

BIEG 7 MOSTÓW

Łęknica, dnia 13 czerwca 2026 r.

REGULAMIN

1. CEL IMPREZY

Popularyzacja biegów na terenie Miasta Łęknica.

Popularyzacja biegów masowych jako najprostszej formy aktywnego wypoczynku.

Promocja Miasta Łęknica oraz Parku Mużakowskiego.

2. ORGANIZATORZY

Miejski Ośrodek Kultury w Łęknicy

Kontakt z organizatorami:

Bettina Kowalska-Targońska

Tel.788045473

dyrektor@mok.leknica.pl

3. TERMIN I MIEJSCE

Bieg główny:

„Bieg 7 Mostów” odbędzie się w dniu 13 czerwca 2026 roku (sobota) o godz.17.00 na dystansie 10km.

„Bieg 7 Mostów Mini” odbędzie się w dniu 13 czerwca 2026 roku (sobota) o godz. 16.00

Start biegów

Miejski Ośrodek Kultury ul. Wojska Polskiego 2, Łęknica

Meta biegów

Miejski Ośrodek Kultury ul. Wojska Polskiego 2, Łęknica

Limit czasu dla biegu głównego – 90 minut

4. BIURO ZAWODÓW

Park Miejskiego Ośrodka Kultury w Łęknicy ul. Wojska
Polskiego2,

czynne: od godz.15:00, do godz.16:40 w dniu zawodów.

5. TRASA BIEGU

Bieg główny odbędzie się na dystansie 10 km, ulicami miasta Łęknica oraz nawierzchnią szutrową po Parku Mużakowskim. Trasa biegu oznakowana, zabezpieczona, zamknięta dla ruchu kołowego. Na trasie trzy punkty z wodą, na mecie punkt odżywiania (ciepły posiłek oraz woda).

Elektroniczny pomiar czasu – obsługuje firma [Time-Sport.pl](https://time-sport.pl)

Bieg 7 Mostów Mini -dystans ok. 1 km. (bez pomiaru czasu)
Dzieci biegną tylko za zgodą podpisaną przez rodziców w biurze zawodów.

6. WARUNKI UCZESTNICTWA

Uczestnikiem Biegu 7 Mostów może zostać każda osoba, która do dnia biegu tj. do dnia 13.06.2026 roku ukończy 16 lat

Każdy zawodnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność, co potwierdza podpisując oświadczenie o zdolności zdrowotnej do udziału w biegu. Wszyscy zawodnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Zawodnik podczas weryfikacji musi posiadać dowód tożsamości ze zdjęciem (dowód osobisty, paszport, prawo jazdy) w celu kontroli daty urodzenia. Pobranie numeru startowego przez zawodnika będzie równoznaczne z zapoznaniem się z regulaminem biegu, jego akceptacją oraz zgodą na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystanie wizerunku uczestnika biegu dla potrzeb Organizatora.

Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numer startowy przypięty z przodu do koszulki w widocznym miejscu.

7. ZGŁOSZENIA, OPŁATA STARTOWA, PAKIET STARTOWY

Zgłoszenia do biegu przyjmowane są:

Elektronicznie od 13 stycznia 2026r. do 03 czerwca 2026r. do godz. 23/59 lub do czasu osiągnięcia limitu zawodników poprzez rejestrację na stronie internetowej: Time-Sport.pl

Numery startowe wydawane będą za okazaniem dowodu tożsamości, podpisaniu oświadczenia o stanie zdrowia oraz o uiszczeniu opłaty startowej. Za zgłoszenie uważa się dostarczenie wypełnionego formularza zgłoszenia do udziału w biegu i wpłacenia w terminie opłaty startowej (prosimy o dostarczenie potwierdzenia wpłaty internetowej).

Organizator wyznacza limit uczestników:

Biegu 7 Mostów główny na 150 osób.

Bieg Mini limit 50 osób.

Na liście startowej uczestników biegu pojawiają się wyłącznie osoby, które dokonały opłaty startowej.

OPŁATA STARTOWA

Firma Time-Sport.pl udostępni zawodnikom w procesie rejestracji kanały płatności elektronicznej oraz potwierdzi płatność elektroniczną zawodników automatycznym nadaniem numeru startowego w systemie rejestracji oraz e-mailem.

W tytule przelewu należy wpisać: nazwa Biegu –imię i nazwisko. Opłata startowa nie podlega zwrotowi.

Organizator nie przewiduje zwolnienia z opłaty startowej biegu. Koszty organizacyjne imprezy pokrywa Organizator, a osobowe uczestnicy zawodów lub jednostki delegujące.

OPŁATY STARTOWE NA UCZESTNICTWO W BIEGU 7 MOSTÓW WYNOSZĄ:

Pakiet startowy:

Od dnia 13 stycznia 2026 roku do dnia 03 czerwca 2026r.

