

# IX Uliczna Międzyrzecka Dycha

Pod Patronatem  
Burmistrza Miasta Międzyrzec Podlaski

Bieg główny 10km - startowe 60 zł  
Nordic Walking 5km - startowe 60 zł  
Biegi dla dzieci 100 300 600 metrów - bez klasyfikacji - startowe 10 zł  
**Międzyrzec Podlaski 26.07.2026 r.**

## REGULAMIN

### Organizator:

MOSiR Międzyrzec Podlaski / tel. 833716420 /

### Partnerzy

Miasto Międzyrzec Podlaski

Starostwo Powiatowe Biała Podlaska

KS Taekwondo Międzyrzec Podlaski

### Cel imprezy:

- propagowanie zdrowego stylu życia poprzez bieganie i nordic walking
- promocja aktywnego spędzania wolnego czasu
- promocja miasta Międzyrzec Podlaski.

### Miejsce imprezy:

Biuro imprezy Start i Meta

Międzyrzec Podlaski ul. Zarówie 86 Pływalnia Kryta

### Trasy:

Trasa biegu będzie poprowadzona ulicami miasta Międzyrzec Podlaski.

Długość tras.

Bieg główny 10000m /2 pętle po 5000m/

Nordic Walking 5000m /1 pętla 5000m/

Bieg dzieci Trasy wyznaczone na boisku orlik

100m dzieci 9lat i młodsze bez klasyfikacji

300m dzieci 10-12 lat – bez klasyfikacji

600m dzieci 13-15 lat - bez klasyfikacji

### **Limit czasowy:**

Limit pokonania tras biegu oraz nordic walking 1,5h

Po przekroczeniu tego czasu uczestnicy nie będą klasyfikowani i mają obowiązek zejść z trasy i zdjąć numer startowy.

### **Program Imprezy**

godz. 8.30 – 09.30 rejestracja uczestników i odbiór pakietu startowego - składanie oświadczeń.

godz. 10.00 Biegi dla dzieci

godz. 10.45 Rozgrzewka przed biegiem głównym.

godz. 11.00 Start Biegu Głównego 10km

godz. 11.05 Start Nordic Walking 5km

godz. 12.30 zamknięcie trasy zejście uczestników z trasy. Zamknięcie mety.

Około godz. 13.00 Dekoracje i losowanie nagród rzeczowych dla wszystkich kończących bieg.

### **Zgłoszenia**

Zgłoszenia do Biegu Głównego na 10 km, Nordic Walking 5km oraz w Biegach Dzieci, odbywać się będą poprzez zapisy internetowe. <http://www.time2go.pl/> do dnia 19.07.2026r.

Formularz zgłoszeniowy znajduje się na stronie <http://www.time2go.pl/>

Warunkiem udziału w imprezie jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego stwierdzającego brak przeciwwskazań do udziału w biegach lub własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do uczestnictwa w biegach na własną odpowiedzialność.

### **Organizator określa limity**

**Bieg Główny 10km - 100 osób**

**Nordic Walking 5km - 30 osób**

**Biegi dzieci – 70 osób**

### **Uczestnictwo warunki**

**Bieg na 10km limit 100 osób**

1. Warunkiem uczestnictwa jest zgłoszenie się oraz uiszczenie wpisowego zgodnie z regulaminem.
2. Podpisanie oświadczenia o przestrzeganiu regulaminu, udziale na własną odpowiedzialność oraz o braku przeciwwskazań zdrowotnych i innych do udziału w biegu IX Uliczna Międzyrzeczka DYCHA.
3. Osoby w wieku 16-17 lat zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL. Warunkiem dopuszczenia ich do imprezy jest obecność rodzica lub opiekuna wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji w biurze imprezy.
4. Organizator dopuszcza uczestnictwo w biegu osób niepełnosprawnych oraz osoby wspomagające niepełnosprawnych uczestników po spełnieniu poniższego warunku.

**Ważne ! Osoby ze stwierdzoną niepełnosprawnością, muszą poinformować Organizatora o tym fakcie przesyłając taką informację na mail**

mosir@miedzyrzec.pl a dodatkowo osoby takie proszone są o dostarczenie w dniu zawodów zaświadczenia zezwalającego na udział w zawodach wystawionego przez lekarza z datą wystawienia nie dłuższą niż dwa tygodnie poprzedzające Imprezę. Osoby które nie dopełnią tego obowiązku nie zostaną dopuszczone do startu.

