

REGULAMIN



Bieg „Mila MCER” 1609 m

Biegi dzieci 200-1200 m

12.09.2026 r.

1. ORGANIZATORZY:

Klub Sportowy Markowi Biegacze – ul. Małachowskiego 1 lok. 6; 05-270 Marki.

Mareckie Stowarzyszenie Gospodarcze, ul. Fabryczna 3; 05-270 Marki.

Miasto Marki – Urząd Miasta Marki, Al. Piłsudskiego 95; 05-270 Marki.

Mareckie Inwestycje Miejskie sp. z o.o. z siedzibą w Markach, ul. Wspólna 40, 05-270 Marki.

Koordinator biegu:

Piotr Kanafa tel. 605 786 658, mail: p.kanafa@mareckieinwestycje.pl

Sylwester Kuśmierz tel. 508 622 735, mail: sylwekk78@o2.pl

2. CEL:

Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej z form aktywności ruchowej.

Promocja Mareckiego Centrum Edukacyjno-Rekreacyjnego oraz Miasta Marki jako podmiotów i miejsc przyjaznych biegaczom i osobom aktywnym

3. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

Bieg "Mila MCER" odbędzie się 12 Września 2026 roku (sobota) na terenie Mareckiego Centrum Edukacyjno-Rekreacyjnego (dalej zwanego "MCER") – ul. Wspólnej 40, 05-270 Marki.

W ramach "Biegu" odbędą się:

bieg główny na dystansie 1 mili dla kobiet i mężczyzn

biegi dzieci i młodzieży

4. TRASA I DYSTANS:

Trasa:

Wszystkie biegi i dystanse odbywają się na bieżni stadionu MCER

Dystans:

Bieg główny – 1 mila (4 okrążenia stadionu)

Bieg dzieci na 200m (pół okrążenia) - roczniki 2020 i młodsze

Bieg dzieci ma 400m (1 okrążenie stadionu) – roczniki 2019-2017

Bieg dzieci na 800m (2 okrążenia stadionu) – roczniki 2016-2014

Bieg dzieci na 1200m (3 okrążenia stadionu) – roczniki 2013-2011

Przypisanie do kategorii wiekowej następuje na podstawie roku urodzenia

5. KLASYFIKACJA KOŃCOWA I NAGRODY:

- Klasyfikacja dzieci w biegu na 400m, 800m i 1200m oddzielnie dla dziewcząt i chłopców – za miejsca I-III trofea/nagrody:

1. Dziewczynki bieg na 400 m
2. Chłopcy bieg na 400 m
3. Dziewczynki bieg na 800 m
4. Chłopcy bieg na 800 m
5. Dziewczynki bieg na 1200m
6. Chłopcy bieg na jedną 1200m

- Klasyfikacja dorosłych Kobiety i Mężczyzn w biegu na 1 milę 1609 m – za miejsca I-III puchary/nagrody według poniższych kategorii:

1. Klasyfikacja generalna kobiet
2. Klasyfikacja generalna mężczyzn
3. Klasyfikacja kobiet Młodzi Gniewni (rocznik 2010-1987)
4. Klasyfikacja mężczyzn Młodzi Gniewni (rocznik 2010-1987)
5. Klasyfikacja kobiet Szybcy i Wściekli (roczniki do 1986)
6. Klasyfikacja mężczyzn Szybcy i Wściekli (roczniki do 1986)
(kategoria generalna nie dubluje się z klasyfikacjami dodatkowymi)

Klasyfikacja drużynowa (3 osoby w tym minimum jedna kobieta)

Impreza Bieg Mila MCER odbywa się w ramach Mareckiej Triady Biegowej zał.1

6. PROGRAM IMPREZY:

Podział na serie nastąpi na podstawie czasu zadeklarowanego podczas zapisów, od zawodników najwolniejszych do najszybszych. W przypadku niepodania czasu lub zgłoszenia w dniu imprezy, zawodnicy startują w ostatniej serii Mila dla Każdego. Zmiana serii/toru nie jest możliwa. Zawodnik, który nie zgłosi się do swojej serii zostanie zdyskwalifikowany. Podział na serie zostanie dokonany i ogłoszony dzień przed startem na stronie biegu oraz w wiadomości email.

