

**STOWARZYSZENIE NA RZECZ ROZWOJU SPORTU  
W GMINIE CZOSNÓW**



[www.facebook.com/orzel1928](http://www.facebook.com/orzel1928)

ul. Strażacka 26, 05-152 Czosnów  
e-mail: orzel1928.czosnow@gmail.com, tel. 505-162-471  
Rachunek bankowy: 73-8009-1046-0010-8328-2002-0001

**Regulamin wydarzenia sportowego X Biegu Orła w Czosnowie –  
19.10.2025 r.**

**§ 1.**

1. Organizatorem - X Biegu Orła w Czosnowie, zwanym dalej Biegiem Orła, jest Stowarzyszenie na rzecz Rozwoju Sportu w Gminie Czosnów.

2. Współorganizatorami Biegu Orła są:

- 1) Urząd Gminy Czosnów;
- 2) Lokalna Organizacja Turystyczna Trzech Rzek
- 3) Otwarte Ramiona- Fundacja Splotu Ramiennego

**§ 2.**

Partnerami Biegu Orła są:

- 1) Łomiankowska Grupa Biegowa;
- 2) Rozbiegamy Nowy Dwór.
- 3) Fundacja aKUKU,

**§ 3.**

Celem Biegu Orła w Czosnowie jest:

- 1) upowszechnianie biegania, jako najprostszej formy ruchu;
- 2) promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia wśród dzieci, młodzieży i dorosłych;
- 4) szerzenie wartości patriotycznych;
- 5) świętowanie rocznicy odzyskania niepodległości przez Polskę;
- 6) promocja Gminy Czosnów i okolic
- 7) Promocja postaw tolerancji, akceptacji, szacunku, gotowości służenia pomocą (nie wyręczania), otwartości na potrzeby innych, zwłaszcza osób z niepełno sprawnościami
- 8) Zbiórka środków na rzecz wspierania projektów kierowanych dla seniorów w Gminie Czosnów

**§ 4.**

1. Bieg Orła odbędzie się na terenie Gminy Czosnów (powiat nowodworski) w dniu 19.10.2025 r.

2. Przebieg tras Biegu Orła zostanie opublikowany na stronie internetowej:

<https://www.facebook.com/biegorla>

najpóźniej 14 dni przed rozpoczęciem imprezy.

#### **§ 5.**

1. Bieg Orła odbędzie się na dystansie 1928 m (marszobieg) oraz 5000 m (bieg).
2. Liczba uczestników Biegu Orła jest ograniczona do 225 osób na dystansie 1928 , 250 osób na dystansie 5000 m.
3. Dopuszcza się możliwość przesunięcia miejsc w przypadku większego zainteresowania uczestników danym dystansem, liczba uczestników jednego biegu nie może przekroczyć 250.
4. Organizator zastrzega sobie prawo zamknięcia listy startowej / zgłoszeń w momencie przekroczenia powyższej liczby uczestników biegu. Pierwszeństwo udziału w biegu mają osoby, które zapisały się i uiściły wcześniej opłatę startową.
5. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie czasu zobowiązani są do zejścia z trasy.
6. Numery startowe są bezzwrotne.
7. Linia startu i mety będzie się znajdować na ul. Gminnej w Czosnowie.
8. Na mecie będą się znajdować stanowiska wydawania wody i medali.
9. Miasteczko biegowe będzie znajdować się na parkingu przed Urzędem Gminy w Czosnowie, który mieści się przy ul. Gminnej 6.
10. W dniu biegu zostanie zorganizowany depozyt dla uczestników, czynny w godzinach 12:00-16:00.
11. Depozyty będą przyjmowane w Biurze Zawodów.
12. W trakcie trwania Biegu Orła odbędzie się rozgrzewka dla startujących w obu dystansach oraz inne atrakcje współtowarzyszące.

#### **§ 6.**

1. Start marszobiegu (dystans 1928 m) przewidziany jest na godzinę 13:20.
2. W marszobiegu nie ma ograniczeń wiekowych. Dzieci poniżej 12 roku życia startują w obecności rodziców lub opiekunów.
3. Trasę marszobiegu można pokonać marszem lub biegiem, dozwolone są wózki dla osób niepełnosprawnych oraz wózki dla małych dzieci. Dozwolone jest używanie wózków i rowerków biegowych oraz kijków nordicwalking.
4. Trasa marszobiegu nie posiada atestu PZLA.
5. W trakcie marszobiegu nie ma systemu pomiaru czasu.
6. Limit czasu marszobiegu to 35 minut.
7. Zezwala się na start zawodnika z psem pod warunkiem, że na całej trasie pies utrzymywany będzie przez zawodnika na smyczy i w kagańcu.

