

## *Leśna „ZaDyszka”*

### *w Szulmierzu*

#### **I. CEL IMPREZY:**

1. Promocja Gminy Regimin i regionu;
2. Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu;
3. Uczczenie 100 rocznicy odzyskania niepodległości.
4. Popularyzacja biegania na terenie obszarów leśnych oraz walorów przyrodniczych i ochrony przyrody;
5. Promowanie zdrowego stylu życia oraz integracja pokoleń mieszkańców gminy Regimin i regionu;
6. Promocja organizacji, instytucji i firm wspierających organizację zawodów.

#### **II. ORGANIZATOR:**

1. Stowarzyszenie „ZaDyszka” Szulmierz, 06-461 Regimin
2. Urząd Gminy w Regiminie, ul. Adama Rzewuskiego 19, 06-461 Regimin
3. MUKS „Czarni” Regimin, ul. Heleny Dobrzynieckiej 1, 06-461 Regimin

#### **III. TERMIN, MIEJSCE, DYSTANS, GODZINA:**

1. Miejsce zawodów – Leśniczówka Szulmierz , przy drodze Szulmierz-Regimin
2. Zawody odbędą się dnia 23.06.2018 r. (sobota) na dystansach:
  - godz. 10.00 – start biegu dzieci na dystansie 1,50 km
  - godz. 10.30 - start biegu na dystansie 5 km
  - godz. 10.35 - start marszu nordic walking (5 km)
  - godz. 11.40 - start biegu głównego na dystansie 10 km
3. Limit czasu na 10 km 2,0 godziny, na 5 km 1,0 godzina, na 1,50 km 0,5 godziny. Po jego upływie wszyscy zawodnicy zobowiązani będą do opuszczenia trasy biegu.

#### **IV. PROGRAM IMPREZY, TRASA BIEGU:**

1. Oficjalne rozpoczęcie o godz. 10.00
2. Otwarcie biura zawodów, nastąpi o godz. 9.00.

3. Dekoracja zwycięzców od godz. 13.00.
4. Trasa biegu będzie oznakowana co jeden kilometr i zabezpieczona przez wolontariuszy.
5. Trasa przebiega przez dukty leśne i asfalt – pętla o długości 5 km.
6. Do pomiaru czasu wykorzystywany będzie system chipowy. Dotyczy biegu głównego na dystansie 10 km (2 pętla) oraz biegu na dystansie 5 km i marszu nordic walking 5 km (1pętla).

#### **V. ZGŁOSZENIA, OPŁATY :**

- 1) Zgłoszenia można dokonać drogą elektroniczną na stronie <https://superczas.pl> .
- 2) Udział w zawodach dzieci w biegu na 1500 m jest BEZPŁATNY.
- 3) Udział w biegu głównym na 10 km oraz biegu na 5 km i nordic walking na 5 km jest płatny, wpisowe przekazane na cele statutowe wynosi :
  - 40 zł do dnia 31.05.2017
  - 60 zł od dnia 01.06.2017
- 4) Wpłaty można dokonywać poprzez formularz zamieszczony na stronie [www.superczas.pl](http://www.superczas.pl) lub na konto bankowe:

#### **Stowarzyszenie „ZADYSZKA”**

**Numer konta : 09 1600 1462 1814 2940 3000 0002**

**W tytule przelewu proszę podać: *imię, nazwisko, dystans***

- 5) Dowód wpłaty będzie wymagany w kwestiach spornych co do terminu wpłaty i kwoty przelewu.
- 6) Organizator zapewnia pakiety startowe dla 300 osób startujących łącznie we wszystkich biegach , decyduje kolejność wpłat, plus dodatkowy limit 50 miejsc do dyspozycji organizatora.
- 7) Limit startujących w biegu dzieci na dystansie 1500 m wynosi 150 osób.
- 8) Zawodnik zobowiązany jest do uiszczenia opłaty startowej w ciągu 7 dni od rejestracji. W przypadku braku wpłynięcia opłaty startowej na konto Organizatora w ciągu 7 dni, konto zawodnika jest automatycznie dezaktywowane. Zawodnik może ponownie aktywować swoje konto, pod warunkiem, że limit miejsc nie został wyczerpany.

