



REGULAMIN

BUKOWIEC 2025 r.

DATA

Zawody odbędą się w sobotę **24 maja 2025 r.**

Start godzina **10:30**

MIEJSCE

START/META zawodów oraz strefa zmian T1 znajdować się będzie przy Jeziorze Kąpielnik w BUKOWCU

HARMONOGRAM ZAWODÓW

Piątek 23 maja 2025

18:00 – 19:00 biuro zawodów – DOM RYBAKA

19:00 – odprawa – DOM RYBAKA

Sobota 24 maja 2025

08:30 - otwarcie Biura Zawodów przy Jeziorze Kąpielnik w BUKOWCU

10:00 - odprawa

10:10 - zamknięcie Biura Zawodów

10:30 – START: BIEG DLA ZDROWIA na 10 km

10:40 - START: BIEG Z USMIECHEM na 5,5 km

11:45 - zamknięcie trasy biegowej

11:45 – START: BIEG FOR FUN – 1,5 km

12:00 - START: DUATHLON 3/15/1,5

12:15 – START: RACE MTB 20 km,

12:20 – START: ROWEREM PRZEZ LAS na 10 km.

13:30 – START: BIEG MLECZAKA DLA DZIECI

14:00 – dekoracja

14:10 - pasta party

14:20 – PREZENTACJA PRODUKTÓW

15:00 – zakończenie zawodów

15:30 - Ognisko i pogawędki – przy jeziorze KĄPIELNIK

2

CEL ZAWODÓW

- Popularyzacja biegów górskich i duathlonu
- Wspieranie zdrowego stylu życia
- Prezentacja Bukowca i ogrodów
- Zaprezentowanie marki CURASEPT

UCZESTNICTWO

indywidualne lub sztafetowe

KONKURENCJE/DYSTANS

	KONKURENCJE	DYSTANS	GODZINA STARTU
1.	BIEGAM DLA ZDROWIA	10 km	10:30
2.	BIEG Z UŚMIECHEM	5,5 km	10:40
3.	MISTRZOSTWA POLSKI BRANŻY STOMATOLOGICZNEJ W DUATHLONIE	3 bieg/10 rower/1,5 bieg	12:00
4.	DUATHLON – SZTAFETA FIRMOWA	3 bieg/10 rower/1,5 bieg	12:00
5.	BIEG FOR FUN	1,5 km (od 12 roku życia)	11:45
6.	RACE MTB	20 km	12:15
7.	ROWEREM PRZEZ LAS	10 km	12:20
8.	BIEG MLECZAKA dla dzieci	100m/500m	13:30

UCZESTNICTWO

indywidualne lub sztafetowe

ORGANIZATOR

3 FUNDACJA GO4LIFE
58 - 535 Miłków 201
e-mail: triathlon.informacja@gmail.com
NIP: 611-277-02-49, Regon: 365793147, KRS 0000645082
Bartłomiej Węglewski

Oraz :

INDENT

51-117 Wrocław
emai: poczta@indent.pl
NIP: 895 137 96 64 Regon: 930983534
Tel: 71 342 34 19

WARUNKI UCZESTNICTWA

W Zawodach mogą wziąć udział osoby, które (najpóźniej w dniu startu) mają ukończone 18 lat, opłacą opłatę startową, a także, w czasie weryfikacji w Biurze Zawodów, przedstawiają dokument potwierdzający tożsamość oraz podpiszą kartę zawodnika wraz z oświadczeniem o starcie z własnej woli i na własną odpowiedzialność. W wyścigu Sztafet dopuszcza się start zawodników, którzy w dniu Zawodów mają ukończone 14 lat za zgodą rodziców.

REJESTRACJA I ZGŁOSZENIA

Zgłoszenia do Zawodów będą przyjmowane jedynie za pośrednictwem oficjalnej strony internetowej www.dostartu.pl.

Rejestracja Sztafet odbywa się poprzez zgłoszenie kapitana.