#### **§ 7.**

1. W biegu (dystans 5000 m) mogą startować osoby, które w dniu zawodów będą miały ukończone minimum 12 lat.
2. Trasa biegu nie posiada atestu PZLA.
3. Start biegu (dystans 5000 m) przewidziany jest na godzinę 14:00.
4. Limit czasu biegu na dystansie 5000 m wynosi 1 godzinę.
5. Trasa będzie oznaczona znakami maksimum co 1 000 m.

### **§ 9.**

1. W biegu (dystans 5000 m) zostaną rozstrzygnięte następujące klasyfikacje:
  - 1) najlepsza biegaczka;
  - 2) najlepszy biegacz;
  - 3) najlepsza biegaczka gminy Czosnów;
  - 4) najlepszy biegacz gminy Czosnów;
  - 5) Najlepszy Biegacz w kategorii wiekowej 40 +
  - 6) Najlepsza Biegaczka w kategorii wiekowej 40 +
  - 7) Najlepszy Biegacz w kategorii wiekowej 50 +
  - 8) Najlepsza Biegaczka w kategorii wiekowej 50 +
  - 9) najlepsza drużyna.
2. W biegu drużynowym może wziąć udział grupa licząca minimum 4 osoby.
3. W klasyfikacji drużynowej liczy się czas trzech najlepszych osób z drużyny.
4. Czasy osób startujących w drużynach brane są pod uwagę w klasyfikacji indywidualnej wśród kobiet i wśród mężczyzn.
5. Klasyfikacja drużynowa będzie możliwa, jeśli do biegu zgłosi się minimum 5 drużyn.

### **§ 10.**

1. Zgłoszenia można dokonywać internetowo do dnia 16.10.2025 r.: na stronie <https://dostartu.pl/bieg-orla-w-czosnowie-v14220>
2. Osobiście zgłoszeń można dokonywać:
  - 1) W Budynku OSP CZOSNÓW , 05-152 Czosnów, ul. Strażacka 41 w dniu 17.10.2024 r. w godzinach 18:00-20:30;
  - 2) w Biurze Zawodów w dniu 19.10.2024 r. przed Urzędem Gminy Czosnów w godzinach 10:30-13:00.

### **§ 11.**

Wszystkie wykonane zdjęcia zostaną opublikowane na stronie <https://www.facebook.com/biegorla>

### **§ 12.**

1. Warunkiem wzięcia udziału w biegu jest podpisanie u Organizatora Biegu Orła karty oświadczenia oraz dokonanie opłaty rejestracyjnej. Karty zgłoszenia uczestnictwa osób

niepełnoletnich wypełniają rodzice i dostarczają do organizatora w dniu biegu załączniki nr 1 do regulaminu.

2. Odbiór pakietu startowego możliwy jest po wypełnieniu warunku określonego w ust. 1. Odbierający pakiet startowy zawodnicy lub ich opiekunowie potwierdzają ten fakt podpisem.

3. Dopuszcza się wydanie pakietu startowego pisemnie upoważnionej osobie. Wzór upoważnienia określa załącznik nr 2 do regulaminu.

4. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do złożenia w biurze zawodów Karty zgłoszenia uczestnictwa stanowiącej załącznik nr 1 do regulaminu podpisanej przez rodzica lub prawnego opiekuna.

5. W pakiecie startowym uczestnik otrzymuje numer startowy i agrafki do jego przypięcia oraz upominki od sponsorów. Po ukończeniu biegu zawodnik otrzymuje pamiątkowy medal i napój oraz posiłek regeneracyjny.

### **§ 13.**

1. Opłata startowa wynosi:

1) w marszobiegu na 1928 m:

a. Dzieci i młodzież do 18 lat

- 20 zł do dnia 07.09.2025 r.

- 25 zł- do dnia 16.10 oraz w dniach 17.10 ( Biuro Zawodów ) oraz w dniu zawodów

b. dorośli od 18 roku życia;

- 30 zł do 07.09. 2025 r.

- 35 zł- do dnia 16.10.2025 r. oraz w dniach 17.10 ( Biuro Zawodów ) oraz w dniu zawodów

2)w biegu na 5000 m:

a)młodzież w wieku 12-18 lat:

- 39 zł, jeśli opłata startowa zostanie wniesiona do dnia 07.09.2025 r.,

- 49 zł- do 16.10.2025 r.

