



REGULAMIN

46. *Międzynarodowy Bieg V-ciu Stawów*

pod Patronatem Burmistrza Miasta Myszkowa
Włodzimierza Żaka

Myszków, 8 czerwca 2025 r.

CEL IMPREZY

1. Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako sposobu na aktywny wypoczynek i prozdrowotne oddziaływanie na człowieka.
2. Promocja Miasta oraz upowszechnianie aktywnego wypoczynku wśród mieszkańców Miasta Myszkowa.
3. Wkład w promocję imprez sportowych w Województwie Śląskim.
4. Popularyzacja Jury Krakowsko-Częstochowskiej jako obszaru turystyki aktywnej.
5. Integracja rodzin poprzez sport i aktywny wypoczynek.

ORGANIZATOR

- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Myszkowie

WSPÓŁORGANIZATOR

- Urząd Miasta w Myszkowie
- Stowarzyszenie ACTUS w Myszkowie



MYSZKÓW
ROZWIJA MOŻLIWOŚCI



TERMIN I MIEJSCE

Niedziela 8 – go czerwca 2025 r.

Kompleks wypoczynkowo – sportowy „Dotyk Jury” przy ul. Dobrej 9 w Myszkowie

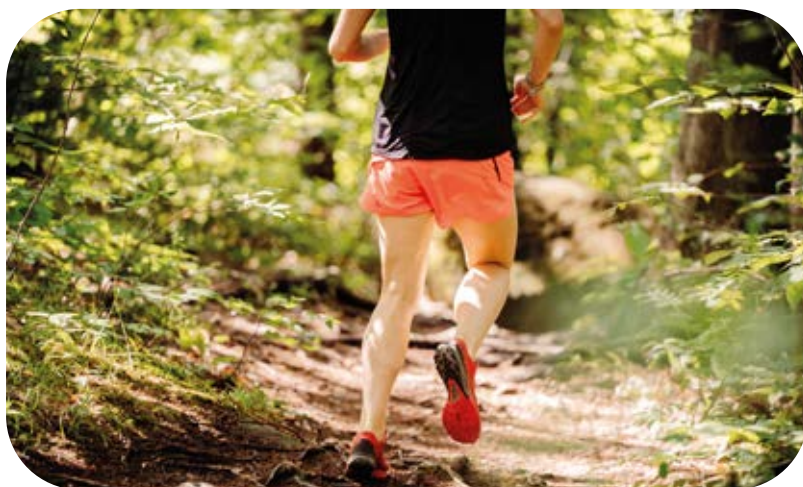
PROGRAM MINUTOWY

- 07:30 – 9:30 Praca biur zawodów
- 07:30 – 8:45 Zapisy dzieci i młodzież (przedszkolaki, szkoły podstawowe i średnie)
- 09:00 START dzieci i młodzieży (zaczynamy od szkół średnich)
- 09:45 **UROCZYSTE OTWARCIE IMPREZY przez Burmistrza Miasta Myszkowa Włodzimierza Żaka**
- 09:50 Rozgrzewka przed Biegiem Głównym
- 10:00 START Biegu Głównego – Półmaraton (21km)
- 10:30 START Biegu Ćwierćmaraton (11 km)
- 10:30 START Biegu Jurajska Piątka (5 km)
- 10:35 START Marszu Nordic Walking (11 km)
- 13.00 Zamykanie mety dla wszystkich Biegów,
(Wyniki) Nagradzanie dzieci i młodzież,
(Wyniki) Nagradzanie Półmaratonu, Ćwierćmaratonu, Jurajska Piątka, Nordic Walking
Konkurs I dla dzieci i młodzieży,
Konkurs II dla uczestników w Biegach Głównych.

DYSTANS I KATEGORIE

BIEG GŁÓWNY 21 KM

Półmaraton – Podany dystans jest orientacyjny, ale nie mniej niż 21 km. Szczegółowe informacje na temat biegu, trasa w formacie GPX zostanie podana na stronie www.mosirmyszkow.pl lub fcb.