TABELA OPŁAT STARTOWYCH

Opłaty startowe dla Zawodów są zależne od terminu dokonania płatności i wynoszą odpowiednio:

DUATHLON:

Starty indywidualne

do 29.02.2025 - 150 zł

do 24.05.2025 - 200 zł

Sztafety

do 29.02.2025 - 281 zł

do 31.05.2025 - 330 zł

Bieg z uśmiechem:

do 29.02.2025 - 99 zł

do 24.05.2025 - 145 zł

Biegam dla zdrowia/ Rowerem przez las /RACE MTB

do 29.02.2025 - 115 zł

do 24.05.2025 – 165 zł

Bieg for fun :

do 29.02.2025 - 89 zł

do 24.05.2025 - 130 zł

Bieg mleczaka dla wszystkich dzieci do 13 roku życia za darmo 😊

4

Opłata startowa zawiera koszt organizacji imprezy, zabezpieczenie medyczne, oznakowanie i zabezpieczenie trasy, medal pamiątkowy na mecie, koszulkę finishera, oprawę medialną, fotorelację i film, poczęstunek, bufet i wieczorne ognisko, wsparcie finansowe dla Parku w Bukowcu (Dęby) oraz przekazanie za każdego uczestnika szczoteczkę do zębów na wybrany dom dziecka.

BIURO ZAWODÓW i PAKIETY STARTOWE

W piątek 18:00- 19:00 - Dom Rybaka Bukowiec

W dniu zawodów od godziny 08:30 – Dom Rybaka Bukowiec

Godziny otwarcia Biura Zawodów określone są w Harmonogramie Zawodów.

Każdy zawodnik startujący w Zawodach zobowiązany jest do osobistego odebrania (w Biurze Zawodów, w godzinach jego otwarcia) Pakietu Startowego, w którym znajdować się będą wszelkie niezbędne do przeprowadzenia klasyfikacji przedmioty, a także możliwe upominki od sponsorów.

ZASADY ROZGRYWANIA ZAWODÓW

- **TRASA BIEGOWA** ma charakter trialowy (leśny, z przewagą lasu), trasa głównie szutrowa z dwoma mocnymi podbiegami i zbiegami. W większości pobiegiesz ścieżkami leśnymi w bezpiecznym miejscu. Zaczynamy od biegu dookoła jeziora Kąpielnik następnie podbieg pod Mrowiec z malowniczym krajobrazem na Karkonosze by po zdobyciu szczytu udać się czerwonym szakiem w kierunku jeziora i kolejny podbieg by zdobyć wieżę, następnie zbieg na metę do Kąpielnika. Zalecamy buty trialowe.

- **BIEG for Fun** – jedno okrążenie jeziora 1,5 km – zabawa biegowa – wszyscy wygrywają medale, piękny uśmiech i cudna zabawę
- **ROWEREM PRZEZ LAS** – piękna malownicza i łatwa trasa rowerowa. Przeznaczona dla dla osób kochających leśne wycieczki rowerowe. Zalecany rower MTB lub Gravel.
- **RACE MTB** – pokonamy tą trasą 2 krotnie

KLASYFIKACJE I KATEGORIE WIEKOWE

W czasie Zawodów prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- Open kobiet 1,5/5,5/10
- Open mężczyzn 1,5/5,5/10
- Open sztafeta firmowa
- OPEN MISTRZOSTWA POLSKI BRANŻY STOMATOLOGICZNEJ W DUATHLONIE
kobiety / mężczyźni
- Open Bieg mleczaka
- Open Rowerem przez las
- Open RACE MTB

5

NAGRODY

Każdy zawodnik, który ukończy zawody jest zwycięzcą 🏆

Zostaniesz udekorowany, pamiątkowym medalem, koszulką finisfera, damy Ci też dobrze zjeść.

Pierwszych trzech zawodników i pierwsze trzy zawodniczki w każdej kategorii indywidualnej otrzyma pamiątkową statuetkę, a także nagrody rzeczowe.

Zwycięska sztafeta otrzyma pamiątkową statuetkę i nagrody rzeczowe.

Udekorujemy również zwycięzców premii górskich oraz najmłodszego i najstarszego zawodnika.

REZYGNACJA PODCZAS ZAWODÓW

Uczestnicy, którzy zrezygnowali z kontynuacji wyścigu, bez względu na powód, muszą natychmiast poinformować o tym fakcie organizatora lub sędziego oraz oddać chip pomiaru czasu w Biurze Zawodów.

