

## REGULAMIN „IV BIEGU KU SŁOŃCU”

### I. ORGANIZATOR

1. Organizatorem imprezy „IV Bieg ku Słońcu”, zwanej dalej Biegiem, jest Publiczna Szkoła Podstawowa w Jełowej. Dane teleadresowe organizatora znajdują się na stronie <https://pspjelowa.edupage.org/?>.
2. Kontakt email: [biegkusloncu@gmail.com](mailto:biegkusloncu@gmail.com)
3. START i META: **Boisko LZS „START JEŁOWA” w Jełowej, ul. Nadleśna 35.**

### II. CEL

1. Upowszechnianie biegania, jako najprostszej formy ruchu.
2. Popularyzacja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.
3. Pokazanie atrakcyjności życia w środowisku wolnym od nałogów.
4. Zapobieganie uzależnieniom wśród młodzieży i dorosłych.
5. Integracja międzypokoleniowa.
6. Promocja gminy Łubniany naturalnie prosportowej i przyjaznej dla mieszkańców.

### III. TERMIN, MIEJSCE I POMIAR CZASU

1. Bieg odbędzie się w dniu 07.10.2023 r. w Jełowej.
2. Długość trasy (do wyboru): 5 km lub 10 km – trasa nie posiada atestu PZLA, pomiar długości trasy: satelitarny.
3. Rodzaj nawierzchni: leśna, asfalt.
4. Pomiar czasu elektroniczny – oficjalnym czasem jest czas brutto.
5. Trasa tworzy pętlę zamkniętą z wyraźnie oznaczona taśmą białą-czerwoną oraz strzałkami kierunkowymi.
6. W niewralgicznych miejscach na trasie będzie znajdować się wolontariusz.
7. Bieg wystartuje o godz. 11.00.
8. Biuro zawodów Biegu oraz depozyt zlokalizowane będą **na boisku LZS „START JEŁOWA” w Jełowej, ul. Nadleśna 35.**
9. Szatnie i toalety oraz natryski zlokalizowane są **na boisku LZS „START JEŁOWA” w Jełowej, ul. Nadleśna 35.**
10. Start/meta biegu: **Boisko LZS „START JEŁOWA” w Jełowej, ul. Nadleśna 35.**

#### IV. LIMITY CZASU

1. Uczestników obowiązuje limit czasu na pokonanie trasy wynoszący:
  - 1) Bieg na 5 km – 60 minut
  - 2) Bieg na 10 km – 90 minut.
2. Uczestnicy, którzy po upływie wskazanego wyżej czasu nie dotrą do mety zobowiązani są do przerywania biegu i zejścia z trasy.

#### V. PUNKTY NAWADNIANIA

1. Na trasie Biegu rozstawiony będzie punkt nawadniania oraz na start/mecie.

#### VI. UCZESTNICTWO, OPŁATY I ZGŁOSZENIA

1. Ze względów technicznych, bezpieczeństwa i sprawnego przeprowadzenia zawodów łączny limit zgłoszeń na wszystkie dystanse wynosi **200 zawodników**.
2. Decyduje kolejność księgowania wpłat. Limit zawodników może zostać zmieniony przez organizatora.
3. Zawodnicy zobowiązani są do zachowania porządku na trasie biegu (wszystkich śmieci będzie można się pozbyć w pobliżu Startu/Mety oraz na punkcie z wodą) – za niestosowanie się do niniejszego zarządzenia, grozi bezwzględna dyskwalifikacja.
4. Zawodnik może startować z psem. Zawodnik biegnący z psem nie będzie klasyfikowany do nagród za miejsca 1-3 w kategorii OPEN i Mieszkaniec Gminy Łubniany. Pies powinien być na smyczy, a zawodnik powinien dochować wszelkich środków ostrożności, tak aby nie powodować żadnych uciążliwości dla innych startujących.
5. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
6. Każdy zawodnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność co potwierdza złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu (zawodnicy są zobowiązani do przedstawienia zaświadczenia lekarskiego o zdolności do uczestnictwa w biegach długodystansowych lub do podpisania oświadczenia o udziale w zawodach na własną odpowiedzialność).
7. W biegu na 5 i 10 km prawo startu mają osoby, które do 07.10.2023 r. ukończą 16 lat. Osoby niepełnoletnie, które nie ukończyły 16 lat mogą wystartować w biegu pod warunkiem podpisania oświadczenia (w Biurze Zawodów) przez rodzica/opiekuna prawnego o starcie dziecka na odpowiedzialność rodzica/ opiekuna prawnego.
8. Organizator nie ubezpiecza uczestników biegu.
9. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem zgodny z danymi podanymi przy rejestracji.
10. **Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie złożenie podpisu pod oświadczeniem o starcie w zawodach na własną odpowiedzialność zweryfikowali swoje dane w biurze zawodów Biegu oraz dokonali opłaty za Bieg:**

