miejski w Pieszcach).
  - <https://maps.app.goo.gl/yFcmp8ZQxCf4APScA>
3. Teren pod bazę dla zawodników będzie w pobliżu linii startu w miejscu wskazanym przez organizatora. Cały teren będzie ogrodzony murem, niedostępny dla ludzi z zewnątrz, jedyne wejście znajdować się będzie przy bramie startowej.
4. Trasa biegu została wytyczona po drogach polnych, gruntowych i asfaltowych oraz posiada wymagany ogólnosiwiatowym regulaminem Backyardu dystans 6,706 metrów. Trasa jest o zróżnicowanym podłożu (w zależności od opadów, może być na terenach polnych błotnista). Będzie oznaczona znakami poziomymi (strzałki na podłożu) i pionowymi (strzałki na wbitych w glebę palikach).
  - Trasa Biegu : <https://www.strava.com/routes/3348646167209663350>



5. Rywalizacja przebiegać będzie przy ruchu otwartym. Należy przestrzegać obowiązujących przepisów podczas poruszania się. Część trasy prowadzi chodnikiem uczęszczanym przez mieszkańców. Pokonując ten fragment należy stosować się do przepisów ruchu drogowego. W godzinach nocnych należy bezwzględnie posiadać elementy odblaskowe i lampkę czołową. Trasa pętli jest zamieszczona w niniejszym regulaminie i może ulec

minimalnym korektom ze względu na ostateczne umiejscowienie linii startu, wszelkie informacje w tej kwestii pojawiać się będą na bieżąco na stronie internetowej biegu.

6. Zawodnicy o każdej równej godzinie stawiają się na linii startu i muszą pokonać dystans jednej pętli. Czas do startu 3 minuty, 2 minuty i 1 minuta oznajmia sygnałem gwizdka organizator biegu. Po gwizdku na 1 minutę do startu zawodnicy ustawiają się w polu linii startu. Dźwięk „dzwonu startowego” jest sygnałem do rozpoczęcia biegu. Jeżeli zawodnik pojawi się w strefie startu po tym sygnale nie zostanie dopuszczony do pokonania kolejnej pętli. Rywalizacja trwa do czasu gdy na starcie pojawi się tylko jeden zawodnik. Pokonuje on wtedy samotnie pętlę zwycięzcy.
7. Zawodnicy **nie** mogą używać kijków biegowych ani trekkingowych.
8. Wolniejszy zawodnik musi ustąpić pola szybszemu.
9. Zawodników obowiązuje ogólnoswiatowy regulamin Backyardu.
10. W wynikach podany zostanie zwycięzca biegu. Pozostali zawodnicy będą mieli wpisany DNF lecz każdy zawodnik w wynikach będzie miał podaną liczbę pokonanych pętli i dystans.
11. Od momentu startu pętli (dźwięk Dzwonu Startowego), aż do jej ukończenia (ponowne wejście do koralu startowego) Zawodnikom nie wolno przyjmować żadnej pomocy z zewnątrz. Oznacza to zakaz pomocy zarówno ze strony suportu, kibiców jaki i osób postronnych.
12. Zawodnicy muszą mieć numer startowy przymocowany z przodu ciała w widocznym miejscu.
13. Zabrania się poruszania poza wyznaczoną trasą.
14. Bezwzględnie zabrania się pozostawiania na trasie jakichkolwiek odpadów i niszczenia przyrody.
15. Każdy z uczestników zobowiązany jest do bezwzględnego wykonywania poleceń organizatora, a także służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem drogowym i zabezpieczających trasę, oraz osób wyznaczonych przez organizatora do obsługi biegu.
16. Zawody posiadają rangę WORLD SILVER TICKET. Oznacza to, że zwycięzca naszego backyardu otrzymuje automatycznie miejsce w KADRZE POLSKI na Mistrzostwa Świata, niezależnie od ilości pokonanych okrążeń zwycięzcy.

