

Regulamin Biegu
I Dąbrowiecki Bieg Leśny

I. CEL IMPREZY

1. Popularyzacja Biegania i Nordic Walking na terenie Gminy Celestynów i Powiatu Otwockiego.
2. Integracja społeczności lokalnej i propagowanie aktywności fizycznej.
3. Zbiórka charytatywna na wsparcie fundacji „**Fundacja Domowe Hospicjum Dziecięce Promyczek**”
4. Promocja Gminy Celestynów.

II. ORGANIZATOR

1. Organizatorami I Dąbrowieckiego Biegu Leśnego, zwanego dalej biegiem są:
Sołtys i Rada słoicka Dąbrówka
Fundacja Domowe Hospicjum Dziecięce Promyczek

III. TERMIN I MIEJSCE

1. Termin: 12.10.2025 05-430 Dąbrówka
2. Start, Biuro Zawodów oraz Meta biegu znajdują się: *ul. Strażacka 5, 05-430 Dąbrówka (teren OSP Dąbrówka)*
3. Trasa biegu będzie przebiegać przez ścieżki i dukty lasów Nadleśnictwa Celestynów (tereny Mazowieckiego Parku Krajobrazowego).

IV. TRASA (informacje)

1. Dystanse / limity:

Bieg 5km

Dystans: ok 5km

Limit czasowy: 60min.

Limit zawodników: 100 osób

Przedział wiekowy: 16+

Nordic Walking 5km

Dystans: ok 5km

Limit czasowy: 90min.

Limit zawodników: 100 osób

Przedział wiekowy w latach: 16+

Bieg młodzików 500m

Dystans: ok 500m

Limit czasowy: brak

Limit zawodników: 40 osób

Przedział wiekowy w latach: 7-12

Bieg malucha 100m

Dystans: ok 100m

Limit czasowy: brak

Limit zawodników: 40 osób

Przedział wiekowy w latach: 0-6

Sztafeta rodzinna 1km (4x250m)

Dystans: ok 1km

Limit czasowy: brak

Limit zawodników: 40 osób (10 zespołów po 4 osoby)

Przedział wiekowy w latach: 2 zawodników 18+, 2 zawodników 13-17)

V. OPŁATA STARTOWA.

1. Opłata startowa w całości zostanie przekazana na rzecz wsparcia fundacji „**Fundacja Domowe Hospicjum Dziecięce Promyczek**”.
2. Opłata startowa do biegów: **Bieg 5km i Nordic Walking** wynosi 35zł od osoby startującej.
3. Opłata startowa do biegu: **Bieg młodzików 500m** wynosi 10zł od osoby startującej.
4. Za biegi: **Bieg malucha 100m i Sztafeta rodzinna 1km** opłata wynosi 2 zł od każdego uczestnika.
5. Każdy uczestnik podczas zapisów on-line ma możliwość zakupu pamiątkowej koszulki I Dąbrowieckiego Biegu Leśnego, koszt koszulki 30zł.

VI. LIMIT

1. Organizator ma prawo do zwiększenia limitu zawodników.

VII. ZAPISY

1. Elektroniczna rejestracja zawodników trwa od 08.09.2025 do 06.10.2025 i odbywa się za pomocą strony internetowej: <https://dostartu.pl/i-dabrowiecki-bieg-lesny-v14882>.
2. Numery startowe z chipami do pomiaru czasu będą wydawane w dniu zawodów w Biurze Zawodów za okazaniem dowodu tożsamości.

VIII. PROGRAM ZAWODÓW

godz. 9:30-10:45 wydawanie numerów startowych do biegów:

Bieg malucha 100m, Bieg młodzika 500m, Sztafeta rodzinna 1km;

godz. 9:30-11:45 wydawanie numerów startowych do biegów:

Bieg 5km, Nordic Walking 5km;

godz. 10:45 oficjalne rozpoczęcie wydarzenia;

godz. od 11:00 starty biegów:

Bieg malucha 100m, Bieg młodzika 500m, Sztafeta rodzinna 1km;

godz. 12:00 start **Biegu 5km;**

godz. 12:10 start **Nordinc Walking 5km;**

godz. 12:30 wręczanie nagród;

godz. 14:00 zakończenie wydarzenia.

