

II Podgórski Bieg i Marsz Leśnymi Ścieżkami

Regulamin

CELE BIEGU:

- Popularyzacja biegania i chodu jako najprostszej i najtańszej formy aktywności ruchowej.
- Promocja sportu w środowisku.
- Promocja sportu wśród osób nieaktywnych sportowo.
- Promocja Gminy Ćmielów.
- Aktywizacja różnych grup społecznych do wspólnego działania.
- Promocja aktywności ruchowej w rodzinie.

ORGANIZATORZY:

Sołtys Podgórze

Rada Sołecka

WSPÓLORGANIZATORZY:

Grupa G.I.N

PARTNERZY

Stowarzyszenie Krzemienna Dolina

TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

- 23.05.2026
- Start i Meta boisko szkolne Podgórze

KATEGORIE BIEGÓW I NORDIC WALKING:

Bieg główny – START – godz. 16:00

Dystans - 10km

Trasa biegu wiedzie polnymi i leśnymi drogami, większość trasy teren leśny.

Limit czasowy – 90 minut.

- **Nordic Walking – START – godz. 16:02**

Dystans - 6 km

Limit czasowy – 70 minut.

BIEG GŁÓWNY:

KLASYFIKACJE W BIEGU GŁÓWNYM:

Trzy pierwsze miejsca w kategorii kobiet i mężczyzn.

KLASYFIKACJE W NORDIC WALKING:

Trzy pierwsze miejsca w kategorii kobiet i mężczyzn.

TRASA ZAWODÓW:

- **Bieg Główny:** Start - Boisko Podgórze
- **10 km – trasa**
- Trasa biegu wiedzie polnymi i leśnymi drogami, większość trasy teren leśny.
- Trasy będą oznakowane każdy zawodnik może również posiadać i korzystać z własnej mapy turystycznej lub nośników GPS.
- **Nordic walking:** Start - Boisko Podgórze
- Trasa Nordic Walking wiedzie polnymi i leśnymi drogami, większość trasy teren leśny.
- **6 km - trasa**

WARUNKI UCZESTNICTWA:

- W biegu głównym - 10 km mogą wziąć udział zawodnicy, którzy ukończyli w dniu biegu **16 lat** i podpiszą oświadczenie o dobrym stanie zdrowia i zdolności do biegu. Osoby niepełnoletnie muszą przedstawić zgodę na udział od prawnych opiekunów. Zawodnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność. Nordic Walking - ukończone **15 lat**. Osoby poniżej 15 lat pod opieką osoby dorosłej.

- **Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania. Pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.**
- Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte z przodu do koszulki.
- Pod karą dyskwalifikacji niedozwolone jest zasłanianie numeru startowego. Startujących obowiązuje estetyczny ubiór i obuwie sportowe.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie biegu oraz na mecie. Decyzje lekarzy dotyczące kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
- Zawodnicy pokonujący trasę w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
- Wszystkim zawodnikom startującym w biegu zostaną wydane numery startowe w biurze zawodów, w dniu zawodów od godz. 14:00 do 15:30

Limit zawodników w biegu na 10 km ustala się na 100 osób.

Limit zawodników w nordic walking na 6km ustala się na 50 osób.

Jesli limit uczestników nie zostanie przekroczony bedzie można zapisać sie na miejscu.

ZGŁOSZENIA DO BIEGU GŁÓWNEGO I NORDIC WALKING:

* poprzez formularz na stronie: <https://zapisy.personalbest.pl/ii-podgorski-bieg-i-marsz-lesnymi-sciezkami-v15924>

Oplata startowa w Biegu Głównym i Nordic Walking 50 zł
w dniu imprezy 60zł

Wpłaty należy dokonać na konto:

Stowarzyszenie Krzemienna Dolina

26 1090 2040 0000 0001 6153 3876

OSOBY, KTÓRE NIE DOKONAJĄ PRZELEWU W CIĄGU 7 DNI OD DATY ZAPISU ZOSTANĄ USUNIĘTE Z LISTY.

Tytuł przelewu II Podgórski Bieg i Marsz Leśnymi Ścieżkami – opłata startowa nazwisko, imię i rocznik startującego.

* Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.

NAGRODY W BIEGU GŁÓWNYM:

- Indywidualnie:

Puchary - pierwsza trójka w kategoriach generalnej Kobiet,

Puchary - pierwsza trójka w kategoriach generalnej Mężczyzn,

Nagrody rzeczowe (uzależnione od hojności sponsorów).

NAGRODY W NORDIC WALKING:

- Indywidualnie:

Puchary - pierwsza trójka w kategoriach generalnej Kobiet,

Puchary - pierwsza trójka w kategoriach generalnej Mężczyzn,

oraz nagrody rzeczowe w zależności od hojności sponsorów.

PAKIET STARTOWY W BIEGU GŁÓWNYM i NORDIC WALKING:

Wszyscy uczestnicy biegu głównego i chodu otrzymują numer startowy, wodę oraz poczęstunek. Na mecie każdy kto ukończy bieg otrzyma pamiątkowy medal.