✓ 60 zł – do dnia 05.10.2023 r. ,

**które należy uiszczać wyłącznie online przez system zapisów.**

11. Pobranie numeru startowego przez zawodnika jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.
12. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko.
13. Uczestnik rejestrując się do biegu przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym.
14. Warunkiem uczestnictwa w biegach przełajowych dla dzieci oraz młodzieży szkolnej jest obowiązkowo posiadać zgodę rodziców lub prawnych opiekunów do udziału w biegach lub w marszu, podpisania oświadczenia przez rodzica/prawnego opiekuna o starcie dziecka na odpowiedzialność rodzica/ opiekuna prawnego.
15. Na miejsce biegu zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji, środków podnoszących wydajność fizyczną oraz środków alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju.
16. Uczestnikom zabrania się zażywania takich środków i substancji zarówno przed jak i podczas biegu pod groźbą wykluczenia z niego. W wypadku stwierdzenia, że uczestnik narusza powyższy zakaz, organizator zastrzega sobie możliwość niedopuszczenia go do udziału w biegu lub wykluczenia go w jego trakcie.
17. Organizator zastrzega sobie możliwość przeprowadzenia dodatkowych zapisów w Biurze Zawodów w dniu biegu (w przypadku wolnych miejsc w ramach limitu).
18. **W ramach opłaty wpisowej uczestnik otrzymuje:**
  - 1) numer startowy a na jego podstawie możliwość startu w biegu;
  - 2) elektroniczny pomiar czasu na oznakowanej trasie;
  - 3) możliwość skorzystania z punktów nawadniania podczas biegu;
  - 4) ciepły posiłek;
  - 5) pamiątkowy medal;
  - 6) profesjonalną opiekę medyczną;
  - 7) możliwość skorzystania z parkingu, szatni, toalety oraz depozytu;
  - 8) opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi;
  - 9) koszty uczestnictwa pokrywają zawodnicy;
  - 10) koszty organizacji pokrywają organizatorzy;
  - 11) płatności za Bieg odbywają się drogą elektroniczną poprzez stronę internetową organizatora.
19. Każdy uczestnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania.

20. Zgłoszenia dokonywane są drogą elektroniczną poprzez wypełnienie formularza zamieszczonego na stronach:

➤ <http://www.zmierzymyczas.pl>

21. Nałożony jest limit 200 zawodników.

22. W momencie osiągnięcia limitu uczestników zapisy zostaną ukończone.

23. Organizator ma prawo do zwiększenia limitu zawodników bez podania przyczyny.

24. **Zgłoszenia elektroniczne przyjmowane będą do dnia 05.10.2023 r. W przypadku nieosiągnięcia limitu uczestników zgłoszenia przyjmowane w Biurze Zawodów od godz. 9.00 – 10.30 w dniu zawodów.**

25. We wszystkich sprawach związanych z rejestracją elektroniczną prosimy o kontakt pod adresem e-mail: [biuro@zmierzymyczas.pl](mailto:biuro@zmierzymyczas.pl) bądź telefonicznie 501 146 066, 604 429 349, w dniu zawodów 07.10.2023 r. w biurze zawodów w godzinach 9.00 -10.30.

