

Bieg Mikołajkowy

Regulamin

CELE BIEGU:

- Popularyzacja biegania i chodu jako najprostszej i najtańszej formy aktywności ruchowej.
- Promocja sportu w środowisku.
- Promocja sportu wśród osób nieaktywnych sportowo.
- Promocja Gminy Ćmielów.
- Aktywizacja różnych grup społecznych do wspólnego działania.
- Promocja aktywności ruchowej w rodzinie.

ORGANIZATORZY:

Sołtys Podgórze

Stowarzyszenie Krzemienna Dolina

WSPÓŁORGANIZATORZY:

Dwór Amelii

Partnerzy

Koło Gospodyń i Gospodarzy Wiejskich

"Rudzianie"

TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

- 06.12.2025
- Start i Meta Dwór Amelii w Rudzie Kościelnej gm.Ćmielów

KATEGORIE BIEGÓW i NORDIC WALKING:

Bieg główny – START – godz. 13.30

Dystans - 7km

Trasa drogi polne leśne,asfaltowe w krótkich odcinkach

Limit czasowy – 70 minut.

- Nordic Walking – START – godz. 13.32

Dystans - 5 km

Limit czasowy – 70 minut.

BIEG GŁÓWNY:

KLASYFIKACJE W BIEGU GŁÓWNYM:

Trzy pierwsze miejsca w kategorii kobiet i mężczyzn .

KLASYFIKACJE W NORDIC WALKING:

Trzy pierwsze miejsca w kategorii kobiet i mężczyzn.

TRASA ZAWODÓW:

- **Bieg Główny:** Start: Dwór Amelii
- **7 km – trasa**
- **Trasa biegu** wiedzie asfaltowymi i leśnymi drogami,większość trasy teren leśny.
- **Trasy** będą oznakowane każdy zawodnik może również posiadać i korzystać z własnej mapy turystycznej lub nośników GPS.
- **Nordic walking:** Start: Dwór Amelii
- **Trasa Nordic Walking .** wiedzie asfaltowymi i leśnymi drogami,większość trasy teren leśny.
- **5 km - trasa**
- W czasie trwania wydarzenia koło godz.14.30, odbędzie się bieg integracyjny dla dzieci.

WARUNKI UCZESTNICTWA:

- W biegu głównym - 7 km mogą wziąć udział zawodnicy, którzy ukończyli w dniu biegu 16 lat i podpiszą oświadczenie o dobrym stanie zdrowia i zdolności do biegu. Osoby niepełnoletnie muszą przedstawić zgodę na udział od prawnych opiekunów. Zawodnicy biorą udział w biegu na własną

odpowiedzialność. Nordic Walking - ukończone 15 lat. Osoby poniżej 15 lat pod opieką osoby dorosłej.

- **Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania. Pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.**
- Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte z przodu do koszulki.
- Pod karą dyskwalifikacji niedozwolone jest zasłanianie numeru startowego. Startujących obowiązuje estetyczny ubiór i obuwie sportowe.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie biegu oraz na mecie. Decyzje lekarzy dotyczące kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
- Zawodnicy pokonujący trasę w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
- Wszystkim zawodnikom startującym w biegu zostaną wydane numery startowe w biurze zawodów, w dniu zawodów od godz. 11.00 do 12.30.

Limit zawodników w biegu na 7 km ustala się na 80 osób.

Limit zawodników w nordic walking ustala się na 30 osób.

Jesli limit uczestników nie zostanie przekroczony będzie można zapisać się na miejscu.

ZGŁOSZENIA DO BIEGU GŁÓWNEGO I NORDIC WALKING:

- * poprzez formularz na stronie PersonalBest

Opłata startowa w Biegu Głównym i Nordic Walking 30zł
w dniu imprezy 40zł

Wpłaty należy dokonać na konto:

Stowarzyszenie Krzemienna Dolina

26 1090 2040 0000 0001 6153 3876

OSOBY, KTÓRE NIE DOKONAJĄ PRZELEWU W CIĄGU 7 DNI OD DATY ZAPISU ZOSTANĄ USUNIĘTE Z LISTY.

Tytuł przelewu: Bieg Mikołajkowy – opłata startowa nazwisko, imię i rocznik startującego.

NAGRODY W BIEGU GŁÓWNYM:

- Indywidualnie:

- Puchary - pierwsza trójka w kategoriach generalnej Kobiet,
Puchary - pierwsza trójka w kategoriach generalnej Mężczyzn,
- Nagrody rzeczowe (uzależnione od hojności sponsorów).

NAGRODY W NORDIC WALKING:

- Indywidualnie:

Puchary - pierwsza trójka w kategoriach generalnej Kobiet,
Puchary - pierwsza trójka w kategoriach generalnej Mężczyzn,
oraz nagrody rzeczowe w zależności od hojności sponsorów.

PAKIET STARTOWY W BIEGU GŁÓWNYM i NORDIC WALKING:

Wszyscy uczestnicy biegu głównego i chodu otrzymują numer startowy, wodę oraz poczęstunek. Na mecie każdy kto ukończy bieg otrzyma pamiątkowy medal.

Dla zawodników, którzy dokonają wpłaty w dniu zawodów organizator nie zapewnia pełnego pakietu startowego.