8.00 – otwarcie biura zawodów, wydawanie pakietów startowych

Biegi dorosłych 17 lat i starsi:

Bieg na jedną milę (1609 m) - (4 okrążenia stadionu)

Seria nr 1 godzina 9:30 – limit 30 osób

Seria nr 2 godzina 9:45 – limit 30 osób

Seria nr 1 godzina 10:00 – limit 30 osób

Seria nr 3 – godzina 10:15 - limit 30 osób

Seria nr 4 – godzina 10:30 - limit 30 osób

Seria nr 5 – godzina 10:45 - limit 30 osób

Seria nr 6 – godzina 11:00 - limit 30 osób

Seria nr 7 – godzina 11:15 - limit 20 osób

Seria nr 8 Mila dla Każdego- godzina 11:30 – seria dodatkowa bez zakładanego czasu
limit 30 osób **TU SIĘ NIE ŚCIGAMY!**

Biegi dzieci:

12:05 – start biegu na 200m dziewczynki rocznik 2020 i młodsze– limit 30 osób

12:10 – start biegu na 200m chłopcy rocznik 2020 i młodsze – limit 30 osób

12:15 – start biegu na 400m dziewczynki rocznik 2019-2017– limit 30 osób

12:20 – start biegu na 400m chłopcy rocznik 2019-2017 – limit 30 osób

12:30 – start biegu na 800m dziewczynki roczniki 2016-2014 – limit 30 osób

12:40 – start biegu na 800m chłopcy 2016-2014 chłopców– limit 30 osób

12:50 – start biegu na 1200m dziewczynki roczniki 2013-2011 – limit 15 osób

13:00 – start biegu na 1200m chłopcy roczniki 2013-2011– limit 15 osób

13:20 – dekoracja zwycięzców wszystkich kategorii

Organizator zastrzega sobie prawo zmiany programu z ważnych powodów, w szczególności z powodu nagłych zjawiska atmosferycznych, decyzji administracyjnych, poważnych awarii. W przypadku małej ilości uczestników decyzją sędziego zawodów istnieje możliwość łączenia serii startowych.

7. UCZESTNICTWO

1. Biegi dzieci i młodzieży

Zgłoszenia do biegu odbywać się będą przez formularz zamieszczony na stronie dostartu.pl oraz w przypadku wolnych miejsc, w dniu biegu w biurze zawodów w godz. od 9:00 do 10:40. Zgłoszenie jest skuteczne, jeżeli dotarło do Organizatora i uiszczona została opłata startowa zgodnie z postanowieniami regulaminu. **Osoby, które dokonają zgłoszenia, zobowiązane są do uiszczenia opłaty startowej w ciągu 5 dni. W innym przypadku zgłoszenia będą usuwane z bazy danych.**

Rodzic/opiekun prawny podpisuje w biurze zawodów listę startową lub przedstawia otrzymany kod QR, co jest jednoznaczne z akceptacją wszystkich punktów regulaminu, wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych, wykorzystanie wizerunku do materiałów foto/video oraz potwierdzeniem zdolności do uczestnictwa dziecka w imprezie wobec braku przeciwwskazań lekarskich.

Limit zgłoszeń do biegów – 30 osób dla dystansu 200m, 400m i 800m i 20 osób 1200m.

Kategorie:

- 200 m – rocznik 2020 i młodsze
- 400 m – roczniki 2019-2017
- 800 m - roczniki 2016-2014
- 1200 m – roczniki 2013-2011

O przynależności do danej kategorii decyduje rok urodzenia.