26. **W celu weryfikacji każdy uczestnik musi zgłosić się osobiście – w dniu Biegu w godz. 9.00 – 10.30 w biurze zawodów.**

## VII. POMIAR CZASU I KLASYFIKACJE

- Elektroniczny pomiar czasu prowadzony będzie przy pomocy chipów wielorazowego użytku.
- Numer startowy powinien być zamocowany agrałkami lub na pasku sportowym i znajdować się z przodu zawodnika.
- Wszelkie klasyfikacje prowadzone będą wg. indywidualnych czasów brutto.
- Prowadzona będzie klasyfikacja w niżej wymienionych kategoriach:

Bieg 10 km		Bieg 5 km		Nordic Walking 5 km	
KOBIETY	MĘŻCZYŹNI	KOBIETY	MĘŻCZYŹNI	KOBIETY	MĘŻCZYŹNI
OPEN	OPEN	OPEN	OPEN	OPEN	OPEN
Mieszkaniec gminy Łubniany	Mieszkaniec gminy Łubniany	Mieszkaniec gminy Łubniany	Mieszkaniec gminy Łubniany	Mieszkaniec gminy Łubniany	Mieszkaniec gminy Łubniany

- Wyniki zamieszczone będą na stronach

<https://pspjelowa.edupage.org/?>,

<https://www.zmierzymyczas.pl>

## VIII. BIEGI DZIECI – impreza towarzysząca

- Biegi Dzieci odbędą się w kategoriach:

- 1) przedszkolaki (rocznik 2017 i mł.) – dystans 80 m, godzina 10:00
- 2) klasy I – II (rocznik 2016 – 2015) – dystans 100 m, godzina 10:15
- 3) klasy III – IV (rocznik 2014 – 2013) – dystans 200 m, godzina 10:20

- 4) klasy V – VI (rocznik 2012 – 2011) – dystans 400 m, godzina 10:25
- 5) klasy VII – VIII (rocznik 2010 – 2009) – dystans 500 m, godzina 10:30
- 2. **Zapisy na Bieg Dzieci odbędą się w dniu zawodów na boisku LZS „START JEŁOWA” w Jełowej, ul. Nadleśna 35, w biurze zawodów w godz. 08.30 – 9.45.**
- 11. Biegi Dzieci odbędą się w dniu zawodów **na boisku LZS „START JEŁOWA” w Jełowej, ul. Nadleśna 35** przed głównymi biegami.
- 3. Rodzic/prawny opiekun wpisując dziecko na LISTĘ STARTOWĄ oświadcza jednocześnie, że dziecko jest zdrowe i nie ma przeciwwskazań do wysiłku fizycznego i udziału w Biegu. Rodzic/prawny opiekun wyraża jednocześnie zgodę na wykorzystanie wizerunku dziecka na potrzeby promocji Biegu.
- 4. **W przypadku wystąpienia złych warunków atmosferycznych (opady deszczu, śniegu, silny wiatr) w dniu zawodów, biegi dzieci nie odbędą się**, o czym organizator poinformuje Państwa za pośrednictwem strony internetowej szkoły <https://pspjelowa.edupage.org/?>, oraz mediów społecznościowych.

## **IX. NAGRODY**

- 1. Warunkiem otrzymania nagród jest ukończenie Biegu oraz osobiste stawienie się na ceremonii wręczenia nagród.
- 2. Każdy z uczestników, który ukończy Bieg otrzyma na mecie pamiątkowy medal.

## **X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

- 1. Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosowne do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.
- 2. W czasie Biegu należy zachować szczególną ostrożność i przestrzegać zasad prawa ruchu drogowego.
- 3. Uczestnicy mają obowiązek stosowania się do poleceń służb porządkowych zabezpieczających trasę Biegu.
- 4. W przypadku jakiegokolwiek kontuzji lub innych przyczyn zawodnik jest zobowiązany do zejścia na pobocze drogi i oczekiwania na pomoc medyczną.
- 5. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie Biegu, wynikające z winy uczestników Biegu.
- 6. Organizator Biegu nie ponosi odpowiedzialności w przypadku utraty zdrowia lub życia.
- 7. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.



