

Bieg Herosa

Pustynia Błędowska 09.05.2026

Regulamin

Biegi:

- Nomada 9h – bieg trail na 9 godzin
- Nomada 3h – bieg trail na 3 godziny
- Bieg z Psem 5km – trail,
- Miraże 5km - trail,
- Nordic 5km - trail,
- Młodzi Herosi – biegi dla dzieci

CEL IMPREZY

- popularyzacja i upowszechnienie biegania jako ogólnie dostępnej formy sportu i rekreacji,
- przedstawienie walorów przyrodniczo- rekreacyjnych Pustyni Błędowskiej i okolic,
- promocja aktywnego trybu życia.

Organizator:

LKS „Kłós” w Olkuszu
PZ LZS w Olkuszu

Termin i miejsce:

09.05.2026, Pustynia Błędowska - Róża Wiatrów

Start do biegów:

9:00 – Nomada 9h

10:00 – Bieg z Psem 8km

12:00 – Młodzi Herosi

12:00 – kategoria 0-6 lat - 200m

12:15 – kategoria 7 i 8 lat - 400m

12.30 – kategoria 9 i 10 lat - 400m

12.45 – kategoria 11 i 12 lat - 800m

12.45 – kategoria 13 i 14 lat - 800m

13:15 – Miraże 5km

13:30 – Nordic 5km

15:00 – Nomada 3h

Dystans i trasa:

Nomada – Pętla długości 5km

Pozostałe biegi – Pętla długości 5km

Biegi dla dzieci – pętla od 200 do 800m

Całość trasy na terenie Pustyni Błędowskiej.

Podłoże w 100% piasek.

Start:

“Róża Wiatrów” - Pustynia Błędowska, Klucze.

(wjazd od ulicy Bolesławskiej)

Meta:

W miejscu startu.

Zamknięcie maty dla Nomada 9h i Nomada 3h o godzinie 18.00.

Kategorie:

- Open Kobiety

- Open Mężczyźni

Zasady klasyfikacji końcowej:

Nomada:

W biegu Nomada 9h zawodnicy sklasyfikowani będą na podstawie ilości pełnych ukończonych okrążeń pomiędzy godziną 9.00 a 18.00.

W biegu Nomada 3h zawodnicy sklasyfikowani będą na podstawie ilości pełnych ukończonych okrążeń pomiędzy godziną 15.00 a 18.00.

W przypadku takiej samej ilości pełnych okrążeń, wyższe miejsce w klasyfikacji końcowej zajmuje zawodnik, który jako pierwszy zakończył swoje ostatnie okrążenie, kolejne miejsce w klasyfikacji zajmuje zawodnik z drugim czasem zakończenia ostatniego okrążenia itd.

W celu klasyfikacji zawodnik musi pokonać minimum 1 pełną pętlę.

Pozostałe biegi:

Kto pierwszy ten lepszy.

Uczestnictwo:

W biegu Nomada 9h i Nomada 3h mogą uczestniczyć zawodniczki i zawodnicy, którzy ukończyli 18 lat. Wszyscy zawodnicy muszą być zweryfikowani w biurze zawodów. Od godziny 8.00 do 17.00 w dniu zawodów.

W Biegu Herosa: „Miraże 5km”, „Nordic 5km” oraz „Bieg z Psem 5km” mogą uczestniczyć zawodniczki i zawodnicy, którzy ukończyli 12 lat.

Wszyscy zawodnicy muszą być zweryfikowani w biurze zawodów w dniu startu najpóźniej 15 min przed startem swojego biegu.

Każdy uczestnik oświadcza, że;

- jego stan zdrowia pozwala na uczestnictwo w tym biegu,
- rozumie zagrożenia wynikające z aktywności fizycznej w trudnych warunkach,
- wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych,
- wyraża zgodę na wykorzystanie wizerunku w celach promocyjnych bieg.