Dla zawodników, którzy dokonają wpłaty w dniu zawodów organizator nie zapewnia pełnego pakietu startowego.

PROGRAM - Biegu i Marszu

- 15:45 - powitanie uczestników biegu głównego i nordic walking na starcie oraz krótka rozgrzewka
- 16:00 - start biegu głównego i nordic walking.
- 18:00 - oficjalne zakończenie i dekoracja zwycięzców.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Bieg i chód odbędzie się bez względu na pogodę.
- Biegiem kieruje Sędzia Główny Biegu, któremu podlegają wszystkie sprawy.
- Organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej interpretacji regulaminu i decyzji w sprawach spornych.
- Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych przez organizatora w materiałach informacyjnych i reklamowych biegu.
- Za wypadki zaistniałe na trasie biegu z winy zawodników lub osób towarzyszących oraz za rzeczy pozostawione bez opieki, organizator nie ponosi odpowiedzialności.
- Organizator nie ubezpiecza uczestników imprezy, nie zabezpiecza szatni i natrysków.
- O sprawach nie objętych regulaminem decyduje Organizator.
Oficjalne wyniki – na stronie PersonalBest
- **Parking dla startujących i kibiców przy Kościele Parafialnym w Podgórzu.**
- Każdy uczestnik zobowiązany jest do zapoznania się z informacją RODO.
- Zawodnicy startujący w Nordic Walking indywidualnie pokonują trasę marszem z kijkami do Nordic Walking. Podczas marszu zawodnik przemieszcza się ruchem naprzemiennym krokami do przodu, z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, w taki sposób, że nie jest widoczna gołym okiem jednoczesna utrata kontaktu obu stóp z

podłożem. Bieg i skracanie trasy jest równoznaczne z automatyczną dyskwalifikacją, zawodnicy pilnują się sami, o nieprawidłowościach informują organizatorów. W przypadku osób nieletnich wymagana jest pisemna zgoda rodziców lub prawnych opiekunów. Osoby mające mniej niż 15 lat mogą iść pod opieką dorosłych.

- Trasa marszu Nordic Walking wynosi 6 km.
- Zawodnicy mogą być zobowiązani są do stosowania się do aktualnych na dzień startu zaleceń, wytycznych i nakazów wydanych przez Ministerstwo Zdrowia lub inne organy odnośnie zachowania dystansu społecznego, stosowania środków ochrony indywidualnej lub uczestnictwa w zgromadzeniach.
- Zawodnicy zobowiązani są do zachowania dyscypliny i przestrzegania harmonogramu zawodów.
- Zawodnicy zobowiązani są do jak najszybszego opuszczenia strefy odbioru pakietów, punktu odświeżania za metą oraz opuszczenia terenu zawodów po skończonej rywalizacji.

Informacje o przetwarzaniu danych osobowych.

1. Administratorem danych osobowych jest Stowarzyszenie Krzemienna Dolina Ruda Kościelna 27-440 Ćmelów

2. Administrator przetwarza dane osobowe w celu organizacji i przeprowadzenia oraz promocji zawodów II Podgórskiego Biegu i Marszu Leśnymi Ścierzkami (np.: rejestracji zawodników, przygotowania i wydania numerów startowych, prowadzenia klasyfikacji, informowania o sprawach organizacyjnych, wynikach itp.) na podstawie art. 6 ust. 1 lit. e RODO - wykonania zadania realizowanego w interesie publicznym.

3. Odbiorcami danych osobowych uczestników, mogą być podmioty uprawnione do uzyskania danych osobowych na podstawie przepisów prawa oraz podmioty, którym Administrator powierzył przetwarzanie danych osobowych.

4. Dane osobowe uczestników będą przechowywane przez Administratora przez okres realizacji celu przetwarzania (organizacji zawodów sportowych) lub przez okres ochrony przed roszczeniami oraz przez okres wypełnienia obowiązków wynikających z przepisów prawa dotyczących archiwizacji.

5. Każdy uczestnik ma prawo zwrócić się do Administratora z żądaniem dostępu do treści danych osobowych oraz ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, wniesienia sprzeciwu oraz do wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych w razie uznania, że przetwarzanie danych osobowych narusza przepisy RODO.

6. Organizator informuje, że podczas imprezy mogą być wykonywane fotorelacje lub zapisy filmowe, które mogą być rozpowszechniane w celu promocji w różnych formach m.in. za

pośrednictwem stron internetowych, materiałów informacyjnych i publikacji rozmieszczanych w miejscach publicznych, co wiąże się z rozpowszechnianiem wizerunku uczestników wydarzeń. Zgodnie z art. 81 ust. 2 ustawy o prawie autorskim zezwolenia nie wymaga rozpowszechnianie wizerunku osoby stanowiącej jedynie szczegół całości takiej jak zgromadzenie, krajobraz, publiczna impreza.

7. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, ale niezbędne w celu rejestracji oraz wzięcia udziału w zawodach.

8. Dane osobowe nie będą profilowane ani przekazywane do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej.

kontakt z organizatorem

tel. 881 084 822

podgorski.bieg.i.marsz@gmail.com

Sołtys Podgórze

Ewelina Zając