PROGRAM - Biegu i Marszu

- 13.10 - powitanie uczestników biegu głównego i nordic walking na starcie oraz krótka rozgrzewka
- 13.30 - start biegu głównego i nordic walking.
- 15.30 - oficjalne zakończenie i dekoracja zwycięzców.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Bieg i chód odbędzie się bez względu na pogodę.
- Biegiem kieruje Sędzia Główny Biegu, któremu podlegają wszystkie sprawy.
- Organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej interpretacji regulaminu i decyzji w sprawach spornych.
- Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych przez organizatora w materiałach informacyjnych i reklamowych biegu.
- Za wypadki zaistniałe na trasie biegu z winy zawodników lub osób towarzyszących oraz za rzeczy pozostawione bez opieki, organizator nie ponosi odpowiedzialności.
- Organizator nie ubezpiecza uczestników imprezy, nie zabezpiecza szatni i natrysków.
- O sprawach nie objętych regulaminem decyduje Organizator.
Oficjalne wyniki – na stronie PersonalBest
- **Parking dla startujących i kibiców przy Dworze Amelii oraz Koscie Parafialnym w Rudzie Kościelnej.**
- Każdy uczestnik zobowiązany jest do zapoznania się z informacją RODO.
- Zawodnicy startujący w Nordic Walking indywidualnie pokonują trasę marszem z kijkami do Nordic Walking. Podczas marszu zawodnik przemieszcza się ruchem naprzemiennym krokami do przodu, z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, w taki sposób, że nie jest widoczna gołym okiem jednoczesna utrata kontaktu obu stóp z podłożem. Bieg i skracanie trasy jest równoznaczne z automatyczną dyskwalifikacją,

zawodnicy pilnują się sami, o nieprawidłowościach informują organizatorów. W przypadku osób nieletnich wymagana jest pisemna zgoda rodziców lub prawnych opiekunów. Osoby mające mniej niż 15 lat mogą iść pod opieką dorosłych.

- Trasa marszu Nordic Walking wynosi 5 km.
- Zawodnicy mogą być zobowiązani są do stosowania się do aktualnych na dzień startu zaleceń, wytycznych i nakazów wydanych przez Ministerstwo Zdrowia lub inne organy odnośnie zachowania dystansu społecznego, stosowania środków ochrony indywidualnej lub uczestnictwa w zgromadzeniach.
- Zawodnicy zobowiązani są do zachowania dyscypliny i przestrzegania harmonogramu zawodów.
- Zawodnicy zobowiązani są do jak najszybszego opuszczenia strefy odbioru pakietów, punktu odświeżania za metą oraz opuszczenia terenu zawodów po skończonej rywalizacji.

Informacje o przetwarzaniu danych osobowych.

- 1. Administratorem danych osobowych jest Stowarzyszenie Krzemienna Dolina Ruda Kościelna 27-440 Ćmelów
- 2. Administrator przetwarza dane osobowe w celu organizacji i przeprowadzenia oraz promocji zawodów Bieg Mikołajkowy (np.: rejestracji zawodników, przygotowania i wydania numerów startowych, prowadzenia klasyfikacji, informowania o sprawach organizacyjnych, wynikach itp.) na podstawie art. 6 ust. 1 lit. e RODO - wykonania zadania realizowanego w interesie publicznym.
- 3. Odbiorcami danych osobowych uczestników, mogą być podmioty uprawnione do uzyskania danych osobowych na podstawie przepisów prawa oraz podmioty, którym Administrator powierzył przetwarzanie danych osobowych.
- 4. Dane osobowe uczestników będą przechowywane przez Administratora przez okres realizacji celu przetwarzania (organizacji zawodów sportowych) lub przez okres ochrony przed roszczeniami oraz przez okres wypełnienia obowiązków wynikających z przepisów prawa dotyczących archiwizacji.
- 5. Każdy uczestnik ma prawo zwrócić się do Administratora z żądaniem dostępu do treści danych osobowych oraz ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, wniesienia sprzeciwu oraz do wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych w razie uznania, że przetwarzanie danych osobowych narusza przepisy RODO.
- 6. Organizator informuje, że podczas imprezy mogą być wykonywane fotorelacje lub zapisy filmowe, które mogą być rozpowszechniane w celu promocji w różnych

formach m.in. za pośrednictwem stron internetowych, materiałów informacyjnych i publikacji rozmieszczanych w miejscach publicznych, co wiąże się z rozpowszechnianiem wizerunku uczestników wydarzeń. Zgodnie z art. 81 ust. 2 ustawy o prawie autorskim zezwolenia nie wymaga rozpowszechnianie wizerunku osoby stanowiącej jedynie szczegół całości takiej jak zgromadzenie, krajobraz, publiczna impreza.

- 7. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, ale niezbędne w celu rejestracji oraz wzięcia udziału w zawodach.
- 8. Dane osobowe nie będą profilowane ani przekazywane do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej.

Odpowiedzialny za przeprowadzenie zawodów:

Ewelina Zając

tel.881 084 822

bieg.mikolajkowy@op.pl

ze wsparciem G.I.N

Stowarzyszenie Krzemienna Dolina

Sołtys Podgórze

Dwór Amelii