Opłata startowa – 25 zł

40 zł – w dniu biegu w biurze zawodów w przypadku dostępnych pakietów

2. Bieg główny

W biegach głównym na dystansie 1 Mili mogą startować wyłącznie zawodnicy urodzeni w roku 2010 lub wcześniej. Zgłoszenia do biegu odbywać się będą przez formularz dostępny na stronie internetowej dostartu.pl. Zgłoszenie jest skuteczne, jeżeli dotarło do Organizatora i

uiszczona została opłata startowa zgodnie z postanowieniami regulaminu. **Osoby, które dokonają zgłoszenia, zobowiązane są do uiszczenia opłaty startowej w ciągu 5 dni. W innym przypadku zgłoszenia będą usuwane z bazy danych.**

Organizator zapewnia:

- a) pakiet startowy (numer startowy z chipem, agrafki),
- b) pamiątkowy medal po ukończeniu biegu;
- c) wodę na mecie;
- d) zabezpieczenie trasy biegu oraz opiekę medyczną.
- e) organizator zastrzega możliwość ufundowania dodatkowych nagród i gadżetów

Limit zgłoszeń do biegu głównego - 260 osób łącznie (20 do 30 osób dla każdej serii)

Z chwilą przekroczenia limitu, przyjmowanie zgłoszeń zostanie automatycznie zakończone.

O ile limit zgłoszeń nie zostanie wyczerpany wcześniej, do biegu można będzie zgłosić się osobiście w dniu biegu w biurze zawodów.

Wysokość opłaty startowej

uzależniona jest od daty jej uiszczenia i wynosi:

35 zł – drogą elektroniczną w portalu dostartu.pl

50 zł – w dniu biegu w biurze zawodów w przypadku dostępnych pakietów

Uczestnicy podpisuje listę startową lub przedstawia otrzymany kod QR, co jest jednoznaczne z akceptacją wszystkich punktów regulaminu, wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych, wykorzystanie wizerunku do materiałów foto/video oraz potwierdzeniem zdolności do uczestnictwa w imprezie wobec braku przeciwwskazań lekarskich.

