

## ***Leśna „ZaDyszka” w Szulmierzu 2020***

Ze względu na bezpieczeństwo uczestników i zalecenia sanitarne oraz epidemiczne nastąpiła zmiana terminu oraz formuły zawodów. W tym roku jesteśmy zmuszeni zrezygnować z Jarmarku Regionalnego oraz uroczystej ceremonii dekoracji.

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

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

### **II. ORGANIZATOR:**

1. Stowarzyszenie „ZaDyszka” Szulmierz, 06-461 Regimin

### **III. PARTNER**

1. Urząd Gminy w Regiminie, ul. Adama Rzewuskiego 19, 06-461 Regimin
2. MUKS „Czarni” Regimin, ul. Heleny Dobrzyńskiej 1, 06-461 Regimin

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

1. Miejsce zawodów – Leśniczówka Szulmierz , przy drodze Szulmierz-Regimin
2. Zawody odbędą się w dniach 4 i 5 lipca 2020 r. (sobota-niedziela):
  - w dniu 4 lipca 2020 start indywidualny w godz. 10:00 – 12:00
  - w dniu 4 lipca 2020 start indywidualny w godz. 15:00 – 17:00
  - w dniu 4 lipca 2020 start indywidualny w godz. 19:00 – 21:00
  - w dniu 5 lipca 2020 start indywidualny w godz. 10:00 – 12:00
3. Zawodnik wybiera dzień i godzinę startu podczas procesu rejestracji na stronie [www.superczas.pl](http://www.superczas.pl) i wskazuje dystans na jakim wystartuje bieg 10 km 2 pętla, bieg 5 km 1 pętla. NW 5 km 1 pętla

#### IV. POMIAR CZASU, PROGRAM IMPREZY, TRASA BIEGU:

1. Biuro zawodów, będzie otwarte:
  - w dniu 4 lipca 2020 start indywidualny w godz. 09:00 – 12:00
  - w dniu 4 lipca 2020 start indywidualny w godz. 15:00 – 17:00
  - w dniu 4 lipca 2020 start indywidualny w godz. 19:00 – 21:00
  - w dniu 5 lipca 2020 start indywidualny w godz. 10:00 – 12:00
2. Trasa biegu będzie oznakowana co jeden kilometr .
3. Trasa przebiega przez dukty leśne i asfalt – pętla o długości 5 km.
4. **Pakiety startowe będą wydawane WYŁĄCZNIE osobom zapisanym do konkretnej grupy startującej o danej godzinie pkt. III pod pkt. 2**
5. Pomiaru czasu będzie wykonywany indywidualnie przez zawodników za pomocą własnych urządzeń rejestrujących i przekazany w postaci oświadczenia bezpośrednio po biegu w biurze zawodów. *Wierzmy biegaczom przecież siebie nie oszukają 😊*

#### V. ZGŁOSZENIA, OPŁATY :

- 1) Zgłoszenia można dokonać drogą elektroniczną na stronie <https://superczas.pl> .
- 2) Udział w biegu jest odpłatny, wpisowe jak darowiznę należy przekazać na cele statutowe Stowarzyszenia w kwocie:
  - 20 zł do dnia 30.06.2020
- 3) Wpłaty należy 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**

- 4) Dowód wpłaty będzie wymagany w kwestiach spornych co do terminu wpłaty i kwoty przelewu.
- 5) Organizator zapewnia pakiety startowe dla 200 osób startujących łącznie we wszystkich biegach , decyduje kolejność wpłat, plus dodatkowy limit 50 miejsc do dyspozycji organizatora.
- 6) Limit startujących w poszczególnych grupach wynosi 50 osób.
- 7) 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 04.07.2020 roku 18 lat, oraz złożenie wymaganego oświadczenia w biurze zawodów.
2. Biuro zawodów umiejscowione będzie na terenie zawodów na polanie leśnej.
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. W momencie zapisów (weryfikacji w biurze zawodów) oraz podczas biegu każdy zawodnik ma obowiązek zadbać o stosowanie zasad bezpieczeństwa i wymogów sanitarnych i epidemiologicznych obowiązujących w dniu zawodów
6. Liczba kibiców ograniczona jest do 50 podczas każdego startu, wstęp dla kibica na teren zawodów jest uzależniony od aktualnej ilości osób na terenie zawodów.
7. 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.
8. 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;
9. 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.
10. Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegu.
11. 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.
12. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb organizatora oraz na wykorzystywanie ich wizerunku w celu promocji oraz dokumentowania zawodów.
13. 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);

14. 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,
- świadczenia dodatkowe
  - pamiątkowe upominek
  - pamiątkowy medal – po dotarciu na metę (do odbioru w biurze zawodów podaniu czasu biegu)

## VIII. KLASYFIKACJE:

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 30.06.2020 wysyłając na adres [lesnazadzyszka@gmail.com](mailto:lesnazadzyszka@gmail.com) 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.. 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.

## **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

## OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że znam regulamin zawodów *Leśna ZaDyszka w Szulmierzu* odbywających się w dniu 04.07.2020 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 04.07.2020 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