#### **VI. WARUNKI UCZESTNICTWA:**

1. Impreza ma charakter otwarty .Warunkiem dopuszczenia do zawodów jest ukończenie do dnia 23.06.2018 roku 18 lat, oraz złożenie wymaganego oświadczenia w biurze zawodów.
2. Biuro zawodów mieści się w budynku Urzędu Gminy w Regiminie , a w dniu 23.06.2018 na terenie zawodów.
3. Odbiór pakietów startowych następuje osobiście lub przez osobę upoważnioną na podstawie

załączonego upoważnienia.

4. Wszyscy pełnoletni zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów i złożyć własnoręczny podpis pod oświadczeniem o udziale w biegu na własną odpowiedzialność. Uczestnik biegu/marszu musi posiadać podczas weryfikacji dokument tożsamości (dowód osobisty, legitymacja szkolna, paszport, bądź inny dokument stwierdzający tożsamość), w celu kontroli daty urodzenia.
5. Osoby które nie ukończyły 18 lat mogą wziąć udział w biegu pod opieką osoby pełnoletniej. Warunkiem udziału jest pisemna zgoda rodzica lub opiekuna prawnego który musi być obecny w w biurze zawodów celem podpisania stosownego oświadczenia.
  - Prawo startu w biegu na dystansie 1500 metrów, bez limitu wieku
  - Prawo startu w biegu na dystansie 5 kilometrów, mają wyłącznie osoby, które najpóźniej do 23 czerwca 2018r. ukończą 13 lat (urodzone przed 24.06.2005r.).
  - Prawo startu w biegu na dystansie 10 kilometrów, mają wyłącznie osoby, które najpóźniej do 23 czerwca 2018r. ukończą 16 lat (urodzone przed 24.06.2002r.).
6. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi ew. konsekwencje. Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwością odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Osobiste potwierdzenie udziału w biegu oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w zawodach;
7. Uczestnik zobowiązany jest do podpisania oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach. W przypadku niepodpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych, uczestnik nie zostanie dopuszczony do udziału w zawodach przez Organizatora.
8. Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegu.
9. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania przepisów Kodeksu Ruchu Drogowego oraz bezwzględnego wykonywania poleceń służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem drogowym w tym Policji oraz pozostałych służb zabezpieczających trasę biegu z ramienia Organizatora.
10. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb organizatora oraz na wykorzystywanie ich wizerunku w celu promocji oraz dokumentowania zawodów.
11. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia NW. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność zgodnie z rozporządzeniem ministra edukacji narodowej z dnia 12.09.2001r. (dz. U. Nr 101 poz.1095);
12. Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na publikowanie wizerunku w materiałach relacjonujących przebieg zawodów.

## VII. ŚWIADCZENIA DLA UCZESNIKÓW:

1. Uczestnicy zawodów biegu i marszu nordic walking na dystansie 5 km oraz biegu na 10 km , którzy się zarejestrują i zweryfikują w biurze zawodów otrzymają :

- świadczenia obowiązkowe
  - pakiet startowy, w ramach opłaty startowej zawodnik otrzymuje numer startowy, obsługę informatyczną mierzenia czasu biegu, wodę mineralną na trasie i mecie,
- świadczenia dodatkowe
  - pamiątkowe upominek
  - talon żywieniowy do wykorzystania na terenie organizowanej imprezy
  - pamiątkowy medal (na mecie )

## VIII. KLASYFIKACJE i NAGRODY:

1. Bieg na 10 km:

- kategoria open K i M,

- kategorie wiekowe K i M. Decyduje rok urodzenia.

- K20 kategoria wiekowa od 16 do 29 lat, M20 kategoria wiekowa od 16 do 29 lat;
- K30 kategoria wiekowa od 30 do 39 lat, M30 kategoria wiekowa od 30 do 39 lat;
- K40 kategoria wiekowa od 40 do 49 lat, M40 kategoria wiekowa od 40 do 49 lat;
- K50 kategoria wiekowa od 50 do 59 lat, M50 kategoria wiekowa od 50 do 59 lat;
- K60 kategoria wiekowa powyżej 60 lat, M60 kategoria wiekowa powyżej 60 lat.

- klasyfikacja dodatkowe :

- klasyfikacja mundurowych w kategorii open K i M, uprawnieni to pracownicy Straży Pożarnej, Wojska Polskiego, Wojsk Obrony Terytorialnej, Policji, Lasów Państwowych, Straży Miejskiej i Gminnej, Służby Więziennej, Służby Ochrony Kolei
- klasyfikacja samorządowców w kategorii open K i M uprawnieni to sołtysi, radni gminni, miejscy, powiatowi, wojewódzcy oraz pracownicy zatrudnieni w jednostkach samorządu terytorialnego w urzędach gminy, miasta, powiatu i województwa.

