

# **EXTREME JURA**

## **Bieg Dobrego Serca**

### **Dla Dzieci z Niepełnosprawnością**

#### **ŚDS i ORW w Żarkach**

#### **JAROSZÓW - GMINA ŻARKI**

**14.01.2024**

#### **REGULAMIN**

#### **I. Cel imprezy**

1. Cel główny biegu jest zbiórka funduszy dla dzieci z niepełnosprawnością z Środowiskowego Domu Samopomocy i Ośrodka Rewalidacyjno – Wychowawczy w Żarkach.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Żarkach jest ośrodkiem wsparcia dziennego z przeznaczeniem dla osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz z zaburzeniami psychicznymi

Podstawowym celem działalności jest podtrzymywanie i rozwijanie u osób niepełnosprawnych intelektualnie i chorych psychicznie umiejętności niezbędnych do samodzielnego życia i funkcjonowania w najbliższej społeczności lokalnej

Środowiskowy Dom Samopomocy jest czynny pięć dni w tygodniu od poniedziałku do piątku w godzinach od 8 do 16

Z Środowiskowego Domu Samopomocy w Żarkach korzystają osoby z terenu gminy Żarki. W domu przybywają osoby z niepełnosprawne dzieci młodzież dorośli oraz osoby starsze

Dom Prowadzi zajęcia w zakresie: trening rehabilitacyjny, trening umiejętności spędzania czasu wolnego, trening Kulinaryny, trening Higieny i dbania o wygląd zewnętrzny, zajęcia z arteterapii, pomoc w Załatwianiu spraw urzędowych

Ośrodek Rewalidacyjno – Wychowawczy dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej w Żarkach jest przeznaczony dla osób z upośledzeniem głębokim z terenu gminy Żarki. W ośrodku są realizowane zajęcia edukacyjne, rehabilitacyjne, logopedyczne, psychologiczne. W Ośrodku prowadzone są zajęcia z wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka.

2. Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako sposobu na aktywny wypoczynek i prozdrowotne oddziaływanie na człowieka.

3. Promocja Gminy Żarki i Sołectwa Jaroszków
4. Wkład w promocję imprez sportowych w Województwie Śląskim.
5. Integracja rodzin poprzez sport i aktywny wypoczynek.

## **II. Organizator: Grupa Biegowa Biegaj z Żarkami**

Współorganizatorzy: Mieszkańcy Sołectwa Jaroszków, Rada Sołecka Jaroszowa  
Ochotnicza Straż Pożarna w Żarkach, MGOK w Żarkach,

## **III. Patronat Honorowy**

Burmistrz Miasta i Gminy Żarki Klemens Podlejski

## **IV. Termin i miejsce**

Bieg z ExtremeJura - Bieg Dobrego Serca odbędzie się w Gminie Żarki, Jaroszków  
w dniu 14.01.2024(Niedziela).

## **Program imprezy w dniu 14.01.2024r.**

08:30 – 10:10 Praca biur zawodów

10:15 Uroczyste otwarcie imprezy

10.30 Biegi Dzieci

10:40 Start Biegu na wszystkich dystansach

10.41 Start Marszu Nordic Walking na wszystkich dystansach

12:10 Zamknięcie mety dla wszystkich Biegów

12:15 Ogłoszenie wyników i rozdanie nagród

Start – przy Świetlicy w Jaroszowie

Trasa odbywa się na pętli 5,50 km

Trasa ma charakter crossowy

## **Centrum zawodów – Świetlica w Jaroszowie**

V. Dystans i kategorie

### **BIEG GŁÓWNY:**

Dystans 11 km - 2 pętla

### **Biegi Dodatkowe:**

dystans 5,50 km - 1 pętla

### **MARSZ NORDIC WALKING:**

dystans 5,5 km – 1 pętla

## **VI. Biuro zawodów**

14 Stycznia 2023 w godzinach 8.30 – 10:00.

## **VII. Zgłoszenia**

Zgłoszenia do cyklu można dokonać na 2 sposoby:

