

BIEGAJ Z DUCHAMI

Żarki - Leśniów, 26.06.2026



REGULAMIN

I. Cel imprezy

1. Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako sposobu na aktywny wypoczynek i prozdrowotne oddziaływanie na człowieka.
2. Promocja Gminy Żarki oraz upowszechnianie aktywnego wypoczynku wśród mieszkańców gminy Żarki
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.

II. Organizator: Grupa ExtremeJura

Współorganizatorzy:

Biegowa Biegaj z Żarkami.

MGOK Żarki

Spółdzielnia Socjalna Amonit Jura Sport Kultura

III. Patronat Honorowy

Burmistrz Miasta i Gminy Żarki ADAM ZAMORA

IV. Termin i miejsce

Bieg z Duchami Jurajskimi Ścieżkami odbędzie się w Gminie Żarki, dzielnica Leśniów w dniu 26.06.2026 (**piątek**).



internet: <https://extremejura.com>

email: kontakt@extremejura.com

telefon: 664 715 931, 500 370 210

Centrum zawodów –

Parking Przy Sanktuarium w Leśniowie

V. Dystans i kategorie

BIEG GŁÓWNY:

15 km – Podany dystans jest orientacyjny. Szczegółowe informacje na temat biegu, trasa w formacie GPX oraz profil dostępne na stronie extremejura.com

Biegi Dodatkowe:

9 km Podany dystans jest orientacyjny. Szczegółowe informacje na temat biegu, trasa w formacie GPX oraz profil zostaną dostępne na stronie extremejura.com

MARSZ NORDIC WALKING:

9 km Podany dystans jest orientacyjny. Szczegółowe informacje na temat biegu, trasa w formacie GPX oraz profil dostępne na stronie extremejura.com

VI. ZASADY NA TRASIE I BEZPIECZEŃSTWO

- Trasy zawodów przebiegają głównie jurajskimi ścieżkami, odcinkami asfaltowymi znakowanych szlaków turystycznych, drogami gruntowymi oraz częściowo drogami publicznymi.
- Trasy zawodów nie są wyłączone z ogólnego użytkowania – mogą poruszać się po nich turyści oraz inne osoby postronne. Uczestnik zobowiązany jest do zachowania szczególnej ostrożności oraz do nieutrudniania ruchu innym użytkownikom.
- Organizator zaleca, aby każdy uczestnik przed startem zapoznał się z mapą i opisem trasy, a także pobrał i wgrał do swojego urządzenia nawigacyjnego oficjalny ślad GPX (track) opublikowany przez Organizatora. Posiadanie śladu GPX jest rekomendowane jako dodatkowe zabezpieczenie na wypadek pomyłki na trasie, słabej widoczności lub zniszczenia oznakowania.
- Uczestnicy zobowiązani są do poruszania się zgodnie z wyznaczoną trasą, oznakowaniem w terenie oraz informacjami opublikowanymi na oficjalnej stronie zawodów. Samowolne skracanie trasy lub opuszczanie wyznaczonego przebiegu trasy jest zabronione.
- Odcinki tras przebiegające po drogach publicznych lub krzyżujące się z drogami publicznymi mogą być w miejscach szczególnie niebezpiecznych zabezpieczone przez policję, straż oraz osoby wyznaczone przez Organizatora. Zabezpieczenie to nie zwalnia uczestników z obowiązku zachowania ostrożności.