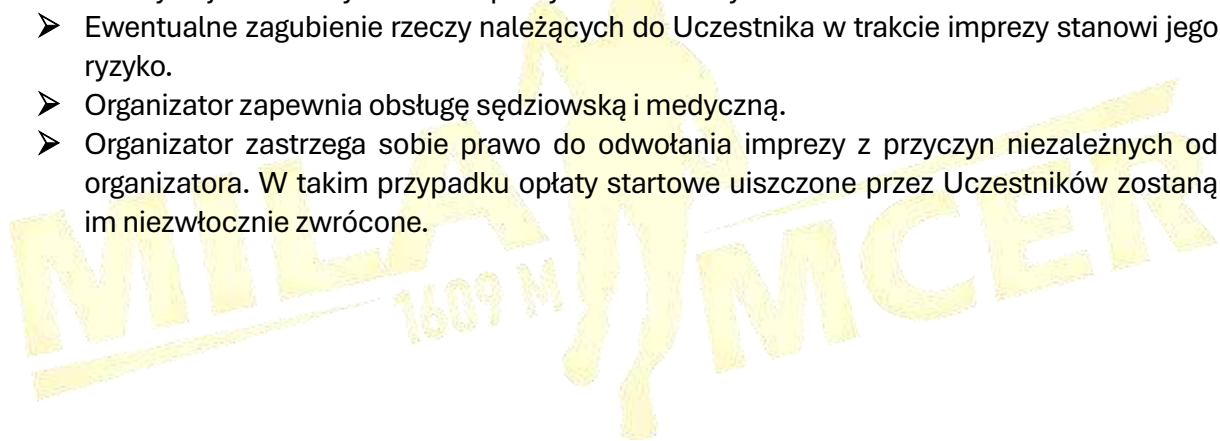
8. DANE OSOBOWE

- dane osobowe uczestników biegu Miła MCER będą przetwarzane w celach przeprowadzenia biegów, ogłoszenia wyników, wyłonienia zwycięzcy i przyznania, wydania, odbioru ewentualnych nagród, promocji biegów,
- dane osobowe uczestników biegu Miła MCER będą wykorzystywane zgodnie z warunkami określonymi w Ustawie o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2018 r., poz. 1000),
- przetwarzanie danych, w związku z udziałem w biegu Miła MCER obejmuje także każdego rodzaju publikację imienia i nazwiska, wizerunku uczestnika wraz z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje, roku urodzenia, klubu do którego przynależy,
- uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania a także usunięcia swoich danych ze zbioru danych. Poprawa lub usunięcie danych osobowych następuje na pisemny wniosek Uczestnika,
- podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w Mili MCER
- przez przekazanie do organizatora, prawidłowo wypełnionego i podpisanego formularza zgłoszeniowego uczestnik wyraża zgodę i zezwala na wykorzystanie podanych przez niego danych osobowych na potrzeby przesłania do uczestnika informacji o przyszłych imprezach, produktach handlowych, a także na wewnętrzne potrzeby administracyjne i analityczne, zgodnie z Ustawą o ochronie o danych osobowych z dnia 10 maja 2018 r., Dz. U. z 2018 r., poz. 1000. Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencję na adres organizatora,
- zdjęcia wykonane podczas imprezy mogą być wykorzystane w materiałach reklamowych biegu, komunikacie końcowym, plakatach, informacjach prasowych, stronach internetowych organizatora,
- **KLAUZULA INFORMACYJNA**
 - a Administratorem jest: Prezes Zarządu "Mareckie Inwestycje Miejskie" Sp. z o .o., mający siedzibę w Markach (05-270), przy ul. Wspólnej 40.
 - b. Dane osobowe będą przetwarzane przez ADO jedynie w zakresie rzeczowym oraz okresie czasowym niezbędnym do realizacji przez ADO obowiązków i uprawnień wynikających z przepisów prawa związanych z wykonaniem obowiązków organizacyjnych Organizatora przedmiotowej imprezy.
 - c. Uczestnicy mają prawo dostępu do swoich danych, sprostowania ich, ograniczenia przetwarzania, przeniesienia danych oraz ich usunięcia w zakresie wynikającym z obowiązujących przepisów prawa.
 - d. W celach realizacji uprawnień określonych w lit. c, Administrator wyznaczył inspektora ochrony danych, z którym może się Pani / Pan skontaktować poprzez email iod@mareckieinvestycje.pl, lub pisemnie na adres siedziby administratora. Z inspektorem ochrony danych można się kontaktować we wszystkich sprawach dotyczących przetwarzania danych osobowych oraz korzystania z praw związanych z przetwarzaniem danych

9. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Bieg odbędzie się w wyznaczonym terminie i miejscu bez względu na pogodę.
- Uczestnicy mają obowiązek zachowania zasad fair-play podczas trwania biegu.
- Skracanie wyznaczonej trasy, ścinanie zakrętów będzie się wiązało z dyskwalifikacją zawodnika.