## 1. Online

Zgłoszenie dokonywane poprzez formularz na stronie [www.dostartu.pl](http://www.dostartu.pl) wraz z dokonaniem opłaty (cegiełka) na konto OSP Żarki nr konta

**10 8279 1036 0400 0358 2004 0101 z dopiskami imię i nazwisko, - bieg 5,5 km / 11 km lub nordic walking.**

**Wpisowe (cegiełka) to kwota minimum 30 zł. Całkowity dochód w wpłat z cegiełek będzie przekazany**

**Dla Dzieci z Niepełnosprawnością ŚDS i ORW w Żarkach**

**Lista z zawodnikami opłaconymi aktualizowana będzie co 48 godzin na stronie**

Maksymalny czas na zapisy i opłaty: do 11.01.2024

## 2. W biurze zawodów w dniu imprezy

Zgłoszenie dokonywane przez wypisanie formularza w biurze zawodów i wniesienie opłaty startowej. Koszt tej formy zgłoszenia wynosi 40 zł.

Osoby niepełnoletnie do 18 lat startują wyłącznie na pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych.

Limity zgłoszeń: do wszystkich startów 200 osób

W dniu zawodów organizator będzie dysponował (poza osobami zgłoszonymi przez Internetie opłaconymi): 30 pakietami na wszystkie biegi.

## **W ramach opłaty startowej uczestnicy otrzymują:**

- numer startowy,
- woda na trasie biegu i mecie
- posiłek regeneracyjny
- prawo uczestnictwa w dodatkowych nagrodach

## **IX Biegi dzieci**

Zapisy w dniu biegu w biurze zawodów. Start dzieci jest bezpłatny

Kategorie :

Przedшкоlaki - 100 metrów

Klasy 1-2 szkoła podstawowa 300 metrów

Klasy 3-4 szkoła podstawowa 400 metrów

Klasy 5-6 szkoła podstawowa 500 metrów

Klasy 7-8 szkoła podstawowa 700 metrów

## **IX. Pomiar czasu**

Prowadzony będzie ręczny stoperowy pomiar czasu.

Numer startowy należy umieścić w widocznym miejscu na klatce piersiowej. Numer

startowy nie może być zakryty ani zasłonięty – w przeciwnym wypadku organizator nie gwarantuje prawidłowości pomiaru czasu.

## **X. Klasyfikacja i nagrody**

W Biegu i Marszu Nordic Walking nagradzane będą: - miejsca 1 – 3 w klasyfikacji OPEN kobiet oraz OPEN mężczyzn:

## **XI: RODO**

1 Administratorem danych osobowych jest Grupa Biegowa Biegaj z Żarkami  
Kontakt z administratorem danych jest możliwy poprzez pocztę elektroniczną pod adresem <https://extremejura.com/> oraz [facebook.com/BiegJurajskichSciezek](https://facebook.com/BiegJurajskichSciezek).

2 W jakim celu i dlaczego przetwarzamy Twoje dane osobowe:  
wykonanie umowy - czyli udział w ExtremeJura świadczenie usług drogą elektroniczną obsługa zgłoszeń i innej korespondencji kierowanej do organizatora przygotowanie numerów startowych przygotowanie list startowych oraz opracowanie wyników i klasyfikacji przesyłanie informacji organizacyjnych (e-mail/ SMS) umożliwienie kontaktu z Tobą naszym partnerom i sponsorom wykonanie obowiązków prawnych oraz podatkowych przeciwdziałanie oszustwom i nadużyciom w celach wynikających z prawnych interesów Stowarzyszenia

3. Czy potrzebne nam są Twoje dane?

Podanie danych osobowych jest niezbędne do udziału w zawodach.  
Niepodanie danych uniemożliwia udział w biegu

4. Jak długo będziemy przetwarzać Twoje dane?

Twoje dane będziemy przetwarzać w okresie korzystania ze strony [www.dostartu.pl](http://www.dostartu.pl) oraz udziału w zawodach.