#### IV. UCZESTNICTWO, WARUNKI, OPŁATY

1. W biegu mogą uczestniczyć zawodnicy którzy w dniu rywalizacji mają ukończone 18 lat.
2. Bieg ma charakter otwarty i udział w nim mogą wziąć wszyscy biegacze, którzy spełnią warunki regulaminu.
3. Liczbę zawodników ustala się na 150. Organizator zastrzega sobie prawo do zwiększenia liczby zawodników.
4. Zgłoszenia do biegu zostają otwarte 14 września 2026 r. o godz. 18:18 i trwają do wypełnienia się listy uczestników. Rejestracja zawodów następuje poprzez :
  - Link do zapisów :  
<https://zapisyonline.pl/zapisy/1782,sowi-backyard-ultra-26-sowi-backyard-ultra-26>
5. Zarejestrowane w systemie osoby, które zapisały się na bieg zostaną wpisane na listę startową wyłącznie po uiszczeniu opłaty startowej. Opłatę startową należy do momentu wypełnienia się listy zapisanych uczestników. Jeżeli taki moment nastąpi, organizator poinformuje na łamach social mediów o tym fakcie, a nieopłaćeni uczestnicy będą mieli 72 godziny na wypełnienie zobowiązania. Osoby, które nie uiszczą opłaty zostaną skreślone z listy, a na ich miejsce zostaną zaproszone kolejne osoby z listy rezerwowej.
6. Opłata startowa wynosi :  
**300 zł** (od 14.09.2025 do 31.12.2025)  
**350 zł** (od 01.01.2026 do 31.03.2026)  
**400 zł** (od 01.04.2026 do 30.04.2026)  
**500 zł** w dniu zawodów
7. W przypadku rezygnacji ze startu opłata startowa nie podlega zwrotowi.
8. Przepisanie pakietu na osobę trzecią, możliwe jest najpóźniej do dnia 20.04.2026 r. po wcześniejszym poinformowaniu organizatora i uzyskaniu jego zgody.
9. W dniu zawodów każdy zawodnik obowiązany jest do osobistego odbioru pakietu startowego w biurze zawodów.
10. Zawodnik zgłaszając się do biegu oświadcza, że startuje w biegu na własną odpowiedzialność, i że nie występują u niego przeciwwskazania lekarskie do udziału w biegu i rywalizacji sportowej. W momencie odbioru pakietów startowych Zawodnicy zobowiązani będą do złożenia wymaganego oświadczenia o braku w/w przeciwwskazań zdrowotnych.
11. Każdy zawodnik, musi zostać osobiście zweryfikowany w Biurze Zawodów. Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dokument tożsamości (dowód osobisty, paszport,

prawo jazdy, aplikacja mObywatel) celem weryfikacji poprawności danych. Nie ma możliwości odbioru pakietu startowego przez osobę trzecią.

12. Zawodnik biorący udział w biegu wyraża zgodę do wykorzystania swojego wizerunku w celach promocji biegu, oraz przetwarzania danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów.
13. Każdy zawodnik jest zobowiązany do bezwzględnego przestrzegania regulaminu biegu

## V. BUFET I SUPPORT

1. Każdy uczestnik powinien mieć własny namiot, który ochroni go przed złymi warunkami pogodowymi i który będzie jego bazą odpoczynku, i suportu. Organizator zapewni miejsce na namioty przy koralu startowym. Organizator przygotuje dodatkowy namiot z miejscami do leżenia (leżanki wojskowe) i siedzenia (leżaki) oraz w razie niskiej temperatury, ogrzewacz.
2. Organizator zapewnia bufet ogólny **TYLKO** dla Zawodników. Będą na nim podstawowe produkty takie jak: woda, cola, herbata, ciastka, owoce, warzywa, orzechy, czekolada, drożdżówki itp. Szczegóły dotyczące dostępnych produktów zostaną podane przed startem biegu.
3. Organizator zapewni regeneracyjny posiłek w koralu startowym po 6, 12, 18, 24, 30 godzinach biegu. Jeżeli zawody będą trwały nadal, kolejne pakiety z posiłkami zostaną ustalone z suportem oraz samymi zawodnikami. Jeżeli zawodnik wyraża ochotę na posiłek VEGE, musi o tym fakcie poinformować organizatora na tydzień przed startem zawodów.
4. Obok miasteczka BackYardowego (200 metrów) znajdują się markety spożywcze Netto oraz Dino, w których w godzinach ich pracy można nabyć wszystkie niezbędne produkty. Jest też pizzeria i kawiarnia 150 metrów obok startu.
5. Drużyna supportująca zawodnika może liczyć dowolną ilość osób.
6. Serwisanci mogą pomagać zawodnikowi tylko w wyznaczonej strefie. Nie mogą poruszać się po trasie biegu.
7. Na terenie naszego BackYardowego miasteczka przez cały czas trwania zawodów dostępne dla uczestników będą toalety wewnątrz budynku oraz pobliskie prysznice.
8. Organizator zapewnia też stały dostęp do energii elektrycznej, jednak w ograniczonej mocy