WSZYSTKIE DYSTANSE

KATEGORIA DRUŻYNOWA
(skład co najmniej 4-osobowy)



ĆWIERĆMARATON 11 KM

Ćwierćmaraton – Podany dystans jest orientacyjny. Szczegółowe informacje na temat biegu, trasa w formacie GPX zostanie podana na stronie www.mosirmyszkow.pl lub fcb.



JURAJSKA PIĄTKA 5 KM

Jurajska Piątka – Podany dystans jest orientacyjny. Szczegółowe informacje na temat biegu, trasa w formacie GPX zostanie podana na stronie www.mosirmyszkow.pl lub fcb.



NORDIC WALKING 11 KM

Ćwierćmaraton – Podany dystans jest orientacyjny, ale nie mniej niż 11 km. Szczegółowe informacje na temat biegu, trasa w formacie GPX zostanie podana na stronie www.mosirmyszkow.pl lub fcb.



QR WWW.MOSIRMYSZKOW.PL



QR FCB MOSIRMYSZKOW



1. W klasyfikacji drużynowej nagradzane będą 3 najlepsze zespoły.
2. Drużynę zgłasza **KAPITAN DRUŻYNY** poprzez wysłanie wiadomości e-mail na adres **mosir_1@interia.pl**; wiadomość powinna zawierać nazwę drużyny oraz imię i nazwisko kapitana drużyny; nie ma potrzeby podawania członków drużyny!
System komputerowy sam odnajdzie zawodników na podstawie nazwy drużyny.
3. Każdy członek drużyny jest zobowiązany do podania nazwy drużyny w formularzu zapisów; nazwa musi być identyczna jak w zgłoszeniu kapitana drużyny (polskie znaki, spacje, literówki itp.); błędne wpisanie nazwy drużyny będzie skutkowało pominięciem zawodnika przy wyliczaniu klasyfikacji końcowej;
4. Nazwę drużyny będzie można dopisać lub zmodyfikować **do dnia 01.06.2025r.**
5. Drużyna musi się **składać z co najmniej 4 osób w tym co najmniej 1 kobieta.**
6. Do klasyfikacji drużynowej będą zaliczone wszystkie dystanse „Biegu V stawów 2025”, tj. Półmaraton 21km, Ćwierćmaraton 11km, Nordic Walking 11km, Jurajska Piątka 5km.
7. Aby drużyna została sklasyfikowana, zawodnicy z jednej drużyny muszą wystartować co najmniej na trzech dystansach, tzn., że dwóch zawodników może startować na jednym i tym samym dystansie, np. 1 zawodnik na 21km, 1 zawodnik na 11km i 2 zawodników M i K na 11km NW.
8. Kolejność w klasyfikacji drużynowej ustalana będzie na podstawie sumy punktów uzyskanych przez członków drużyny.
9. Punkty przyznawane będą za zajęte miejsca w klasyfikacji OPEN mężczyzn i kobiet.
10. **Zwycięzcą zostanie drużyna, która uzyska NAJMNIĘJSZĄ!!! ilość punktów.**
11. Za pierwsze miejsce uzyskuje się 1 pkt, za 10 miejsce 10pkt, a za 67 miejsce 67pktów itd.
12. W przypadku uzyskania takiej samej liczby punktów przez więcej niż jedną drużynę o kolejności zdecydują wyższe miejsca w klasyfikacji indywidualnej członków drużyny.
13. Jeśli miejsca 4 najszybszych zawodników nadal nie rozstrzygają o kolejności, to pod uwagę są brani kolejni zawodnicy z danej drużyny. Gdy drużyna posiada tylko 4 zawodników, to w takim przypadku przegrywa.