Po zakończeniu tego czasu Twoje dane będą nadal przechowywane w celach podatkowych i rachunkowych oraz w celach zapobiegania oszustwom i nadużyciom oraz dochodzenia ewentualnych roszczeń wynikających z zawartej umowy.  
Część Twoich danych - szczególnie te z wyników - mogą być przetwarzane także po tym terminie w celach archiwalnych i statystycznych.

5. Kto będzie odbiorcą danych osobowych?

Twoje dane osobowe będą ujawnione pracownikom, współpracownikom oraz podwykonawcom Administratora w zakresie niezbędnym do realizacji wcześniej wymienionych celów przetwarzania danych osobowych.

Za zapisy internetowe odpowiada Grupa Biegowa Biegaj z Żarkami z siedzibą w Żarkach

Listy startowe i wyniki, zawierające podstawowe dane osobowe (imię, nazwisko, płeć, rok urodzenia oraz miejscowość zamieszkania) będą ogólnodostępne w tym publikowane na stronie internetowej biegu. Wyniki mogą być także publikowane na innych stronach internetowych w tym w mediach.

6. Masz prawo do wniesienia żądania:

dostępu do Twoich danych osobowych ich sprostowania, usunięcia bądź ograniczenia ich przetwarzania

Ponadto masz prawo do wniesienia sprzeciwu wobec ich przetwarzania oraz

przeniesienia danych.

Dodatkowo w odniesieniu do przetwarzania, które odbywa się na podstawie Twojej zgody masz prawo do jej cofnięcia w dowolnym momencie.

Skargę na sposób przetwarzania danych osobowych możesz wnieść: Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych

ul. Stawki 2

00-193 Warszawa

## XII: POSTANOWIENIE KOŃCOWE:

Prowadzony będzie Stoperowy pomiar czasu Oficjalnym czasem biegów jest czas BRUTTO.

Numer startowy należy umieścić w widocznym miejscu na klatce piersiowej.

Numer startowy nie może być zakryty ani zasłonięty, Wyniki nieoficjalne obowiązują przez 72 godziny od publikacji w tym czasie można składać reklamacje oraz wnosić o korektę danych. Wyniki dostępne będą na stronie **www.dostartu.pl**

Uczestnicy zawodów Nordic Walking pokonują trasę marszem, z kijkami.

Marsz Nordic Walking jest to przemieszczanie się ruchem naprzemiennym krokami do przodu, z

zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, jednoczesna utrata kontaktu obu stóp z podłożem nie jest widoczna gołym okiem.

Technika i poprawność marszu zawodników będzie oceniana przez sędziów rozmieszczonych na trasie zawodów.

Drobne błędy w marszu, powodują ukaranie żółtą kartą – 2 żółte kartki równają się dyskwalifikacji. żółta kartka = 60 sekund do czasu końcowego

Rażące błędy w marszu powodują ukaranie czerwoną kartką i automatyczną dyskwalifikację

Skracanie trasy wiąże się z dyskwalifikacją.

Koszt uczestnictwa pokrywa zawodnik.

Koszty organizacji pokrywają organizatorzy.

Pobrana opłata startowa nie podlega zwrotowi.

Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii uczestników.

Uczestnicy startują w zawodach na własną odpowiedzialność.

Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki.

Młodzież poniżej 18 roku życia startuje za pisemną zgodą rodzica/opiekuna, który musi stawić się

w biurze zawodów wraz z dokumentem tożsamości, bądź pisemną zgodą wraz z kserokopią

dowodu osobistego rodzica, który tą zgodę podpisał.

Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.

Organizator zastrzega sobie prawo do wykorzystywania w celach promocyjnych, informacyjnych,

wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów przedstawiających uczestników zawodów.

Wszyscy Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz kultury osobistej,

w przeciwnym razie mogą podlegać wykluczeniu z udziału w biegu decyzją

Organizatora.

Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bądź zmiany jej terminu bez podawania

przyczyn.

Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian i ostatecznej interpretacji