IX. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W biegu mogą brać udział wszyscy chętni, którzy spełniają poniższe warunki:
 - a) W zawodach może wziąć udział każdy pełnoletni zawodnik, który zgłosi swoje uczestnictwo w biegu za pomocą formularza zgłoszeniowego, wniesie opłatę startową oraz w dniu biegu w Biurze Zawodów podpisze oświadczenie o biegu na własną odpowiedzialność (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095).
 - b) Zawodnicy w wieku 16-18 lat (którzy w dniu biegu nie osiągnęli pełnoletniości), poza wypełnieniem formularza zgłoszeniowego, wniesieniem opłaty, zobowiązani są dodatkowo do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem. Warunkiem dopuszczenia osoby niepełnoletniej do startu jest obecność rodzica lub opiekuna wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji zawodnika w Biurze Zawodów.

X. ZASADY KLASYFIKACJI I PRYZNAWANIA NAGRÓD

1. Klasyfikacja wśród kobiet i mężczyzn będzie prowadzona niezależnie dla biegu,
2. W klasyfikacji indywidualnej nagrodzeni zostaną:
Bieg 5km: 3 kobiety i 3 mężczyzn najlepszym czasem;
Nordic Walking 5km: 3 kobiety i 3 mężczyzn najlepszym czasem;
Bieg młodzików 500m: 3 dziewczynki i 3 chłopców najlepszym czasem;
3. Dla uczestników biegów: **Bieg malucha 100m i Sztafeta rodzinna 1km** przewidziane są nagrody niespodzianki.
4. Zawodnik na mecie bez numeru startowego i elektronicznego chipu do pomiaru czasu, nie będzie sklasyfikowany.
5. Wyniki biegu zostaną opublikowane na stronie:
<https://www.facebook.com/dabrowieckibieglesny>
6. Wszystkie osoby, które spełnią warunki uczestnictwa biegu i go ukończą otrzymają

pamiątkowy medal.

XI. POMIAR CZASU

1. Klasyfikacja zawodników odbywa się na podstawie czasu rzeczywistego (czas netto).
2. Pomiar czasu będzie prowadzony elektronicznie, za pomocą chipów.
3. Numer startowy należy zamocować z przodu koszulki. Zabrania się jakiegokolwiek modyfikacji w zamocowaniu numeru startowego. Posiadanie numeru startowego zamocowanego w w/w miejscu jest warunkiem sklasyfikowania.

XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Bieg rozegrany będzie bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Uczestnicy biegu biorą w nim udział na własną odpowiedzialność.
3. Uczestnicy powinni być ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków przez jednostki zgłaszające lub indywidualnie - organizator nie zapewnia żadnej formy ubezpieczenia grupowego.
4. Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numer startowy przypięty z przodu.
5. Przebywanie na trasie biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę Biegu.
6. Ze względów bezpieczeństwa w Biegu zabroniony jest udział osób poruszających się na rowerach, wrotkach, rolkach, deskorolkach itp. oraz biegnących ze zwierzętami.
7. Zabrania się wnoszenia na trasę biegu przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych Uczestników.
8. Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w Biegu, w szczególności zasad fair play oraz niniejszego regulaminu.
9. Zawodnicy pokonujący dystans biegu w sposób niedozwolony (skręcanie trasy nie stosowanie się do uwag sędziów i obsługi biegu) zostaną zdyskwalifikowani.
10. Pozostawianie na trasie biegu po upływie wyznaczonego czasu, jak również nie stosowanie się do decyzji sędziów przenosi na uczestników odpowiedzialność stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego.
11. Podczas biegu będzie obecny ratownik medyczny.
12. 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.
13. Decyzje personelu medycznego dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
14. Na terenie imprezy oraz na trasie biegu obowiązuje bezwzględny zakaz spożywania alkoholu, środków odurzających i substancji o podobnym działaniu.
15. Uczestnictwo w biegu osób znajdujących się pod wpływem alkoholu lub innych ww. substancji jest zabronione.
16. Organizator zastrzega sobie prawo do odmowy dopuszczenia do startu lub usunięcia z terenu imprezy osób naruszających powyższy zakaz.
17. Pobranie numeru startowego i podpisanie listy startowej jest jednoznaczne z przyjęciem warunków regulaminu.
18. Uczestnicy wyrażają zgodę na wykorzystanie przez organizatora ich wizerunku oraz podanych danych osobowych (imię i nazwisko) w celu promocji imprezy i dokumentowania zawodów, a także na wykorzystanie ich wizerunku w celu promocji biegu przez podmioty współorganizujące, partnerów oraz sponsorów zawodów.
19. Interpretacja regulaminu należy do organizatora.
20. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie bez podania przyczyny.
21. Dodatkowe informacje o partnerach, nagrodach i innych sprawach związanych z zawodami będą publikowane na stronie internetowej: <https://www.facebook.com/dabrowieckibieglesny>