TRASA

- a) Trasy zawodów przebiegają głównie znakowanymi szlakami turystycznymi, drogami i ścieżkami leśnymi. Częściowo także drogami publicznymi.
- b) **Organizator zaleca uczestnikom, aby przed startem zapoznali się z mapą i opisem trasy i wgrali w swoje urządzenia ślad trasy (TRACK).**
- c) Trasy będą częściowo oznakowane taśmą biało-czerwoną, znakami kierunkowymi i sprayem.
- d) W przypadku zgubienia się na trasie najlepszym rozwiązaniem jest cofnięcie się do ostatniego miejsca z widocznym oznakowaniem trasy i poszukanie oznaczeń.
- e) Wszyscy zawodnicy powinni poruszać się po trasach zawodów zgodnie z trasą określoną na mapie i informacjami podanymi na stronie zawodów.
- f) Trasy zawodów przebiegające po drogach publicznych lub krzyżujące się z drogami publicznymi mogą być w miejscach szczególnie niebezpiecznych zabezpieczone przez straż, policję oraz osoby zabezpieczające trasę.
- g) Zawodnicy podczas biegu na drogach publicznych są tak samo traktowani jak uczestnicy ruchu drogowego i muszą się poruszać zgodnie z przepisami ruchu drogowego (chyba, że oznakowanie trasy lub polecenia straży, policji oraz osób zabezpieczających trasę nakazywać będą inny sposób poruszania się).
- h) Zawodnicy podczas biegu muszą zachować szczególną ostrożność, mając na uwadze możliwość wyjechania pojazdów (np. z pól, bocznych dróg leśnych, pojedynczych zabudowań jak również pojawienia się zwierząt).
- i) Na trasie, także w terenach leśnych, mogą poruszać się pojazdy Organizatora i pojazdy zabezpieczające przebieg zawodów.
- j) Trasy zawodów nie są zamykane i mogą poruszać się po nich turyści i inne osoby, dlatego prosimy o zachowanie ostrożności.

OZNAKOWANIE (STRZAŁKI)



strzałka CZERWONA – oznaczenie POCZĄTKU i KOŃCA trasy gdzie wszyscy biegą razem.



strzałka NIEBIESKA – oznaczenie trasy PÓŁMARATONU na 21 km.



strzałka ZIELONA – oznaczenie trasy ĆWIERĆMARATONU na 11 km oraz trasy Marszu NORDIC WALKING na 11 km.



strzałka POMARAŃCZOWA – oznaczenie trasy JURAJSKA PIĄTKA na 5 km.



ZGŁOSZENIA

Zgłoszenia do BIEGU można dokonać na 2 sposoby:

1. Online

Zgłoszenie dokonywane poprzez formularz na stronie www.dostartu.pl wraz z dokonaniem opłaty przez płatności elektroniczne.

Maksymalny czas na zapisy i opłaty: do 05.06.2025 r. do godz.23.59

2. W biurze zawodów

W dniu imprezy (8-go czerwca 2025 r.)

Zgłoszenie dokonywane poprzez wypisanie formularza w biurze zawodów i wniesienie opłaty startowej wyłącznie gotówką. Koszt tej formy zgłoszenia wynosi 50,00 zł.

Osoby niepełnoletnie do 18 lat startują wyłącznie z pisemną zgodą rodziców lub opiekunów prawnych.

Limit zgłoszeń: do wszystkich startów 300 osób (półmaraton, ćwierćmaraton, jurajska piątka, marsz nordic walking) w przypadku większego zainteresowania limit zostanie zwiększony.

W dniu zawodów organizator będzie dysponował (poza osobami zgłoszonymi online opłaconymi) dostępnymi pakietami na wszystkie biegi główne w ilości 50 sztuk.

OPŁATA STARTOWA

BIEG GŁÓWNY(PÓŁMARATON/ ĆWIERĆMARATON, JURAJSKA PIĄTKA/MARSZ NORDIC WALKING
Opłata startowa:

- do dnia 5 czerwca 2025 r. do godz. 23:59– 40,00 zł (zgłoszenie i płatność ONLINE).
- Opłata startowa dla zgłoszeń w biurze zawodów w dniu 8-go czerwca 2025 r. – 50,00 zł (zapis i płatność na miejscu wyłącznie gotówką).