- klasyfikacja drużynowa - drużynę należy zgłosić do dnia 17.06.2018 wysyłając na adres [kontakt@lesnazadzyszka.pl](mailto:kontakt@lesnazadzyszka.pl) skład- imię i nazwisko zawodnika i nazwę drużyny, wskazując kapitana odpowiedzialnego za drużynę. W klasyfikacji drużynowej udział mogą wziąć drużyny reprezentujące firmy, instytucje, kluby sportowe, a także biegacze startujących pod jedną nazwą.

Drużyna składa się z minimum 4 osób w tym minimum 1 kobiety. Nie ma górnego ograniczenia liczby członków drużyny. Zawodnik może reprezentować tylko jedną drużynę. Za wynik końcowy drużyny uznaje się sumę czasów netto 4 najlepszych zawodników z danej drużyny w tym minimum 1 kobiety (o zwycięstwie decyduje najniższa suma czasów jej członków).

2. Bieg na 5 km:

- kategoria open K i M,

3. Marsz nordic walking na 5 km,

- kategoria open K i M,

4. O przynależności do kategorii wiekowych decyduje rok urodzenia .

5. Nagradzane będą miejsca I-III w każdej kategorii ,

6. Klasyfikacja w kategoriach wiekowych jest odrębna; zawodnicy nagrodzeni w klasyfikacji generalnej open nie będą klasyfikowani w kategoriach wiekowych.

7. Wszyscy uczestnicy którzy ukończą biegi i marsz otrzymają medal okolicznościowy.

8. Bieg dzieci odbędzie się bez klasyfikacji.

## **IX POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorowi biegu.
2. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany regulaminu bez podania przyczyny.
3. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę

### **Załączniki:**

Oświadczenie

Zgoda rodziców (opiekunów prawnych)

Upoważnienie

Mapa dojazdu

Trasa biegu / marszu

Trasa biegu dzieci

## OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że znam regulamin zawodów *Leśna ZaDyszka w Szulmierzu* odbywających się w dniu 23.06.2018 r. w Szulmierz i zobowiązuje się do jego przestrzegania. Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb biegu i klasyfikacji zgodnie z Ustawą o ochronie danych osobowych.

Oświadczam, że jestem zdolny do udziału w biegu i startuję na własną odpowiedzialność (podstawa prawna: rozporządzenie MEN z dnia 12.09.2001r. Dz. U. Nr 101, poz. 1095).

.....  
miejsowość i data

.....  
podpis uczestnika

### ZGODA RODZICÓW (PRAWNYCH OPIEKUNÓW) na udział w zawodach *Leśna ZaDyszka w Szulmierzu*

My niżej podpisani / Ja niżej podpisany(na) wyrażam/y zgodę na uczestnictwo naszego/mojego dziecka \*)

-----  
imię i nazwisko dziecka /data urodzenia

W zawodach *Leśna ZaDyszka w Szulmierzu*, który odbędzie się w dniu 23.06.2018 r. w Szulmierz. Oświadczam, że nie ma przeciwwskazań lekarskich, aby moje dziecko uczestniczyło w zawodach biegowych. Wyrażam zgodę na podejmowanie decyzji przez opiekuna, organizatora zawodów związanych z zagrożeniem zdrowia i życia mojego dziecka.

Oświadczam, iż wyrażam zgodę na gromadzenie i przetwarzanie danych osobowych mojego dziecka przez organizatorów na potrzeby organizacji Współzawodnictwa Sportowego Dzieci i Młodzieży Szkolnej SZS oraz na opublikowanie zarejestrowanego wizerunku w materiałach i informacjach z w/w zawodów. (zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych, Dz.U. 1997 Nr 133, poz. 883 z późn. zm.)

.....

miejsowość i data

podpis rodzica/ów / opiekuna/ów

telefon kontaktowy

## UPOWAŻNIENIE

Ja niżej podpisany/a .....

Legitymujący się dowodem osobistym seria .....numer.....

Upoważniam Pana/Panią .....

Legitymującego/ legitymującą się dowodem osobistym seria .....numer.....

Do odbioru pakietu startowego na bieg *Leśna ZaDyszka w Szulmierzu*.

Do upoważnienia dołączam ksero dowodu osobistego oraz podpisane oświadczenie

Upoważniający:

.....

miejsowość i data

.....

podpis uczestnika