internet: <https://extremejura.com>

email: kontakt@extremejura.com

telefon: 664 715 931, 500 370 210

- Podczas poruszania się po drogach publicznych uczestnicy są traktowani jak uczestnicy ruchu drogowego i zobowiązani są do bezwzględnego przestrzegania przepisów ruchu drogowego, chyba że oznakowanie trasy lub polecenia służb porządkowych bądź osób zabezpieczających trasę stanowią inaczej.
- Uczestnicy muszą zachować szczególną ostrożność, mając na uwadze możliwość pojawienia się pojazdów (w tym wyjeżdżających z pól, dróg leśnych, bocznych dróg dojazdowych i pojedynczych zabudowań), rowerzystów oraz zwierząt.
- Na trasie, również na odcinkach leśnych, mogą poruszać się pojazdy Organizatora oraz pojazdy zabezpieczające przebieg zawodów. Uczestnik zobowiązany jest do ustępowania im miejsca, umożliwienia przejazdu i stosowania się do poleceń obsługi.
- Uczestnik ponosi pełną odpowiedzialność za swoje bezpieczeństwo na trasie, w tym za dobór tempa do warunków terenowych i pogodowych oraz za ocenę własnych możliwości i stanu zdrowia.
- Każdy uczestnik zobowiązany jest do posiadania przy sobie sprawnego telefonu komórkowego oraz zapisania w pamięci telefonu numeru kontaktowego do Organizatora (numeru alarmowego zawodów). W przypadku zagubienia, zejścia z trasy, kontuzji lub zagrożenia zdrowia/życia uczestnik powinien niezwłocznie skontaktować się z Organizatorem i stosować się do przekazywanych instrukcji.
- Organizator nie zapewnia ubezpieczenia NNW/OC uczestnikom. Każdy uczestnik zobowiązany jest do posiadania ważnego ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW) – we własnym zakresie i na własny koszt. Rekomendowane jest również posiadanie ubezpieczenia OC obejmującego udział w zawodach sportowych, w tym na odcinkach przebiegających po drogach publicznych oraz w terenie leśnym.
- Obowiązkowe wyposażenie uczestnika: elementy odblaskowe oraz sprawna latarka czołowa („czołówka”). Uczestnik jest zobowiązany do używania oświetlenia i elementów odblaskowych w warunkach ograniczonej widoczności (zmrok, noc, mgła, intensywne opady).
- Wyposażenie zalecane ze względu na warunki pogodowe:
 - w przypadku opadów: kurtka przeciwdeszczowa lub inne skuteczne nakrycie chroniące przed deszczem i wiatrem (zalecane również nakrycie głowy),
 - w przypadku niskiej temperatury i wiatru: dodatkowa warstwa termoizolacyjna/odzież chroniąca przed wychłodzeniem (np. bluza, rękawiczki, czapka lub buff), dostosowana do prognozy pogody i długości przebywania na trasie.



internet: <https://extremejura.com>
 email: kontakt@extremejura.com
 telefon: 664 715 931, 500 370 210

Uczestnik powinien być przygotowany na nagłą zmianę warunków atmosferycznych, w tym spadek temperatury po zmroku.

- Na trasie zawodów mogą znajdować się osoby wyznaczone przez Organizatora, których zadaniem jest aranżowanie niespodziewanych sytuacji, w tym elementów „straszenia” uczestników (np. nagłe pojawienie się, dźwięki, ruch, światło lub inne bodźce). Uczestnik, decydując się na start, przyjmuje do wiadomości, że takie działania mogą wywołać reakcję stresową, gwałtowny odruch, przyspieszenie akcji serca, chwilowe zaburzenia koncentracji lub równowagi, co może pośrednio zwiększać ryzyko potknięcia, upadku lub urazu.
- Organizator doloży starań, aby działania osób wyznaczonych do „straszenia” nie stwarzały celowego zagrożenia fizycznego, jednakże uczestnik ponosi odpowiedzialność za własne reakcje na bodźce pojawiające się na trasie oraz za ocenę, czy jego stan zdrowia pozwala na udział w tego typu wydarzeniu.
- Jeżeli uczestnik decyduje się na udział w biegu wraz ze zwierzęciem (np. psem), czyni to wyłącznie na własne ryzyko i odpowiedzialność.
 - Pełną odpowiedzialność za zachowanie, bezpieczeństwo oraz ewentualne szkody wyrządzone przez zwierzę ponosi jego opiekun. Dotyczy to w szczególności:
 - zagrożenia dla innych uczestników, osób zabezpieczających trasę lub osób postronnych,
 - zakłócania przebiegu zawodów,
 - ewentualnych urazów, wypadków lub strat materialnych spowodowanych przez zwierzę.
 - Opiekun zwierzęcia zobowiązany jest do zapewnienia jego właściwego zabezpieczenia (np. smycz, uprzęż lub inne środki kontroli), a także do natychmiastowego reagowania na polecenia służb porządkowych lub Organizatora.

VII. Biuro zawodów

26 czerwca 2026 w godzinach 20.00 – 21.30.