W ramach opłaty startowej uczestnicy otrzymują:

- numer startowy, wraz z bezzwrotnym chipem do elektronicznego pomiaru czasu,
- medal pamiątkowy po przekroczeniu linii mety,
- woda na trasie biegu i na mecie,
- posiłek regeneracyjny,
- prawo uczestnictwa w konkursach dodatkowych, które odbędą się po oficjalnym wręczeniu nagród zwycięzcom zawodów.

POMIAR CZASU

Prowadzony będzie elektroniczny 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.



BIEGI DZIECI I MŁODZIEŻY

Start dzieci jest BEZPŁATNY.

Zapisy online do 5 czerwca 2025 r. do godz. 23:59 oraz w dniu biegu w biurze zawodów od godz. 7:30 do godz. 08:45

SZKOŁA ŚREDNIA

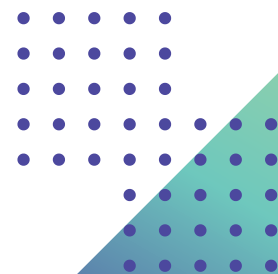
godzina 09:00	dziewczęta	rocznik 2009, rocznik 2008, rocznik 2007	dystans 1000 m.
godzina 09:00	chłopcy	rocznik 2009, rocznik 2008, rocznik 2007	dystans 1000 m.

SZKOŁA PODSTAWOWA

godzina 9:10	dziewczęta	rocznik 2011, rocznik 2010	dystans 800 m.
godzina 9:10	chłopcy	rocznik 2011, rocznik 2010	dystans 800 m.
godzina 9:20	dziewczęta	rocznik 2013, rocznik 2012	dystans 400 m.
godzina 9:20	chłopcy	rocznik 2013, rocznik 2012	dystans 400 m.
godzina 9:25	dziewczęta	rocznik 2015, rocznik 2014	dystans 300 m.
godzina 9:25	chłopcy	rocznik 2015, rocznik 2014	dystans 300 m.
godzina 9:30	dziewcząt	rocznik 2017, rocznik 2016	dystans 200 m.
godzina 9:30	chłopcy	rocznik 2017, rocznik 2016	dystans 200 m.

PRZEDSZKOLAKI (startują razem) START PRZED SCENĄ

godzina 10:10	dziewczęta i chłopcy	rocznik 2018 i młodszy	dystans 100 m.
---------------	----------------------	------------------------	----------------



KLASYFIKACJA I NAGRODY

Na zawodach będzie elektroniczny pomiar czasu, za pomocą chipów bezzwrotnych. Klasyfikacja na mecie będzie dokonywana w oparciu o czas netto.

PÓŁMARATON (21 km)

Klasyfikacja OGÓLNA KOBIET I MĘŻCZYZN (OPEN)

Wartościowe BONY PODARUNKOWE

MIEJSCA 1-3

Klasyfikacja DRUŻYNOWA (skład min. 4-osobowy) Wszystkie dystanse

Statuetka na drużynę

MIEJSCA 1-3

KATEGORIE
WIEKOWE
KOBIET

K1
18 - 30
lat

MIEJSCA 1-3

K2
31- 45
lat

MIEJSCA 1-3

K3
46 - 59
lat

MIEJSCA 1-3

K4
60 lat
i powyżej

MIEJSCA 1-3

Wartościowe BONY PODARUNKOWE

MIEJSCA 1-3

KATEGORIE
WIEKOWE
MĘŻCZYZN

M1
18 - 30
lat

MIEJSCA 1-3

M2
31- 45
lat

MIEJSCA 1-3

M3
46 - 59
lat

MIEJSCA 1-3

M4
60 lat
i powyżej

MIEJSCA 1-3

Wartościowe BONY PODARUNKOWE

MIEJSCA 1-3

ĆWIERĆMARATON(11km), MARSZ NORDIC WALKING(11km), JURAJSKA PIĄTKA(5km)