Zgłoszenia:

Zgłoszenie przyjmujemy przez formularz znajdujący się na stronie:

<https://dostartu.pl/bieg-herosa-maj-2026-v15839>

Zgłoszenie w dniu biegu przyjmowane będą w Biurze Zawodów (do wykorzystania Limitu Uczestników).

Zgłoszenia elektroniczne przyjmujemy do 7 maja 2026 (włącznie).

Zgłoszenia w biurze zawodów przyjmowane są w dniu biegu od godziny 8.00.

Osoby, które nie zdążą zarejestrować lub zweryfikować się na 15 min przed przewidywanym startem nie uzyskają prawa do startu w biegu. Prosimy o wcześniejszy przyjazd lub rejestrację internetową.

W dniu zawodów każdy zawodnik musi stawić się w Biurze Zawodów w celu weryfikacji oraz odbioru numeru startowego.

Organizator nie przewiduje zwrotu opłaty startowej w przypadku rezygnacji ze startu. Opłata może zostać scedowana na innego uczestnika pod warunkiem wcześniejszego kontaktu z organizatorem na adres: kontakt@biegherosa.pl

W przypadku braku weryfikacji przed startem organizator nie przewiduje zwrotu opłaty startowej.

Opłata Startowa:

Zgodnie z informacjami na stronie zapisów.

Opłaty przyjmowane są przez formularz zgłoszeniowy lub w biurze zawodów w dniu biegu (do wyczerpania limitu uczestników).

Uczestnicy poniżej 18 roku życia

W biegu mogą uczestniczyć zawodnicy poniżej 18 roku życia pod warunkiem, że na całej trasie pozostaną pod opieką osoby pełnoletniej.

Uczestników poniżej 18 roku życia prosimy rejestrować wysyłając zgłoszenie na kontakt@biegherosa.pl lub bezpośrednio w biurze zawodów (do limitu dostępnych miejsc).

Opłata startowa w biegach:

- „Miraże 5km” – 50zł,
- „Nordic 5km” – 50 zł
- „Bieg z Psem 5km” – 60zł

Rejestracji uczestnika może dokonać tylko prawny opiekun.

Przy rejestracji wymagane jest podpisanie oświadczenia o ponoszeniu odpowiedzialności za uczestnika przez opiekuna.

Finansowanie:

Koszty organizacji zawodów ponoszą organizatorzy.

Koszty pobytu i przejazdu ponoszą uczestnicy biegu.

Nagrody:

Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn miejsca I, II, III – puchary.

Każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy medal.

Możliwe inne nagrody ufundowane przez sponsorów uzgodnione z organizatorem.

Biuro Zawodów:

Czynne w dniu zawodów od godziny 8.00 w pobliżu startu biegu.

Pies (Bieg z Psem):

W biegu z psem mogą brać udział psy dowolnej rasy, wielkości, wykastrowane lub nie, o ile spełniają następujące warunki:

- pies w dniu biegu jest w wieku co najmniej 15 miesięcy;
- suka nie jest w okresie rui (cieczki);
- w zawodach nie mogą brać udziału suki karmiące, młode bądź będące w drugim miesiącu ciąży;
- pies musi posiadać chip (lub tatuaż) służący do jego identyfikacji;
- pies posiada ważne szczepienia: obowiązkowo szczepionka przeciwko wściekliźnie (R), obowiązkowo szczepionka skojarzona (DHPPi), zalecana jest także szczepionka przeciw leptospirozie (L)
- pies jest zdrowy (pies jest fizycznie zdolny do wyścigu, nie ma nadwagi ani przewlekłych chorób itp., jego życie i zdrowie nie jest zagrożone podczas zawodów w razie jakichkolwiek wątpliwości czy w celu upewnienia się czy pies może brać udział w zawodach zalecamy skonsultowanie się z weterynarzem przed zgłoszeniem się na zawody)
- pies jest odpowiednio zsocjalizowany (psy wykazujące zachowania agresywne, w celu ochrony bezpieczeństwa uczestników, nie mogą brać udziału w biegu)
- pies został odrobaczony nie wcześniej, niż 3 miesiące przed datą biegu, a podanie leku jest odnotowane w książeczce zdrowia lub paszporcie psa.

