

REGULAMIN Biegu w zielone 25 kwietnia 2026 r.

I. Organizatorzy i współorganizatorzy:

Organizator: Stowarzyszenie „Elementum” z siedzibą w Międzyrzecu Podlaskim, ul. Wyszyńskiego 5/18.

Współorganizatorzy: Nadleśnictwo Międzyrzec ul. Leśna 8, 21-560 Międzyrzec Podlaski, Stowarzyszenie Rozwoju Żeglarstwa „Stanica”.

II. Cel

1. Promocja biegania, lasów państwowych i piękna międzyrzeckiej przyrody oraz popularyzacja wiedzy o Rezerwacie Liski.
2. Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy rekreacji.
3. Promocja aktywności wśród mieszkańców regionu.

III. Termin i miejsce

1. Bieg odbędzie się w dniu 25 kwietnia 2026 r.
2. Start biegu głównego o godz. 16.00, 16.15 – start NW
3. Biuro zawodów czynne będzie: **24 kwietnia 2025 r.** w godz. 17.00-19.00
25 kwietnia 2025 r. w godz. 11-15.30 – budynek Warsztatu Terapii Zajęciowej ul. Zahajkowska 44f.

IV. Trasa i program biegu

1. Start i meta ul. Zahajkowska (zatoka parkingowa) - do miejsca startu (odcinek o długości około 700 metrów) zawodnicy docierają pieszo stosując się do zasad Kodeksu Drogowego. Odcinek o długości około 700 metrów, jest to obszar poza terenem zabudowanym, poruszamy się lewą stroną jezdni.
2. Zawodnicy będą biegli po terenie Nadleśnictwa Międzyrzec - trasa 10 km wiodąca przez leśne dukty.
3. Na trasie porządku będą pilnować wolontariusze, przewidziane są dwa punkty z wodą.
4. Dekoracja zawodników odbędzie się na terenie stacji Stowarzyszenia Rozwoju Żeglarstwa – ul. Zahajkowska 44 c (około godz. **18.00**).

V. Uczestnictwo

1. Udział w biegu jest płatny. Opłata startowa wynosi **60 zł** przy zapisach do 31 marca 2026 i **100 zł** do dnia 10 kwietnia 2026 r. W ramach dokonanej wpłaty zawodnik otrzyma pakiet startowy, medal oraz posiłek regeneracyjny. Organizator nie zwraca wpłaty za zakupiony pakiet w przypadku rezygnacji z biegu. Możliwa jest jedynie cesja na innego zawodnika.
2. Prawo startu w biegu mają osoby, które najpóźniej w dniu biegu tj. 25 kwietnia 2026 r. mają ukończone 18 lat (urodzone przed 25.04.2008 r.).
2. Osoby niepełnoletnie, aktywnie trenujące, które ukończyły w dniu zawodów 16 lat (urodzone przed 25.04.2008 r.) mogą wystartować w biegu tylko na podstawie pisemnej zgody rodziców lub opiekunów prawnych. Zgody te muszą być przesłane na adres mailowy elementum.miedzyrzec@gmail.com najpóźniej do 30.03.2026 oraz dostarczone Organizatorowi w oryginale w biurze zawodów podczas odbioru pakietu startowego.
4. Każdy uczestnik zobowiązany jest podpisać oświadczenie, że w biegu startuje na własną odpowiedzialność i zapoznał się z niniejszym regulaminem.
5. W biurze zawodów zawodnicy otrzymają pakiet startowy: numer startowy i koszulkę okolicznościową. W przypadku odbioru pakietu za osobę trzecią należy okazać kserokopię dokumentu tożsamości i jej pisemne upoważnienie.

6. Organizator nie będzie wysyłać pakietów startowych ani koszulek po biegu.
7. Organizator zapewnia depozyt oraz natryski dla uczestników biegu, a także posiłek regeneracyjny.

VI. Limit i pomiar czasu

1. Obowiązuje limit czasowy biegu, który wynosi 1,5 godziny na pokonanie trasy. Po upływie limitu czasowego osoby znajdujące się na trasie zobowiązane są do przerwania biegu.
2. W biegu będzie prowadzony elektroniczny pomiar czasu przy użyciu chipów. Każdy zawodnik powinien mieć przypięty numer startowy na przodzie koszulki.

VII. Zgłoszenia

1. Zapisy - elektroniczne na stronie: time2go.pl od **23 lutego 2026 r. do 10 kwietnia 2026 r. lub wyczerpania miejsc.**
2. Organizator zastrzega limit zawodników do **150 osób, w tym 30 miejsc dla zawodników Nordic walking.** Decyduje kolejność zgłoszeń oraz opłat. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany do ww. limitu.
3. Zgłoszenie do udziału w zawodach uważa się za kompletne, jeżeli zostaną spełnione następujące warunki: zostanie wypełniony formularz zgłoszeniowy i zaksięgowana wpłata z tytułu opłaty startowej.