Klasyfikacja OGÓLNA KOBIET I MĘŻCZYZN (OPEN)

osobno dla biegów: ĆWIERĆMARATON, MARSZ NORDIC WALKING,
JURAJSKA PIĄTKA

Wartościowe BONY PODARUNKOWE

MIEJSCA 1-3

PÓŁMARATON (21 km)

NAJLEPSZA MYSZKOWIANKA W BIEGU GŁÓWNYM

Wartościowe BONY PODARUNKOWE

NAJLEPSZY MYSZKOWIANIN W BIEGU GŁÓWNYM

Wartościowe BONY PODARUNKOWE

46. MIEJSCE W BIEGU GŁÓWNYM

Wartościowe BONY PODARUNKOWE

BIEGI DZIECI I MŁODZIEŻ (szkoła podstawowa i szkoła średnia)

SZKOŁA PODSTAWOWA DZIEWCZĘTA/ CHŁOPCY

Wartościowe BONY PODARUNKOWE

MIEJSCA 1-3

SZKOŁA ŚREDNIA DZIEWCZĘTA/ CHŁOPCY

Wartościowe BONY PODARUNKOWE

MIEJSCA 1-3

PRZEDSZKOLAKI

DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY (wszyscy uczestnicy)

Medal, certyfikat, gadżet

KONKURS I dla DZIECI I MŁODZIEŻY

KONKURS II dla uczestników w BIEGACH GŁÓWNYCH

Administratorem danych osobowych jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Myszkowie z siedzibą przy ul. Miedzianej 3, 42-300 Myszków (e-mail: mosir_1@interia.pl, nr tel. 34313-25-81).

Administratorem danych osobowych, zwanym dalej ADO, jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Myszkowie z siedzibą przy ul. Miedzianej 3, 42-300 Myszków (e-mail: mosir_1@interia.pl, nr tel.: (34) 313-25-81).

Przetwarzanie odbywa się zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady UE 2016/679 z 27.04.2016 r. ws. osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i ws. swobodnego przepływu takich danych, dalej RODO) I innym przepisami prawa dot. ochrony danych osobowych.

Podane dane osobowe będą przetwarzane na podstawie udzielonej przez Panią/Pana zgody (art.6 ust.1 pkt a. RODO) wyłącznie w celach wskazanych w zgłoszeniu, nie dłużej niż jest to konieczne do realizacji tych celów lub do czasu wycofania zgody. Podanie tych danych jest dobrowolne, ale niezbędne do realizacji wskazanych celów.

Pani/Pana dane nie będą udostępniane innym podmiotom niż uprawnionym na mocy prawa.

Przysługuje Pani/Panu prawo żądania dostępu do danych osobowych ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, prawo przenoszenia danych, a także prawo wniesienia skargi na przetwarzanie danych do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Prowadzony będzie elektroniczny pomiar czasu z wykorzystaniem chipów bezzwrotnych (Biegi Głównie);
- Oficjalnym czasem biegów jest czas netto. 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 dostartu.pl;
- Organizator zapewnia pomoc medyczną podczas zawodów. Pomoc medyczna będzie dostępna na stałe przy biurze zawodów;
- Dodatkowo z pomocy będzie można skorzystać z mobilnego punktu medycznego (ratownicy), które będą poruszać się na końcu trasy za ostatnim zawodnikiem biegnącym;
- Skorzystać z pomocy będzie można na punktach z wodą;
- Zawodnicy mają obowiązek udzielania pomocy innym poszkodowanym i wezwania pomocy;
- 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;
- Rażące błędy w marszu powodują ukaranie czerwoną kartką i automatyczną dyskwalifikację przez dyrektora Zawodów;
- Skracanie trasy wiąże się z dyskwalifikacją;
- Z dniem zakończenia zapisów online brak możliwości przepisania pakietu na inną osobę, przepisanie pakietów tylko w dniach zapisów online;
- 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;
- 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.

ORGANIZATOR

DYREKTOR

Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji
w Myszkowie

Andrzej Czapla