## VI. POMIAR I WYNIKI

1. Czas rywalizacji będzie odmierzany przez elektroniczny zegar umieszczony w strefie startu.
2. Bieg odbędzie się z elektronicznym pomiarem czasu. Przebieg rywalizacji będzie kontrolowany i rejestrowany automatycznie przez sędziów, a wyniki live prezentowane w Internecie.
3. Wyniki będą publikowane na bieżąco na fanpage biegu oraz stronie zapisów. Po zakończeniu rywalizacji pełne wyniki będą również dostępne na ogólnoświatowej liście wyników At-Large List na stronie: <https://backyardultra.com/at-large-list/>
4. Wszelkie nieprawidłowości, uwagi i sprzeciwy powinny być zgłaszane niezwłocznie do Organizatora.
5. Wszelkie ewentualne kwestie sporne będą rozstrzygane przez Dyrektora Biegu. Decyzja Dyrektora biegu jest ostateczna.

## VII. KLASYFIKACJE, NAGRODY I ŚWIADCZENIA

1. Zgodnie z międzynarodowymi regułami Backyard Ultra, podczas zawodów Sowi BackYard Ultra może zostać wyłoniony **wyłącznie jeden** zwycięzca / zwyciężczyni. Osoba ta otrzyma pamiątkowy medal, puchar, dyplom oraz nagrodę finansową, o wysokości której Organizator poinformuje w osobnym komunikacie na swoim profilu w social mediach.
2. Nie prowadzi się odrębnej klasyfikacji w kategoriach wiekowych.
3. Pozostali zawodnicy otrzymają medal DNF, dyplom oraz pamiątkowy gadżet.
4. Wszelkie nieprawidłowości, uwagi i sprzeciwy powinny być zgłaszane niezwłocznie do Organizatora.

## VIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Dane osobowe Uczestników imprezy będą przetwarzane zgodnie z obowiązującymi przepisami prawnymi, tj. Ustawą z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych
2. Organizator nie zapewnia żadnego ubezpieczenia oraz profesjonalnego zabezpieczenia medycznego. Ubezpieczenie na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu wymaga polisy wykupionej indywidualnie przez zawodnika.

3. Zapisując się do udziału w zawodach uczestnik akceptuje Regulamin i wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie jego wizerunku utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo oraz udziela Organizatorowi nieodpłatnej licencji na wykorzystanie go na wszystkich polach eksploatacji, w szczególności tych wymienionych w art. 50 ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych (w zakresie utrwalania i zwielokrotniania utworu – wytwarzanie określoną techniką egzemplarzy utworu, w tym techniką drukarską, reprograficzną, zapisu magnetycznego oraz techniką cyfrową; w zakresie obrotu oryginałem albo egzemplarzami, na których utwór utrwalono – wprowadzanie do obrotu, użyczenie lub najem oryginału albo egzemplarzy; w zakresie rozpowszechniania utworu tj. publiczne wykonanie, wystawienie, wyświetlenie, odtworzenie oraz nadawanie i reemitowanie, a także publiczne udostępnianie utworu, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i czasie przez siebie wybranym), do wykorzystania do promocji i organizacji biegu, udostępniania sponsorom oraz partnerom biegu w celu ich promocji w kontekście udziału w imprezie, zamieszczania i publikowania na promocyjnych materiałach drukowanych Organizatora, w prasie, na stronach internetowych oraz w przekazach telewizyjnych i radiowych.
4. Uczestnicy mają obowiązek przestrzegania porządku publicznego, poleceń służb porządkowych oraz poszanowania pozostałych uczestników biegu.
5. Organizator ma prawo usunąć z trasy biegu oraz terenu wydarzenia osoby, które w jakikolwiek sposób zakłócają porządek publiczny, przebieg biegu lub zachowują się niezgodnie z Regulaminem.
6. Nierespektowanie Regulaminu może być powodem dyskwalifikacji zawodnika.
7. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za odwołanie biegu z przyczyn od niego niezależnych i niemożliwych do przewidzenia.
8. Podczas trwania zawodów będzie możliwość zakupienia pamiątek z biegu.