VIII. Konkurencja nordic walking - zasady

1. Konkurencja nordic walking polega na przejściu marszem z jednoczesnym energicznym odpychaniem się kijami dystansu 10 km, w jak najkrótszym czasie.
2. Podczas marszu niedozwolone jest: bieganie, podbieganie, skoki, przeskoki.
3. Na sygnał zawodnicy startują z linii startu.
4. O miejscu w klasyfikacji decyduje uzyskany czas.
5. Klasyfikacja prowadzona będzie osobno dla kobiet i mężczyzn
6. Na liście startowej znajdują się tylko te osoby, które dokonały prawidłowej rejestracji i opłaty startowej.
7. Wszyscy uczestnicy marszu nordic walking są zobowiązani do stosowania się do poleceń osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo, służb porządkowych oraz obsługi z ramienia Organizatora.
8. Wszyscy uczestnicy marszu nordic walking powinni posiadać własne kije do NW.

IX. Klasyfikacja Końcowa i nagrody

1. W biegu będzie prowadzona oddzielna klasyfikacja kobiet i mężczyzn zarówno w biegu głównym jak i w kategorii NW.
2. Zwycięzcy biegu i NW, którzy zdobędą od 1 do 3 miejsca otrzymają puchary i nagrody rzeczowe.
3. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą bieg otrzymają pamiątkowy medal.
4. Wszyscy zawodnicy biorą udział w losowaniu nagród.
5. Przewidujemy losowanie nagród w zależności od hojności sponsorów wśród wszystkich uczestników. Nagrodę należy odebrać osobiście, w przeciwnym wypadku losowanie będzie powtarzane aż do skutku.

X. Postanowienia końcowe

1. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do odwołania imprezy bez podania przyczyny.
2. Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatorów.
3. W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzygają Organizatorzy.
4. Każdy uczestnik biegu ma obowiązek zapoznać się z regulaminem i przestrzegać jego treści.

5. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych przez Organizatorów na potrzeby biegu.
 6. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników biegu wywiadu i robienia zdjęć oraz filmowania na potrzeby reklamowe, promocyjne, wykorzystywanie w Internecie lub transmisjach radiowo-telewizyjnych oraz inne potrzeby komercyjne.
 7. Zawodnicy uczestniczą w biegu na swoją odpowiedzialność. Za działania odpowiadają według przepisów Kodeksu Cywilnego i nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do Organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
 8. Na miejsce biegu zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji oraz napojów alkoholowych i innych używek.
 9. Zawodnikom startującym zabrania się zażywania wyżej wymienionych środków oraz substancji zarówno przed biegiem, jak w jego trakcie, pod karą wykluczenia z biegu. W przypadku stwierdzenia naruszenia powyższego zakazu. Organizatorzy zastrzegają sobie możliwość wykluczenia zawodnika z udziału w biegu.
 10. W przypadku stwierdzenia przez Organizatorów skrócenia przez zawodnika wyznaczonej trasy, zostanie on zdyskwalifikowany.
 11. Organizator zapewnia opiekę medyczną w trakcie trwania biegu.
 12. Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w trakcie trwania biegu.
 13. Protesty można zgłaszać w biurze zawodów do 15 minut po zakończeniu biegu.
 14. Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga Dyrektor Biegu po konsultacji z sędzią biegu
 15. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie, o których ma obowiązek poinformować przed rozpoczęciem biegu.
- Dyrektor Biegu – Justyna Telega – Tusz, prezes Stowarzyszenia „Elementum”, tel. 606 936 876.

Ochrona danych osobowych/ wykorzystanie wizerunku

1. Administratorem danych osobowych Uczestników jest Organizator. Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania i uzupełniania.
2. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, jednakże ich niepodanie lub brak zgody na przetwarzanie, ze względów organizacyjnych uniemożliwia udział w biegu.
3. Rodzice, opiekunowie prawni uczestników oraz sami uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora imprezy oraz na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych.
4. Rodzice oraz opiekunowie prawni uczestnika, jak również sam uczestnik udzielają Organizatorowi nieodpłatnej licencji na wykorzystanie utrwalonego wizerunku na wszystkich polach eksploatacji, w tym w szczególności: o utrwalanie i zwielokrotnienie jakąkolwiek znaną techniką oraz rozpowszechnianie w dowolnej formie.
5. Udostępnianie sponsorom oraz oficjalnym partnerom egzemplarza lub kopii, na której utrwalono wizerunek, w celu wykorzystania do promocji sponsora lub oficjalnego partnera w kontekście jego udziału w biegu.
6. Zwielokrotnianie zapisu utrwalonego wizerunku.
7. Publicznego wystawienia, wyświetlenia, odtworzenia oraz nadawania i reemitowania, a także publicznego udostępniania w taki sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i w czasie przez siebie wybranym.
8. Zamieszczanie i publikowanie w prasie, na stronach internetowych, plakatach i billboardach.

9. Publikowanie zdjęć uczestnika z udziału w biegu w postaci zdjęć z trasy biegów.
10. Warunkiem udziału w biegu jest wyrażenie zgody na przestrzeganie niniejszego regulaminu.