8. Decyzje lekarzy dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
9. Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w Biegu.
10. Organizator zapewnia opiekę medyczną wyłącznie dla uczestników imprezy na trasie biegu od momentu startu do zamknięcia trasy biegu określonej limitem czasowym, a także w centrum zawodów do zakończenia imprezy.
11. Ze względów bezpieczeństwa, w Biegu zabroniony jest udział osób poruszających się na rowerach, wrotkach, rolkach, deskorolkach.
12. Uczestnicy skracający trasę Biegu lub biegnący poza trasą Biegu zostaną zdyskwalifikowani.
13. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
14. Na trasie biegów obowiązuje całkowity zakaz wyrzucania śmieci, poza wyznaczonymi do tego miejscami. Niestosowanie się do tej zasady będzie skutkować dyskwalifikacją.
15. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy osobiste zawodników zagubione w trakcie biegu. Zawodnik może oddać rzeczy osobiste do specjalnie w tym celu wyznaczonego depozytu. Uczestnik uprawniony jest do oddania na czas biegu na przechowanie wyłącznie rzeczy podręcznych. Za pozostawianie w depozycie wszelkich dokumentów, cennych przedmiotów i pieniędzy organizator **NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI. Maksymalna łączna wartość depozytu wynosi 300 zł.** Depozyt można odebrać tylko na podstawie numeru startowego.
16. W sprawach nie ujętych w regulaminie ostateczną decyzję podejmuje organizator.

## **XI. KLAUZULA INFORMACYJNA DLA ZAWODNIKÓW**

Wypełniając obowiązek określony w art. 13 rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (dalej: RODO) informuję, że:

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Publiczna Szkoła Podstawowa w Jełowej zwany dalej Organizatorem biegu, adres: Publiczna Szkoła Podstawowa w Jełowej, 46-024 Łubniany, ul. Wolności 15.
2. Inspektorem Ochrony Danych w PSP Jełowa jest Pan Andrzej Pawłowicz, kontakt możliwy jest pod adresem email: [jod@lubniany.pl](mailto:jod@lubniany.pl)
3. Dane osobowe rodzica/opiekuna zgłaszającego nieletniego zawodnika oraz uczestnika „Biegu ku Słońcu” przetwarzane będą w celu zakwalifikowania do udziału w imprezie biegowej.
4. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w „Biegu ku Słońcu”.
5. Dane osobowe uczestników „Biegu ku Słońcu” nie będą przekazywane do innych podmiotów oraz państwa trzeciego. (Uwaga! Organy publiczne, które mogą otrzymać Pani/Pana dane osobowe w

ramach konkretnego postępowania zgodnie z prawem Unii lub prawem państwa członkowskiego, nie są uznawane za odbiorców).

6. Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych Organizatora imprezy oraz na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych.
7. Przetwarzanie danych, o których mowa, w związku z udziałem w biegu obejmuje także publikację imienia i nazwiska uczestnika wraz z rokiem urodzenia i z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje - w każdy sposób, w jaki publikowany lub rozpowszechniany będzie Bieg.
8. Administrator będzie przetwarzał dane osobowe w celu organizacji imprezy sportowej pn. Bieg ku Słońcu - samodzielnie lub we współpracy z innymi podmiotami, wyłącznie w zakresie koniecznym do prawidłowej organizacji imprezy.
9. Ma Pani/Pan prawo żądać od Organizatora imprezy:
  - 1) dostępu do swoich danych osobowych;
  - 2) sprostowania swoich danych osobowych.
10. Jeżeli Pani/Pan uzna, że przetwarzanie Pani/Pana oraz uczestnika „Biegu ku Słońcu” danych osobowych jest nieprawidłowe, ma Pani/Pan prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
11. Uczestnik udziela Organizatorowi biegu zgody na wykorzystanie utrwalonego wizerunku na wszystkich polach eksploatacji, w tym w szczególności:
  - 1) utrwalanie i zwielokrotnienie jakąkolwiek znaną techniką oraz rozpowszechnianie w dowolnej formie;
  - 2) udostępnianie sponsorom oraz oficjalnym partnerom egzemplarza lub kopii, na której utrwalono wizerunek, w celu wykorzystania do promocji sponsora lub oficjalnego partnera w kontekście jego udziału w biegu;
  - 3) wprowadzenie do pamięci komputera i do sieci multimedialnej;
  - 4) zwielokrotnianie zapisu utrwalonego wizerunku;
  - 5) publicznego wystawienia, wyświetlenia, odtworzenia oraz nadawania i reemitowania, a także publicznego udostępniania w taki sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i w czasie przez siebie wybranym;
  - 6) zamieszczanie i publikowanie w prasie, na stronach internetowych, plakatach i billboardach.