



Regulamin

OTWOCKA DYCHA – OTWOCKA PIĄTKA

1. CEL IMPREZY

- propagowanie aktywnego i zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Otwocka i powiatu otwockiego,
- popularyzacja i upowszechnianie biegania

2. ORGANIZATORZY

- 1) Uczniowski Klub Sportowy „Bieliki” Otwock
- 2) grupa biegowa Tuptuś
- 3) Stowarzyszenie NWD

3. TERMIN I MIEJSCE

- Otwock 19 kwiecień 2026 roku
- Start i meta u zbiegu ulic leśnych ul. Hrabiego ul. Gerwazego
- trasa prowadzić będzie lasami otwockimi – Mazowieckiego Parku Krajobrazowego

4. DYSTANSE BIEGÓW

Godz. 11,00 Biegi dziecięce

- | | | |
|------------------------|------------------|--------------|
| • rocznik 2020-młodszy | (6 lat i młodsi) | K/M – 150 m |
| • rocznik 2018-2019 | (7-8 lat) | K/M – 300 m |
| • rocznik 2016-2017 | (9-10 lat) | K/M – 600 m |
| • rocznik 2014-2015 | (11-12 lat) | K/M – 1000 m |
| • rocznik 2012-2013 | (13-14 lat) | K/M – 1500 m |

Godz. 12,00 OTWOCKA PIĄTKA (dystans 5km)

- dystans: 5 km
- limit czasowy: 45 minut
- limit osób startujących: 100

GODZ. 12,05 OTWOCKA DYCHA (dystans 10 km) + Nordic Walking (dystans 5km)

- dystans: 10 km
- limit czasowy: 90 minut
- limit osób startujących: 100

Trasy biegów prowadzą po drogach leśnych

5. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

- Biuro zawodów mieści się u zbiegu ulic leśnych ul. Hrabiego ul. Gerwazego w Otwocku.
- Zgłoszenia do biegu elektronicznie <https://dostartu.pl/otwocka-dycha-otwocka-piatka-vc15902> .
- Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza i wniesienie opłaty startowej.
- Opłata startowa w biegu 5km, 10 km , Nordic Walking
do dnia 10.04.2026 wynosi 60zł + dodatkowa opłata za koszulkę 30zł
w dniu zawodów wynosi 100zł
- Biegi dziecięce – 15,00 zł

OSOBY ZAPISUJĄCE SIĘ W DNIU ZAWODÓW NIE MAJĄ GWARANCJI OTRZYMANIA PAMIĄTKOWEGO MEDALU I KOSZULKI.

- Osoby które nie opłacą w terminie opłaty startowej, nie będą miały gwarancji otrzymania koszulki i medalu.

Wpłaty można dokonać na konto –

UCZNIOWSKI KLUB SPORTOWY "BIELIKI"

Nr konta: Bank Spółdzielczy w Otwocku - **36 8001 0005 2001 0001 5251 0001**

W tytule przelewu proszę wpisać: "Opłata startowa, Imię i Nazwisko"

6. KATEGORIE WIEKOWE

- do 29lat
- do 39lat
- do 49lat
- do 59 lat
- Powyżej 60lat
- Nagradzanie klasyfikacji OPEN i wiekowych nie dubluje się.

7. KLASYFIKACJA I NAGRODY

- Kategoria OPEN 5 km i 10km , Nordic Walking - kobiet , mężczyzn - 1-3 miejsce – puchary
- Za zajęcie miejsca 1-3 - **nagrody pieniężne** kategorii OPEN na dystansach 5km i 10km.
Uczestnicy zarejestrowani w terminie do 10 kwietnia 2026r. którzy ukończą Biegi , otrzymają pamiątkowe medale oraz po opłaceniu pamiątkową koszulkę.
W biegach dziecięcych wszyscy otrzymują pamiątkowe medale.
- **W przypadku zgłoszeń po terminie, Organizator nie zapewnia pamiątkowego medalu i koszulki.**
- **UWAGA! Wszystkie nagrody i trofea odbieramy w dniu zawodów.**

8. WARUNKI UCZESTNICTWA

- Prawo uczestnictwa w biegach 5km osoby W WIEKU OD 13 LAT, w biegu 10km OSOBY W WIEKU OD 16 LAT, JEŚLI MAJĄ PISEMNA ZGODĘ RODZICÓW.
- Osoby niepełnoletnie zobowiązane są dostarczyć do Organizatora Biegu KARTY ZGŁOSZENIA z podpisem rodzica bądź opiekuna prawnego, wyrażającego zgodę na udział w Biegu osoby niepełnoletniej i biorącego za nią odpowiedzialność. (Wzór oświadczenia będzie dostępny w biurze zawodów i na stronie internetowej.) Bez przekazania KARTY ZGŁOSZENIA z podpisem rodzica lub opiekuna prawnego nie będzie możliwy udział w biegu.
- Każdy uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w Biegu, w szczególności zasad fair play.
- Nie dopuszcza się startu zawodników ze zwierzętami.
- Osoby pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających nie zostaną dopuszczone do zawodów.

Na miejsce biegu zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji, środków podnoszących wydajność fizyczną oraz środków alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju. Uczestnikom zabrania się zażywania takich środków i substancji zarówno przed jak i podczas biegu pod warunkiem wykluczenia z niego. W wypadku stwierdzenia, że uczestnik narusza powyższy zakaz, organizator zastrzega sobie możliwość niedopuszczenia go do udziału w biegu lub wykluczenia go w jego trakcie.

- Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.

9. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne
- Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z przodu, na wysokości klatki piersiowej

- Wszyscy uczestnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
- Organizator Biegu zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których jest zobowiązany poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy.
- Organizator zapewnia uczestnikom Biegu poczęstunek i napoje.
- Odebranie numeru startowego przez uczestnika Biegu jest równoznaczne z akceptacją regulaminu. Organizatorzy zapewniają opiekę sanitarną na trasie i medyczną na mecie biegu.
- Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników biegu. Mogą one być wykorzystane przez Organizatora poprzez umieszczanie w mediach, na stronach internetowych, w gazetach, jak również na potrzeby promocyjno-reklamowe Organizatora.
- Organizator informuje, że nie sprzedaje i nie udostępnia osobom i podmiotom trzecim danych osobowych podawanych podczas procesu rejestracji
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.