VIII. Zgłoszenia

Zgłoszenia do cyklu można dokonać na 2 sposoby:

1. Online

Zgłoszenie dokonywane poprzez formularz na stronie www.dostartu.pl wraz z



internet: <https://extremejura.com>

email: kontakt@extremejura.com

telefon: 664 715 931, 500 370 210

dokonaniem opłaty przez płatności elektroniczne. Maksymalny czas na zapisy i opłaty:
do 22.06.2026 do godz.23.59

2. W biurze zawodów w dniu imprezy

Zgłoszenie dokonywane przez wypisanie formularza w biurze zawodów i wniesienie opłaty startowej. Koszt tej formy zgłoszenia wynosi 80 zł.

Osoby niepełnoletnie do 18 lat startują wyłącznie na pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych, poprzez wypełnienie załącznika nr 1 do niniejszego regulaminu.

Limity zgłoszeń: do wszystkich startów 400 osób

W dniu zawodów organizator będzie dysponował (poza osobami zgłoszonymi przez Internetem opłaconymi): 50 pakietami na wszystkie biegi.

IX. Opłata startowa

BIEG GŁÓWNY I DODATKOWY:

Opłata startowa dla zgłoszeń elektronicznych na wszystkie starty wynosi

- do dnia 31 stycznia 2026 – 40 zł
- od dnia 1 lutego 2026 do 31 marca 2026 – 50 zł
- od dnia 1 kwietnia 2026 do 31 maja 2026 – 60 zł
- od dnia 1 czerwca 2026 zł do 22 czerwca 2026 – 70 zł

Opłata startowa dla zgłoszeń w biurze zawodów na wszystkie starty – 80,00 zł

Mieszkańcy Gminy Żarki – start w biegu bezpłatnie – obowiązkowe zapisy online

W ramach opłaty startowej uczestnicy otrzymują:

- numer startowy z chipem do elektronicznego pomiaru czasu – medal pamiątkowy po przekroczeniu linii mety.
- woda na trasie biegu i mecie
- opieka medyczna

XI. 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.

XII. KLASYFIKACJA I NAGRODY



internet: <https://extremejura.com>

email: kontakt@extremejura.com

telefon: 664 715 931, 500 370 210

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

BIEG GŁÓWNY

- 15 km klasyfikacja ogólna 1-5 miejsca kobiet i mężczyzn

BIEG oraz MARSZ

- 9 km Klasyfikacja ogólna 1-3 kobiet i mężczyzn (open)
- 9 km Marsz Nordic Walking Klasyfikacja ogólna 1-3 kobiet i mężczyzn (open)



internet: <https://extremejura.com>

email: kontakt@extremejura.com

telefon: 664 715 931, 500 370 210

XIII: RODO

Administrator **Danych Osobowych** Administratorem danych osobowych uczestników ExtremeJura jest Spółdzielnia Socjalna Amonit Jura Sport Kultura.

Kontakt z Administratorem jest możliwy przez adres e-mail:

kontakt@extremejura.com lub telefonicznie pod numerem: +48 664 715 931.

1. **Cel przetwarzania danych osobowych** – Dane osobowe są przetwarzane w celu:
 - realizacji umowy, tj. umożliwienia udziału w wydarzeniu ExtremeJura, obsługi zgłoszeń, przygotowania materiałów startowych, list startowych, wyników i klasyfikacji,
 - komunikacji organizacyjnej za pomocą e-maila lub SMS,
 - współpracy z partnerami i sponsorami wydarzenia,
 - wypełnienia obowiązków prawnych i podatkowych organizatora,
 - zapobiegania oszustwom i nadużyciom,
 - ochrony prawnie uzasadnionych interesów organizatora
 - przesyłanie informacji oraz zaproszeń drogą elektroniczną o organizowanych nowych zawodach
2. **Konieczność podania danych** – Podanie danych osobowych jest wymagane dla uczestnictwa w zawodach. Brak podania danych skutkuje niemożnością zarejestrowania się i uczestnictwa w wydarzeniu.
3. **Okres przetwarzania danych osobowych** – Dane osobowe uczestników będą przetwarzane przez okres trwania użytkowania portalu dostartu.pl oraz uczestnictwa w zawodach. Po tym okresie, dane będą przechowywane do celów rachunkowych, podatkowych, zapobiegania nadużyciom, a także w celu ewentualnego dochodzenia roszczeń. Wybrane dane mogą być także przetwarzane na potrzeby archiwalne i statystyczne po zakończeniu obowiązkowego okresu przechowywania.
4. **Odbiorcy danych** – Dane osobowe uczestników mogą być udostępniane:
 - pracownikom, współpracownikom i podwykonawcom Administratora w celu
 - realizacji wymienionych zadań,
 - Stowarzyszeniu Atelier Sportu, odpowiedzialnemu za zapisy internetowe,
 - publicznie na stronach internetowych oraz w mediach, w postaci list startowych i wyników zawodów, zawierających dane takie jak imię, nazwisko, płeć, rok urodzenia i miejscowość zamieszkania uczestników.
5. **Prawa osób, których dane dotyczą** – Jako osoba, której dane dotyczą, masz prawo do:
 - dostępu do swoich danych oraz ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania,
 - wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania danych oraz do przenoszenia danych,