- Obowiązuje obuwie sportowe, dopuszczalny jest start w kolcach lekkoatletycznych dla dystansu 1 Mili i 1200m w biegu dzieci
- Uczestnicy mają obowiązek stosowanie się do poleceń służb odpowiedzialnych za zabezpieczenie trasy biegu.
- Zostawianie śmieci na trasie biegu będzie się wiązało z dyskwalifikacją zawodnika.
- Uczestnicy zobowiązani są do przyczepienia numerów startowych z przodu, w widocznym miejscu. Żaden element ubrania nie może zastąpić numeru startowego. Jeżeli Uczestnik przymocuje numer niewłaściwie może zostać zdyskwalifikowany.
- W przypadku kontuzji lub innych przyczyn zdrowotnych, zawodnik zobowiązany jest do zejścia z bieżni i oczekiwania na pomoc medyczną.
- Organizator nie ubezpiecza zawodników.
- Uczestnicy we własnym zakresie zapewniają odpowiednią pieczę nad należącym do nich mieniem pozostawionym w miejscu odbywania się Biegu.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie biegu, wynikające z winy uczestników.
- Uczestnik biegu wypełniając kartę zgłoszenia akceptuje warunki niniejszego regulaminu.
- Organizator zapewnia możliwość skorzystania z depozytu i szatni dostępnych w pobliżu biura zawodów,
- Koszty dojazdu każdy uczestnik pokrywa we własnym zakresie.
- Ewentualne zagubienie rzeczy należących do Uczestnika w trakcie imprezy stanowi jego ryzyko.
- Organizator zapewnia obsługę sędziowską i medyczną.
- Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania imprezy z przyczyn niezależnych od organizatora. W takim przypadku opłaty startowe uiszczone przez Uczestników zostaną im niezwłocznie zwrócone.



Załącznik 1

Regulamin Mareckiej Triady Biegowej

1. Organizatorzy

Organizatorem klasyfikacji Mareckiej Triady Biegowej są wspólnie organizatorzy trzech biegów składających się na triadę.

2. Nazwa i Charakterystyka Triady

Marecka Triada Biegowa składa się z trzech niezależnych biegów:

Marki Na Przełaj – bieg terenowy około 6km, 28.03.2026

Nocny Marek – bieg uliczny 10km, 13.06.2026

Bieg Mila MCER – bieg na bieżni lekkoatletycznej 1,6km, 12.09.2026

3. Warunki Uczestnictwa

1. W Mareckiej Triadzie Biegowej bierze automatycznie udział każda osoba, która zapisze się i ukończy każdy z trzech biegów cyklu.
2. Uczestnicy muszą zarejestrować się i opłacić wpisowe na każdy z trzech biegów.
3. Klasyfikacja końcowa obejmuje tylko osoby, które ukończyły wszystkie trzy biegi.

4. Zniżka w opłatach za „Triadę”

1. W przypadku zapisów na wyżej wymienione biegi i dystanse zniżki wynoszą:
 - 10 PLN przy zapisie i jednoczesnym opłaceniu 2 biegów
 - 20 PLN przy zapisie i jednoczesnym opłaceniu 3 biegów

5. Klasyfikacja i Zasady Rywalizacji

1. Klasyfikacja końcowa Mareckiej Triady Biegowej tworzona jest na podstawie sumy czasów uzyskanych przez zawodnika we wszystkich trzech biegach.
2. Zwycięzcą Triady zostaje zawodnik z najniższą sumą czasów.
3. W przypadku takiej samej sumy czasów decyduje najlepszy wynik w ostatnim biegu (Bieg Miła MCER).
4. Klasyfikacja prowadzona jest w kategoriach:

Open Kobiet i Mężczyzn,

Klasyfikacje wiekowe

1. Klasyfikacja kobiet do lat 40 (rocznik 2010-1987)
2. Klasyfikacja mężczyzn do lat 40 (rocznik 2010-1987)
3. Klasyfikacja kobiet od lat 40 (roczniki do 1986)
4. Klasyfikacja mężczyzn od lat 40 (roczniki do 1986)
(kategoria generalna nie dubluje się z klasyfikacjami dodatkowymi)

6. Nagrody

1. Trzy osoby z najlepszymi czasami open i w kategoriach wiekowych wśród kobiet i mężczyzn otrzymają puchary i nagrody.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do ufundowania nagród dodatkowych dla wszystkich uczestników Mareckiej Triady Biegowej.

7. Postanowienia Końcowe

1. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie
2. Każdy uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania regulaminu każdego z trzech biegów.
3. W sprawach nieuregulowanych w regulaminie decyzję podejmuje organizator.
4. Zgłoszenie do Mareckiej Triady Biegowej jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu oraz regulaminów poszczególnych biegów.