Uprząż psa musi być tak skonstruowana, aby nie mógł się z niej samodzielnie uwolnić. Pies przypięty jest do zawodnika za koniec uprząży za pomocą liny z amortyzatorem. Długość liny nie może być większa niż 2,5 metra – mierzona lina rozciągnięta. Pas powinien mieć szerokość co najmniej 7 cm na obszarze

stykającym się z kręgosłupem. Do pasa musi być zamocowany w sposób trwały karabińczyk, a lina ciągową od strony zawodnika kończy się pętlą.

Zawodnik biegnie za psem. Wyprzedzanie psa, ciągnięcie go czy zmuszanie do poruszania się na przód jest zabronione. Jeśli pies nie chce lub nie może dalej biec z jakiegokolwiek powodu, zawodnikowi nie wolno kontynuować biegu. Organizator zapewnia zwiezenie psa i opiekuna do biura zawodów.

Przez cały czas trwania zawodów zawodnik ma obowiązek trzymać psa na smyczy. Pas biodrowy z liną z amortyzatorem do biegania z psem uważa się za smycz. Używanie smyczy Fleksi lub podobnych, smyczy automatycznych, bez względu na markę i producenta jest niedozwolone. Puszczanie psa luzem będzie skutkować dyskwalifikacją.

Każdy zawodnik odpowiada za zachowanie swojego psa oraz ewentualne szkody przez niego wyrządzone względem osób, psów lub rzeczy.

Właściciel zobowiązany jest do sprzątania nieczystości po swoim psie.

Postanowienia Końcowe:

Organizator zapewnia opiekę medyczną.

Uczestnicy, dla których zabraknie medali na mecie otrzymają je pocztą w najbliższym możliwym terminie.

Każdy zgłoszony uczestnik jest zobowiązany do przestrzegania regulaminu biegu.

Każdy uczestnik biegu, kibic, przypadkowy przechodzień zobowiązany jest nie wchodzić na trasę biegu przed zapoznaniem się i zaakceptowaniem „OŚWIADCZENIE UCZESTNIKA BIEG HEROSA”.

Bieg odbywa się w trudnym terenie, dlatego każdy uczestnik powinien zwracać szczególną uwagę na objaśnienia obsługi co do przebiegu trasy, kierować się poleceniami wolontariuszy oraz bacznie obserwować oznaczenia trasy. Przy zgubieniu trasy z winy uczestnika nie uwzględniamy reklamacji.

W przypadku wystąpienia sytuacji nadzwyczajnej organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu. Zwrot opłat startowych dokonywany będzie proporcjonalnie z poniesionymi przez organizatora kosztami.

Organizator zastrzega sobie prawo do obciążenia uczestnika kosztami akcji poszukiwawczej.

Uczestnik biegu poprzez zgłoszenie się i opłacenie wpisowego potwierdza przeczytanie oraz zaakceptowanie REGULAMINU oraz „OŚWIADCZENIE UCZESTNIKA „BIEG HEROSA””.

Uczestnik „Biegu z Psem” przez zgłoszenie się i opłacenie wpisowego oświadcza, że spełnia wszystkie punkty zawarte w punkcie „**Pies**” regulaminu.

Ominięcie punktu kontrolnego na trasie oznaczać będzie dyskwalifikację zawodnika.

Organizator zastrzega sobie prawo do ostatecznej interpretacji regulaminu.

Dodatkowe informacje: Łukasz Mentlewicz - kontakt@biegherosa.pl

Szczegółowe Informacje
www.biegherosa.pl

Dyrektor Biegu:
Łukasz Mentlewicz, kontakt@biegherosa.pl