- Bieg Główny 100zł

W dniu biegu 13 czerwca 2026 roku (tylko i wyłącznie w przypadku wolnych miejsc na liście startowej)

-Bieg Główny: 150 zł

-płatne w Biurze Zawodów

- Każdy z uczestników Biegu Głównego otrzyma po jego ukończeniu pamiątkowy medal.
- Organizator zapewnia uczestnikom ciepły posiłek oraz napoje na mecie.
- Na trasie biegu 3 punkty z wodą
- Ubezpieczenie biegu
- Numer startowy z chipem

Uwaga: osoby , które dokonały wpłaty a nie są widoczne na liście startowej prosi się o dostarczenie potwierdzenia dokonania wpłaty.

Opłata startowa dla uczestników biegu:

Bieg Mini: 50zł do dnia 03 czerwca 2026 roku

Firma [Time-Sport.pl](https://time-sport.pl) udostępni zawodnikom w procesie rejestracji kanały płatności elektronicznej.

W dniu zawodów opłata za Bieg Mini 70zł.

- Każdy z uczestników Biegu Mini otrzyma po jego ukończeniu pamiątkowy medal.
- Organizator zapewnia uczestnikom ciepły posiłek oraz napoje

na mecie.

Wydawanie pakietów startowych odbywać się będzie w godzinach i w dniach otwarcia Biura Zawodów.

Organizator zezwala na odbiór pakietu startowego osobie posiadającej pisemne upoważnienie podpisane przez uczestnika biegu zgodnie z załącznikiem nr 1 do Regulaminu imprezy.

8. POMIAR CZASU

- Pomiar czasu i ustalenie kolejności w BIEG 7 MOSTÓW przeprowadzi firma Time-Sport.pl
- Pomiar odbywać się będzie przy pomocy systemu chipów
- Chip wraz z numerem startowym zawodnicy pobierają w biurze zawodów
- Wyniki biegu będą dostępne po jego zakończeniu na stronie Time-Sport.pl (nie dotyczy biegu Mini)

9. KLASYFIKACJE KOŃCOWE BIEG 7 MOSTÓW ,

prowadzona będzie indywidualna klasyfikacja generalna (open) kobiet i mężczyzn za miejsca 1-3, oraz w poszczególnych kategoriach wiekowych za miejsca 1-3

KOBIETY

K-20 16-29 lat
K-30 30-39 lat
K-40 40-49 lat
K-50 50-59 lat
K-60 60 i więcej lat

MĘŻCZYŹNI

M-20 16-29 lat
M-30 30-39 lat
M-40 40-49 lat
M-50 50-59 lat
M-60 60-69 lat
M-70 70 i więcej lat

Klasyfikacja dotyczy tylko Biegu na

10km.

10. NAGRODY I ŚWIADCZENIA DLA ZAWODNIKÓW

Bieg na 10km.

Za miejsca I-III w kategorii open kobiet i mężczyzn: puchary i nagrody finansowe w postaci bonów pieniężnych podarunkowych w wysokości przedstawionej poniżej:

Open Kobiet i Mężczyzn

1-miejsce –bon podarunkowy o wartości 600 złotych

2-miejsce –bon podarunkowy o wartości 500 złotych

3-miejsce –bon podarunkowy o wartości 400 złotych

•Za miejsca I

w kategorii Najszybsza/y mieszkanka i mieszkaniec Łęknicy nagroda organizatora Biegu 7 Mostów MOK Łęknica.

•Zawodnicy nagrodzeni w kategoriach open kobiet i mężczyzn nie otrzymują nagrody po raz drugi w kategorii wiekowej.

•Każdy uczestnik, który ukończy bieg otrzymuje pamiątkowy medal.

11. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

•Bieg odbędzie się bez względu na pogodę

•Pakiety nie odebrane w dniu biegu przepadają na rzecz Organizatora a opłata startowa nie będzie zwracana.

•Uczestnicy biegu nie będą ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków.

•Wszyscy uczestnicy startują tylko i wyłącznie na własną

odpowiedzialność.