### **Nordic Walking na 5 km limit 30 osób**

5. Warunkiem uczestnictwa jest zgłoszenie się oraz uiszczenie wpisowego zgodnie z regulaminem.
6. Podpisanie oświadczenia o przestrzeganiu regulaminu, udziale na własną odpowiedzialność oraz o braku przeciwwskazań zdrowotnych i innych do udziału w biegu IX Uliczna Międzyrzecka DYCHA.
7. Osoby w wieku 16-17 lat zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL. Warunkiem dopuszczenia ich do imprezy jest obecność rodzica lub opiekuna wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji w biurze imprezy.
8. Organizator dopuszcza uczestnictwo w biegu osób niepełnosprawnych oraz osoby wspomagające niepełnosprawnych uczestników po spełnieniu poniższego warunku.

**Ważne ! Osoby ze stwierdzoną niepełnosprawnością, muszą poinformować Organizatora o tym fakcie przesyłając taką informację na 14 dni przed zawodami e-mail mosir@miedzyrzec.pl a dodatkowo osoby takie proszone są o dostarczenie w dniu zawodów zaświadczenia zezwalającego na udział w zawodach wystawionego przez lekarza z datą wystawienia nie dłuższą niż dwa tygodnie poprzedzające Imprezę. Osoby które nie dopełnią tego obowiązku nie zostaną dopuszczone do startu.**

### **Biegi dzieci limit 70 osób**

1. Warunkiem uczestnictwa jest zgłoszenie się zgodnie z regulaminem.
2. Podpisanie przez rodzica lub opiekuna prawnego oświadczenia o przestrzeganiu regulaminu, udziale na własną odpowiedzialność oraz o braku przeciwwskazań zdrowotnych i innych dziecka do udziału w imprezie IX Uliczna Międzyrzecka DYCHA.
3. Biegi odbędą się na dystansach  
100m dzieci 9lat i młodsze bez klasyfikacji  
300m dzieci 10-12 lat – bez klasyfikacji  
600m dzieci 13-15 lat bez klasyfikacji  
Wszyscy zgłoszeni w terminie otrzymują medale na zakończenie biegu

**W biegach dzieci obowiązują wcześniejsze zapisy oraz wpłata startowego.**

**Startowe** dla uczestników Biegu Głównego 10 km, nordic walking na 5 km

wniesione do dnia **19.07.2026 r. wynosi 60 zł**

**Startowe** dla uczestników biegu dzieci we wszystkich dystansach **wynosi 10 zł**

Wpłaty można będzie dokonywać systemem płatności elektronicznej /preferowane/

**Nr konta: 62160014621817817570000001**

**BNP Paribas SA Oddział w Międzyrzeczu Podlaskim**

W tytule umieszczając: **nazwisko i imię, data urodzenia, wpisowe bieg, nordic walking lub bieg dzieci dystans 100 300 lub 600**

## UWAGA

Osoby zapisane w systemie zobowiązane są do uiszczenia opłaty startowej w przeciągu 7 dni. Jeżeli nie odnotujemy wpłaty w tym terminie osoby te zostają skreślone z listy zapisanych.

W przypadku braku opłaty w terminie do dnia 19.07.2026 r. zarejestrowane osoby zostaną usunięte z listy zapisanych. Konieczna będzie ponowna rejestracja w dniu biegu w biurze zawodów oraz wpłata opłaty startowej gotówką w wysokości **100 PLN**.

Wniesienie opłaty pojawi się w adnotacji „opłacony” na stronie zapisów przy nazwisku zawodnika na liście startowej. W przypadku płatności systemem płatności elektroniczne czas odnotowania to nie więcej niż 3 dni a w przypadku przelewu na konto jest to około 7 dni po wpłacie

Wpłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi i nie ma możliwości przenoszenia jej na innego uczestnika. W przypadku rezygnacji ze startu opłata startowa nie podlega zwrotowi.

Uczestnik imprezy potwierdzając zgłoszenie i dokonując wpłaty wpisowego, potwierdza, że rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu IX Uliczna Międzyrzecka Dycha, w tym zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała oraz urazów fizycznych lub śmierci, a także szkód o charakterze majątkowym, i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko.

### Sposób przeprowadzenia imprezy

Bieg odbędzie się przy ruchu ograniczonym, należy jednak zachować szczególną ostrożność, poruszać się po prawej stronie jezdni, przestrzegać regulaminu biegu, zasad bezpieczeństwa oraz stosować się do poleceń pracowników obsługi biegu, policji i straży. Impreza będzie odbywać się zgodnie

Pomiar czasu będzie realizowany elektronicznie.

**Bieg: 10 km**

zostanie przeprowadzony w kategorii Open Kobiet i Open Mężczyzn uhonorowane będą trzy pierwsze miejsca.

Planowane nagrody finansowe lub cenne nagrody w zależności od sponsorów.