POMIAR CZASU

W czasie Zawodów prowadzony będzie elektroniczny pomiar czasu z użyciem sprzętu rejestrującego indywidualnego dla każdego zawodnika (tzw. chipy). W przypadku sztafet – jeden chip na cały zespół. Reklamacje związane z ewentualnymi błędami przy pomiarze czasu należy niezwłocznie zgłaszać Organizatorowi.

WYNIKI

Oficjalne wyniki będą zamieszczone na stronie internetowej zawodów www.time-sport.pl oraz na stronie internetowej karkonosz.pl Będą też wyniki Live na FB. Istnieje możliwość dokupienia GPS.

SZTAFETY

W Klasyfikacji Sztafetowej uwzględniany będzie łączny wynik Sztafety uzyskany na mecie przez ostatniego zawodnika, czyli kończącego bieg.

Sztafeta nie musi być oficjalnie funkcjonującym klubem sportowym i może zostać stworzona ad hoc na potrzeby Zawodów. Sztafeta może składać się z 2 lub 3 zawodników - płeć i wiek zawodników Sztafety nie ma znaczenia.

Ważne by konkurencje wykonywać naprzemiennie.

OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

Uczestnicy zawodów poprzez dokonanie rejestracji uczestnictwa w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych w rozumieniu ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. Nr 133, poz. 833 z późn. zmianami) na potrzeby zawodów, wyłaniania zwycięzców oraz przyznawania i wysyłania nagród.

Administratorem danych jest Organizator. Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania.

Dane osobowe Uczestników zostaną wykorzystane zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. nr 101 poz. 926 ze zm.) wyłącznie w celach, o których mowa w ust.1. Wykorzystanie to obejmuje także publikację imienia i nazwiska uczestnika wraz z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje oraz wieku, w każdy sposób, w jaki publikowane lub rozpowszechniane będą informacje o Zawodach. W szczególności dotyczy to publikacji listy startowej, zdjęć i filmów z Zawodów.

Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w Zawodach.

O ile podczas rejestracji uczestnik wyraził taką zgodę, jego dane osobowe mogą być wykorzystywane w celach marketingowych, a na podany podczas rejestracji adres e-mail mogą być wysyłane informacje marketingowe drogą elektroniczną (zgodnie z ustawą z dnia 18 lipca 2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną Dz. U. nr 144, poz. 1204, z późn. zm.) przez Organizatora oraz podmioty z nim współpracujące.

Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencję na adres Organizatora.

UWAGI KOŃCOWE

Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników.

W czasie trwania zawodów Organizator zapewnia opiekę medyczną.

Na mecie znajdować się będzie Strefa Zawodnika, w której dostępne będą napoje i jedzenie dla zawodników.

Odbiór nagród i statuetek może nastąpić wyłącznie osobiście podczas kończącej zawody ceremonii wręczenia nagród.

W przypadku niespodziewanych klęsk żywiołowych takich jak powódź, sztorm, grad, huragan, ulewny deszcz, burze z piorunami itp., Organizator zastrzega sobie możliwość odwołania imprezy i przełożenie jej na inny termin lub zmiany formuły zawodów.

Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko.

Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w zawodach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwości odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Niezależnie od ubezpieczenia OC Organizatora, uczestnicy Zawodów powinni rozważyć ubezpieczenie się od następstw nieszczęśliwych wypadków w szerszym zakresie.



Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione podczas imprezy.

Uczestnik nieprzestrzegający niniejszego Regulaminu może zostać zdyskwalifikowany lub niedopuszczony do startu w Zawodach.

Sprawy nie objęte Regulaminem rozstrzyga Organizator.

Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.

7

ORGANIZATOR

FUNDACJA GO4LIFE

58 - 535 Miłków 201

e-mail: triathlon.informacja@gmail.com

NIP: 611-277-02-49, Regon: 365793147, KRS 0000645082

nr konta: 29 1020 2124 0000 8902 0192 2491

INDENT

KONTAKT

www.goforsmile.pl

organizator: 603 940 056

GO4LIFE