internet: <https://extremejura.com>

email: kontakt@extremejura.com

telefon: 664 715 931, 500 370 210

- cofnięcia zgody na przetwarzanie danych, jeżeli przetwarzanie odbywa się na tej podstawie,

wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych (ul. Stawki 2, 00193 Warszawa) w przypadku uznania, że przetwarzanie narusza przepisy o ochronie danych osobowych.



internet: <https://extremejura.com>

email: kontakt@extremejura.com

telefon: 664 715 931, 500 370 210

XIV: POSTANOWIENIE KOŃCOWE:

1. **Pomiar czasu i zasady dotyczące numerów startowych.**

W zawodach stosowany będzie elektroniczny pomiar czasu za pomocą chipów umieszczonych w numerach startowych. Oficjalnym czasem jest czas brutto.

Numer startowy należy nosić na klatce piersiowej, w miejscu dobrze widocznym i niezakrytym. Wyniki będą początkowo publikowane jako nieoficjalne i dostępne na stronie dostartu.pl przez 72 godziny od ogłoszenia, w tym czasie uczestnicy mogą zgłaszać ewentualne reklamacje i prosić o korekty.

2. **Zasady uczestnictwa w zawodach Nordic Walking** Uczestnicy zawodów Nordic Walking poruszają się marszem z wykorzystaniem kijków. Technika marszu musi zachowywać charakter chodu sportowego: kroki wykonywane są naprzemiennie, przy czym w każdej fazie ruchu co najmniej jedna stopa pozostaje w stałym kontakcie z podłożem. Moment utraty kontaktu obu stóp z nawierzchnią jest niedopuszczalny i nie powinien być możliwy do zaobserwowania gołym okiem.

3. **Opłaty i zasady zapisów** Uczestnictwo w zawodach jest płatne, a opłatę startową należy uregulować w ciągu 5 dni roboczych od daty zapisu. Nieuregulowanie opłaty w wymaganym terminie skutkuje wykreśleniem z listy startowej. Opłata startowa, po zakończeniu zapisów online, nie podlega zwrotowi, a przypisanie pakietu startowego innemu uczestnikowi jest możliwe tylko do dnia zakończenia zapisów online.

4. **Zmiany na liście startowej.** Zmiana wybranego dystansu startowego lub przepisanie pakietu startowego na inną osobę jest możliwe wyłącznie po uprzednim zgłoszeniu takiej dyspozycji drogą elektroniczną na adres e-mail: kontakt@extremejura.com. Zgłoszenie musi zostać przesłane nie później niż do dnia 22 czerwca 2026 r. do godziny 23:59. Zgłoszenie może zostać skutecznie przyjęte wyłącznie w przypadku przesłania go z adresu e-mail użytego podczas rejestracji uczestnika. Treść zgłoszenia musi zawierać kompletne i prawidłowe dane zarówno uczestnika przekazującego pakiet, jak i osoby, na którą pakiet ma zostać przepisany. Po upływie wskazanego terminu oraz w przypadku zgłoszeń niekompletnych lub przesłanych z innego adresu e-mail, realizacja zmian nie będzie możliwa. Organizator zastrzega sobie prawo do odmowy realizacji zgłoszeń niespełniających powyższych warunków.

5. **Organizator nie prowadzi pośrednictwa** w zakresie sprzedaży pakietów startowych pomiędzy uczestnikami zawodów ani nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek transakcje zawierane bezpośrednio pomiędzy nimi.