W kategoriach wiekowych uhonorowane będą tylko pierwsze miejsce

- **K do 29 M do 29,**
- **K 30-39 M 30-39,**
- **K 40-49 M 40-49,**
- **K 50-59 M 50-59,**
- **K 60+ M 60+**
  - **Puchary zdobyte w kategorii open oraz w kategoriach wiekowych nie będą się dublować.**

### **Nordic Walking 5km**

zostanie przeprowadzony w kategoriach Open kobiet i Open mężczyzn.

Bez podziału na kategorie wiekowe.

### Nagrody:

- medale pamiątkowe dla wszystkich kończących bieg w limicie czasowym i zgłoszonych zgodnie z regulaminem

- medale oraz upominki lub gotówka od sponsorów dla trzech pierwszych osób w klasyfikacji open kobiet i open mężczyzn w Biegu Głównym, Nordic Walking
  - puchary lub medale dla zwycięzców w poszczególnych kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn wyłącznie w biegu głównym.
  - w biegu dzieci medale dla wszystkich zgłoszonych zgodnie z regulaminem
- Losowanie cennych nagród rzeczowych wyłącznie dla uczestników biegu głównego i nordic walking** – po zakończeniu dekoracji, odbiór osobisty za okazaniem numeru startowego i za potwierdzeniem odbioru.

### **Postanowienia końcowe:**

- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
- Koszty związane z przeprowadzeniem imprezy pokrywają organizatorzy.
- Uczestnicy przyjeżdżają i odjeżdżają na koszt własny.
- Uczestnicy mają obowiązek zachowania zasad fair-play podczas trwania biegu i na trasie biegu.
- Uczestnicy ubezpieczają się we własnym zakresie.
- Organizator zapewniają opiekę medyczną w trakcie trwania imprezy.
- Organizator nie odpowiada za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas imprezy.
- Organizator dopuszcza zmiany w regulaminie przed datą imprezy.
- Organizator zastrzega sobie prawo interpretacji niniejszego regulaminu, a o sprawach nie ujętych w regulaminie decyduje organizator.
- Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność, podpisując oświadczenie o stanie zdrowia i braku przeciwwskazań do udziału w biegach długich.
- Organizator dopuszcza uczestnictwo w biegu osób niepełnosprawnych oraz osoby wspomagające niepełnosprawnych uczestników po spełnieniu poniższego warunku.

**Ważne ! Osoby ze stwierdzoną niepełnosprawnością, muszą poinformować Organizatora o tym fakcie przesyłając taką informację na mail [mosir@miedzyrzec.pl](mailto:mosir@miedzyrzec.pl) a dodatkowo osoby takie proszone są o dostarczenie w dniu zawodów zaświadczenia zezwalającego na udział w zawodach wystawionego przez lekarza z datą wystawienia nie dłuższą niż dwa tygodnie poprzedzające Imprezę. Osoby które nie dopełnią tego obowiązku nie zostaną dopuszczone do startu.**

- Przez przekazanie do Organizatora wypełnionego i podpisanego formularza zgłoszeniowego uczestnik wyraża zgodę i zezwala na wykorzystanie podanych przez niego danych osobowych na potrzeby przesłania do uczestnika informacji o przyszłych imprezach, a także na wewnętrzne potrzeby administracyjne, analityczne związane z organizacją imprezy zgodnie z Rozporządzeniem PE i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27.04.2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych. Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie, kierując korespondencję na adres Organizatora.
- Wszystkie informacje dotyczące uczestników uzyskane przez Organizatora i zawarte w formularzu startowym zostaną zapisane w sposób elektroniczny i w każdym wypadku będą wykorzystywane zgodnie z Rozporządzeniem PE i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27.04.2016 r w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych. Organizator nie będzie ujawniał tych informacji żadnym osobom trzecim.

- Administratorem danych osobowych jest firma Time2go Sławomir Bańbura z siedzibą w Białej Podlaskiej ul. Kościuszki 12/14 m.
- Dane osobowe Uczestników przetwarzane będą w związku z realizacją Imprezy, w szczególności w zakresie prowadzenia zapisów, przygotowania pakietów startowych, ogłoszenia wyników, prowadzenie analiz statystycznych, przechowywanie danych dla celów archiwizacyjnych. Dane te na potrzeby realizacji kompleksowej usługi pomiaru czasu udostępnione zostaną operatorowi pomiaru czasu firmie Time2go Sławomir Bańbura z siedzibą w Białej Podlaskiej ul. Kościuszki 12/14 m 20
- Przetwarzanie danych, o których mowa obejmuje również publikację: imienia, nazwiska, miejscowości, klubu na stronie internetowej

Wszelkie informacje udziel **Biuro MOSiR tel. 83716420 od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-11.00**

**Serdecznie Zapraszamy  
do Międzyrzecza Podlaskiego**