- Zawodnicy decydują sami o ubezpieczeniu się od nieszczęśliwych wypadków oraz ich następstw.
- Organizator zapewnia uczestnikom biegu: opiekę medyczną, napoje na trasie i na mecie biegu posiłek.
- Organizator informuje o możliwości pozostawienia aut na parkingu. (zamknięcie wjazdu na parking 1h przed biegiem Mini) Dojazd do miejsc parkowania będą oznaczone tablicami informacyjnymi.
- Organizator informuje, że trasa biegu będzie oznakowana w postaci tablic informacyjnych, które zostaną ustawione przy trasie biegu tj. skwer, chodnik.
Trasa będzie oznaczona taśmami i odgradzona barierkami-płótkami ochronnymi.
- Organizator zapewnia opiekę medyczno –ratowniczą tj. w uzgodnieniu ze służbami ratowniczymi, w tym z właściwymi dysponentami jednostek systemu Państwowego Ratownictwa Medycznego, dostosowana do liczby uczestników Imprezy. Jednocześnie Organizator zapewnia odpowiednie zaplecze higieniczno-sanitarne
- Organizator zapewnia wystarczającą liczbę Wolontariuszy, rozstawionych na trasie biegu przed jego rozpoczęciem jak również w trakcie trwania biegu, których zadaniem będzie pomoc i nadzorowanie w prawidłowym i bezpiecznym przeprowadzeniu biegu.
- Organizator informuje, że trasa biegu będzie zamknięta dla ruchu kołowego.
- Uczestnicy biegów mają obowiązek przestrzegania zasad fair-play podczas trwania biegu i na terenie biegu.
- W przypadku stwierdzenia przez Organizatorów skrócenia trasy przez uczestnika (przebiegnięcie po innej niż wyznaczona trasa), uczestnik zostanie zdyskwalifikowany.
- Organizator nie odpowiada za przedmioty pozostawione bez

zabezpieczenia lub skradzione podczas imprezy biegowej.

- Prawo ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu przysługuje Organizatorowi.
- Regulamin do 30 dni przed biegiem może ulegać drobnym modyfikacjom.

W związku z powyższym, każdorazowo po zmianach będzie pojawiała się informacja dotycząca zmian na stronie biegu.

W załączeniu:

-załącznik nr 1 do Regulaminu

Bieg 7 Mostów oraz Bieg 7 Mostów Mini

- załącznik nr 2 do Regulaminu

Bieg 7 Mostów i Bieg 7 Mostów Mini

ORGANIZATOR
Bettina Kowalska-Targońska
Dyrektor MOK

Załącznik nr 1 do Regulaminu Bieg 7 Mostów i Bieg 7 Mostów Mini

UPOWAŻNIENIE

do odbioru pakietu startowego imprezy Bieg 7 Mostów
Niniejszym udzielam upoważnienia Pani(-u)

.....
(Imię i Nazwisko)

Legitymującej/-mu się aktualnym dowodem osobistym / paszportem

.....
(seria i numer)

do odbioru mojego pakietu startowego

Numer startowy:

Data urodzenia:
(DD/MM/RRRR)

Imię i Nazwisko:

Adres zamieszkania:

.....
(Ulica, numer domu, numer lokalu)

Kod pocztowy:

Miejscowość:

..... dnia
(Miejscowość) (DD/MM/RRRR)

.....
(Podpis osoby udzielającej upoważnienia, zgodny ze wzorem
widniejącym na dokumencie tożsamości)

* -niepotrzebne skreślić

Integralną częścią niniejszego upoważnienia jest:

1. Dowód osobisty lub kserokopia dowodu osoby udzielającej upoważnienia (do
wglądu). Upoważnienie, zawierające wzór własnoręcznego podpisu.
2. Podpisany przez osobę udzielającą upoważnienia oryginał formularza
oświadczenia, stanowiący załącznik nr 2 do Regulaminu Bieg 7 Mostów

Załącznik nr 2 do Regulaminu Bieg 7 Mostów i Bieg 7 Mostów Mini

OŚWIADCZENIE

Działając we własnym imieniu, ja niżej podpisana/-y:

.....
(imię i nazwisko)

Legitymująca/-y się aktualnym dowodem osobistym/paszportem*:

.....
(seria i numer)

Spełniając warunki dotyczące dokonywania zgłoszeń oraz uczestnica w imprezie sportowej pn. "Bieg 7 Mostów" / "Bieg 7 Mostów Mini " w określone w Regulaminie niniejszej imprezy, składam następujące oświadczenia:

1. Oświadczam, że zapoznałam/-em się z Regulaminem "Bieg 7 Mostów" / "Bieg 7 Mostów Mini " i w pełni akceptuję jego postanowienia oraz zobowiązuję się do ich przestrzegania.
2. Oświadczam, że znajduję się w dobrym stanie zdrowia i z chwilą złożenia niniejszego oświadczenia, nie są mi znane jakiegokolwiek przeciwwskazania zdrowotne do mojego udziału w "Bieg 7 Mostów" / " Bieg 7 Mostów Mini "

Ponadto oświadczam, że biorę udział w biegu na własną odpowiedzialność mając pełną świadomość niebezpieczeństw i ryzyka, wynikających z charakteru tej imprezy sportowej, które mogą polegać na utracie zdrowia lub życia.

.....dnia.....
(miejscowość) (DD/MM/RRRR)

.....
(podpis zgodny ze wzorem widniejącym na dokumencie tożsamości)