6. **Ubezpieczenie i odpowiedzialność** Uczestnicy są zobowiązani do posiadania ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków. Startują na własną odpowiedzialność, a organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez opieki. Osoby niepełnoletnie mogą startować tylko z pisemną



internet: <https://extremejura.com>

email: kontakt@extremejura.com

telefon: 664 715 931, 500 370 210

zgodą rodzica lub opiekuna, który musi zgłosić się do biura zawodów z odpowiednim dokumentem tożsamości.

7. **Warunki przeprowadzenia zawodów** – Zawody odbędą się niezależnie od warunków atmosferycznych. Organizator zastrzega sobie prawo do wykorzystania w celach promocyjnych materiałów wizualnych i audio z udziałem uczestników, oraz do wprowadzenia zmian w regulaminie, odwołania imprezy lub zmiany jej terminu bez podawania przyczyny. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa i zachowania kultury osobistej, naruszenie tych zasad może skutkować wykluczeniem z udziału.
8. **Zastrzeżenie Organizatora** – Organizator zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian w regulaminie imprezy w dowolnym czasie. Celem wprowadzanych modyfikacji jest nieustanne podnoszenie standardów organizacyjnych oraz zapewnienie maksymalnej jakości wydarzenia. Wszelkie zmiany będą miały na celu poprawę doświadczeń uczestników oraz zwiększenie efektywności zarządzania imprezą.



internet: <https://extremejura.com>

email: kontakt@extremejura.com

telefon: 664 715 931, 500 370 210

ZGODA RODZICA / OPIEKUNA PRAWNEGO NA UDZIAŁ OSOBY NIEPEŁNOLETNIEJ

Ja, niżej podpisany/a:

Imię i nazwisko rodzica/opiekuna:

Adres:

Telefon kontaktowy:

jako rodzic/opiekun prawny uczestnika:

Imię i nazwisko uczestnika:

Data urodzenia:

wyrażam zgodę na jego/jej udział w zawodach oraz oświadczam, że:

1. Zapoznałem/am się z Regulaminem zawodów i w pełni go akceptuję, w szczególności zapisy dotyczące przebiegu trasy, bezpieczeństwa oraz charakteru imprezy.
2. Jestem świadomy/a, że trasa przebiega częściowo po drogach publicznych i terenach ogólnodostępnych, które nie są zamknięte dla ruchu, co wiąże się z podwyższonym ryzykiem.
3. Rozumiem, że udział w zawodach biegowych w terenie niesie ze sobą ryzyko urazów, upadków, wychłodzenia lub innych następstw związanych z wysiłkiem fizycznym i warunkami pogodowymi.
4. Oświadczam, że stan zdrowia mojego dziecka/podopiecznego pozwala na udział w zawodach o takim charakterze.
5. Przyjmuję do wiadomości, że na trasie mogą występować elementy mające na celu zaskoczenie uczestników („straszenie”) oraz że mogą one wywołać reakcję stresową; akceptuję ten element charakterystyki zawodów.
6. Przyjmuję do wiadomości, że Organizator **nie zapewnia ubezpieczenia NNW/OC** i potwierdzam, że zapewniłem/am dziecku stosowne ubezpieczenie **we własnym zakresie i na własny koszt**.
7. Zobowiązuję się zapewnić dziecku obowiązkowe wyposażenie (odblaski, latarka czołowa) oraz odpowiednią odzież na wypadek deszczu lub niskiej temperatury.
8. Zobowiązuję się zapewnić, aby dziecko posiadało przy sobie sprawny telefon z zapisanym numerem kontaktowym do Organizatora oraz – w miarę możliwości – wgrany ślad GPX trasy.
9. (Jeśli dotyczy) W przypadku udziału ze zwierzęciem ponoszę pełną odpowiedzialność za jego zachowanie oraz ewentualne szkody.

RODO – pkt. XIII Regulaminu

10. Zgodnie z pkt. XIII Regulaminu wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych mojego dziecka w celu organizacji zawodów oraz na wykorzystanie jego wizerunku w materiałach informacyjnych i promocyjnych Organizatora.

Data:

Czytelny podpis rodzica/opiekuna prawnego:

.....



internet: <https://extremejura.com>

email: kontakt@extremejura.com

telefon: 664 715 931, 500 370 210