

**REGULAMIN**  
**KWIDZYŃSKA ZaDyszka**  
**IX Biegowe Grand Prix Kociewia**

**TERMIN ZAWODÓW:**

- 13 czerwca (sobota) 2026 roku, 12:00
- Biega Przetajowy na dystansie 10 km

**CEL:**

- popularyzowanie biegania jako najprostszej formy ruchu.
- promocja Miasta Kwidzyn
- promocja Powiatu Kwidzyńskiego
- promocja Stowarzyszenia "Kwidzyn Biega"

**MIEJSCE ZAWODÓW:**

- Ogród Dendrologiczny Miłosna Kwidzyn
- Dystans biegu 10 km
- Trasa biegu to 1 pętla

**- ORGANIZATORZY I PARTNERZY:**

- Stowarzyszenie Miłośników Biegania "Kwidzyn Biega"
- Urząd Miasta Kwidzyn
- **Współorganizator :**
  - Stowarzyszenie Kultury Fizycznej i Turystyki „Kociewiak” -  
<https://www.facebook.com/KlubKociewiak>

**ZASADY UCZESTNICTWA:**

- W biegu prawo startu mają zawodnicy którzy do dnia 13 czerwca ukończą 18 lat  
Dopuszcza się udziału zawodników w wieku od 16 lat z pisemnym upoważnieniem opiekuna prawnego.
- Zawodnicy dokonując rejestracji i biorąc udział w Kwidzyńska ZaDyszka oświadczają że startują na własną odpowiedzialność i w razie wypadku nie będą mieć roszczeń do organizatora (druk dostępny w biurze zawodów).
- Organizator nie zapewnia uczestnikom Ubezpieczenia OC uczestnicy startują na własną odpowiedzialność.
- Limit osób biorących udział w biegu wynosi 150 osób.
- **Rejestracja zamyka się po osiągnięciu 150 opłaconych uczestników.**
- **Jeżeli limit nie zostanie osiągnięty niewykorzystane pakiety będą dostępne w dniu zawodów w cenie ustalonej przez organizatora.**
- Uczestnicy biegu Kwidzyńska ZaDyszka obowiązuje limit czasu 120 minut.  
po tym czasie trasa zostaje zamknięta a zawodnicy zobowiązani są do zejścia z trasy i zdjęcia numeru startowego.
- Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numer startowy przekazane przez organizatora,

przypięty z przodu i widoczny. Zasłonięte numery w części lub całości jest niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji.

- Zabrania się udziału zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu bądź innych środków odurzających
- Uczestnicy biegu zobligowani są do porządku na trasie biegu.

#### **ZGŁOSZENIA DO BIEGU:**

- Zgłoszenia uczestników biegu przyjmowane są od dnia 1 kwietnia do godz. 8:00
- Biuro zawodów zlokalizowane będzie na terenie Ogrodu Dendrologicznego Miłosna. Godziny otwarcia biura w dniu zawodów : 8:30- 10:00
- **W biegu obowiązuje opłata startowa w wysokości 60 PLN.**
- **Opłatę należy wykonać przez płatność internetową (link do opłaty jest przesyłany na adres email podany na formularzu zgłoszeniowym)**
- **Opłata w biurze zawodów 100zł**
- Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.

#### **KATEGORIE :**

- Open Kobiet i Mężczyzn
- Wiekowe - Kobiety: 16-19, 20-29,30-39,40-49,50-59, 60-69, 70 +  
Mężczyźni: jak wyżej oraz 70-75,76 i więcej
- Para Małżeńska, Team Rodzinny, Mundurowa
- **Mistrzostwa Miasta Kwidzyn K+M miejsca 1-3**

#### **POMIAR CZASU:**

- Pomiar czasu prowadzony jest za pomocą systemu elektronicznego (chipy zwrotne)
- <https://zapisy.domtel-sport.pl/domtel-sport-op5>

#### **NAGRODY:**

- za I- III miejsce nagrody rzeczowe (chyba że zdecyduje inaczej organizator)
- wszyscy uczestnicy otrzymują medal pamiątkowy
- organizator zastrzega prawo do przyznania dodatkowych nagród
- losowanie 2 x 150zł

#### **POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

- startujemy bez przeciwwskazań, lekarskich
- w biegu obowiązuje ubiór i obuwie sportowe
- organizator nie odpowiada za zaginione rzeczy
- ubezpieczenie należy do uczestników biegu
- ostateczna interpretacja Regulaminu należy do organizatora

#### **Kontakt:**

Krzysztof Zamyślewski tel. 501 732 346 [zamyslakk@go2.pl](mailto:zamyslakk@go2.pl)