- 60 zł- w dniach 17.10 ( Biuro Zawodów ) oraz w dniu zawodów

b)dorośli od 18 roku życia:

-49 zł, jeśli opłata startowa zostanie wniesiona do dnia 07.09.2025 r.

- 59 zł, jeśli opłata startowa zostanie wniesiona do dnia 16.10.2025 r.,

- 70 zł, jeśli opłata startowa zostanie wniesiona 17.10 ( Biuro zawodów ) lub w dniu zawodów

2. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.

3. Dokonanie opłaty startowej jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.

### **§ 14.**

1. Puchary przewidziane są dla zawodników biorących udział w biegunie dystansie 5000 m za miejsca 1-3 w klasyfikacjach określonych w §9 ust. 1.

2. Zawodnik na mecie nie posiadający numeru startowego (5000 m) nie podlega sklasyfikowaniu.

### **§ 15.**

1. Kontakt i informacje na temat biegu: Marcin Manowski, tel. 505-162-471, e-mail: [bieg.orlaczosnow@gmail.com](mailto:bieg.orlaczosnow@gmail.com)

2. Na czas trwania Biegu Orła organizator zapewnia uczestnikom imprezy obsługę medyczną.

3. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników Biegu Orła.

4. Organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe pozostawione w depozycie.

5. Organizator zastrzega sobie prawo niedopuszczenia osoby do biegów w sytuacji, gdy poweźmie podejrzenie, że jest ona pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających.

6. Organizator zastrzega możliwość odwołania imprezy z przyczyn od niego niezależnych.

7. Zabrania się jazdy po wyznaczonej trasie biegowej na rowerach, deskorolkach itp. Osoby łamiące ten przepis będą usuwane z trasy.

8. Zabrania się spożywania alkoholu i przyjmowania środków odurzających w czasie imprezy.

9. We wszystkich sprawach nieujętych regulaminem decyduje organizator Biegu Orła, któremu przysługuje wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu.

10. Wszelkie dodatkowe informacje będą zamieszczane na stronie: <https://www.facebook.com/biegorla>

**Załącznik nr 1**

**X Orła w Czosnowie – 19 października 2025 r.**

Numer startowy
----------------

Opłata
--------

<p>-----</p> <p>-----</p> <p>Imię, nazwisko zawodnika</p>	<p><input type="checkbox"/> - jestem zameldowany na terenie gminy Czosnów</p> <p><input type="checkbox"/> - 1928 m</p> <p><input type="checkbox"/> - 5 km</p>
<p>-----</p> <p>-----</p> <p>Imię, nazwisko opiekuna zawodnika</p>	<p><input type="checkbox"/> - kobieta</p> <p><input type="checkbox"/> - mężczyzna</p>
<p>-----</p> <p>Data urodzenia zawodnika</p>	<p>-----</p> <p>Numer telefonu (SMS z wynikiem)</p>
<p>-----</p> <p>Klub zawodnika</p>	
<p>Oświadczam, że zapoznałem/am się z regulaminem imprezy oraz, że dziecko, którego jestem opiekunem jest zdolne do udziału w zawodach i startuje ono na moją odpowiedzialność. Wyrażam zgodę na udział dziecka w zawodach, przetwarzanie jego danych przez Organizatora zawodów na potrzeby obsługi sędziowskiej oraz przygotowania i publikacji wyników zawodów. Wyrażam zgodę, aby zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady z dzieckiem, a także wyniki z danymi osobowymi dziecka mogły być wykorzystane przez prasę, radio i telewizję, a także w celach marketingowych Organizatora i sponsorów.</p> <p style="text-align: right;">.....</p>	

## Załącznik nr 2

.....  
Imię, nazwisko zawodnika\* / Imię, nazwisko opiekuna zawodnika\*  
(\*niepotrzebne skreślić)

.....  
Miejscowość, data

.....  
Data urodzenia

.....  
Numer startowy

.....  
Dystans

### UPOWAŻNIENIE

Upoważniam \_\_\_\_\_ do odbioru pakietu startowego umożliwiającego wzięcie udziału w wydarzeniu X Bieg Orła w Czosnowie. W załączeniu przekazuję wypełnioną i podpisaną Kartę zgłoszenia uczestnictwa.

.....  
Czytelny podpis zawodnika / opiekuna zawodnika

Potwierdzam odbiór pakietu startowego.

.....  
Data, Czytelny podpis odbierającego pakiet startowy