

Regulamin Biegu i Marszu Nordic Walking

Z okazji Jubileuszu 890-lecia Łowicza

11.07.2026 r. , aktualizacja 02.07.2026

Link do zapisów: <https://dostartu.pl/bieg-jubileuszowy-890-lat-lowicza-v16650>

I. CELE IMPREZY

1. Uczczenie **Jubileuszu 890-lecia Miasta Łowicza**.
2. Promocja walorów turystycznych i historycznych Łowicza (trasa obejmująca **Nowy Rynek, Stary Rynek** oraz kluczowe punkty miasta).
3. Popularyzacja biegania oraz Nordic Walking jako najprostszych form aktywnego wypoczynku.

II. ORGANIZATOR I PARTNERZY

1. **Organizator Główny:** Stowarzyszenie Zwyczaj Sportowy Łowicz
2. **Obsługa Organizacyjna:** Foodtrade Dawid Piorun
3. **Partner Strategiczny:** Urząd Miejski w Łowiczu
4. **Partner Pucharów:** Stacja Paliw KOPER
5. **Partner:** Lamela Sp. z o.o.
6. **Partner:** Bank Spółdzielczy Ziemi Łowickiej w Łowiczu
7. **Partner:** DaGrasso Łowicz

III. TERMIN, MIEJSCE I TRASA

1. **Data:** 11 lipca 2026 r. (sobota).
2. **Lokalizacja:**
 - **Biuro Zawodów:** Łowickie Błonie – Muszla Koncertowa.
 - **Miejsce Startu:** ul. Starorzecze.
 - **Miejsce Mety:** ul. Starorzecze.
3. **Dystanse:**
 - **Bieg Główny:** 10 km (dwie pętle po mieście).
 - **Bieg Towarzyszący:** 5 km (jedna pętla).

- **Marsz Nordic Walking:** 5 km trasa wzdłuż rzeki Bzury, start i meta ulica Starorzecze (jak dla biegu)
- 4. **Zabezpieczenie i Certyfikacja:** Trasa będzie zamknięta dla ruchu kołowego, zabezpieczana przez Policję oraz jednostki OSP/PSP. Na trasie (**Trójkątny Rynek**) znajdować się będzie kurtyna/bramka wodna. Trasa biegów na dystansie 5 km i 10 km posiada atest PZLA.

5. **Przebieg trasy:**

Bieg 5 km (1 pętla):

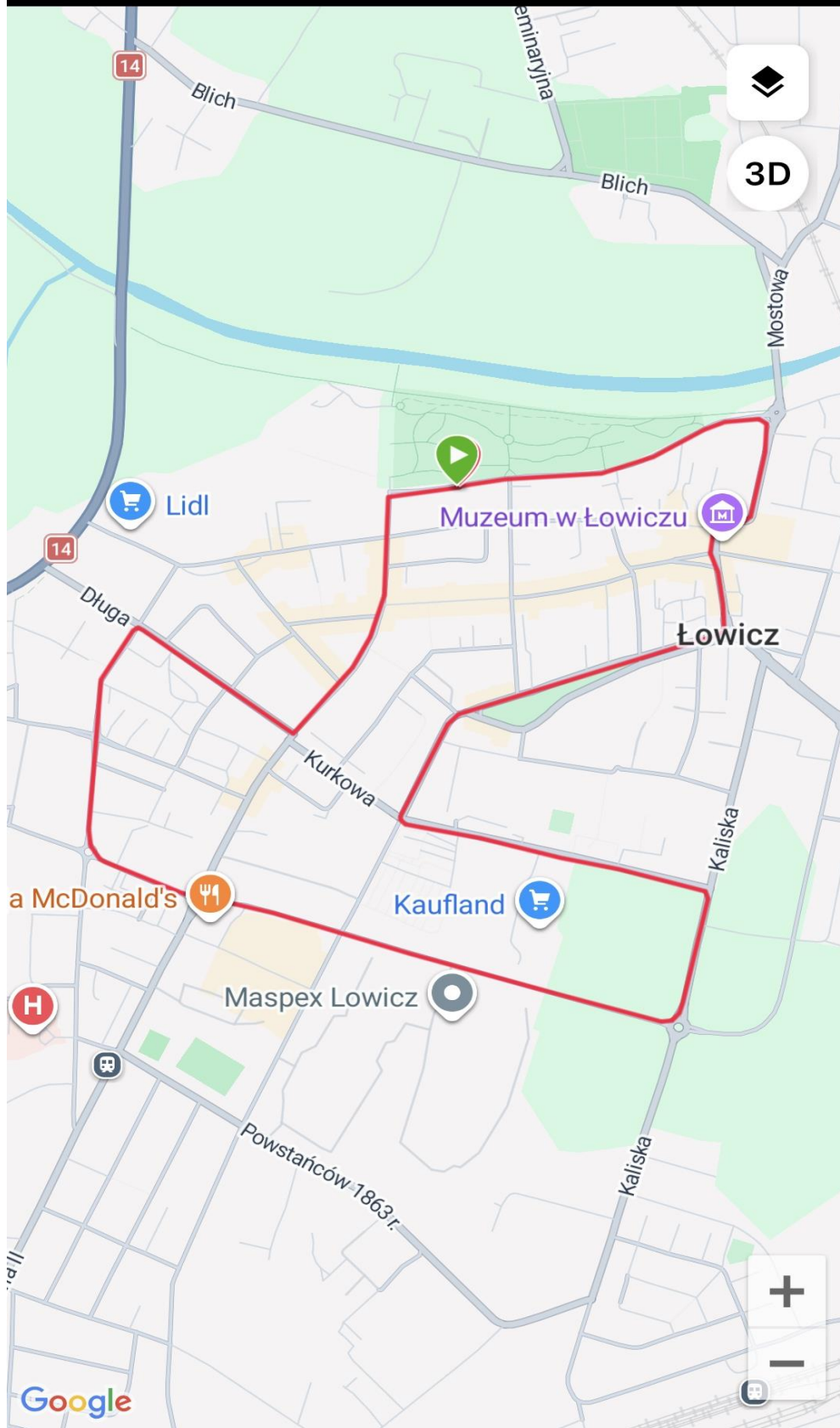
ul. Starorzecze (Start) → ul. Mostowa → ul. 11 Listopada → Alejki Sienkiewicza → ul. Sikorskiego → ul. Starzyńskiego → ul. Kaliska → rondo Dmowskiego → ul. Piłsudskiego → ul. Broniewskiego → ul. Starościńska → rondo/ul. Ułańska → ul. Bonifraterska → ul. Długa → ul. Stanisławskiego → Nowy Rynek → ul. Kozia → ul. Św. Floriana → ul. Starorzecze (Meta)

Bieg 10 km (2 pętla): Zawodnicy pokonują dwukrotnie tę samą pętlę o długości 5 km.

08:47

5G 40

← Pomiar przez Długą



Przebieg trasy NW:



IV. HARMONOGRAM MINUTOWY (11.07.2026 r.)

- **15:00-17:40** – Otwarcie Biura Zawodów (Łowickie Błonie – Muszla Koncertowa) – wydawanie pakietów.
- **17:45** - Zapisy Last Minute , jeśli ktoś nie odbierze pakietu z wcześniej zapisanych osób.
- **17:45** – Oficjalne powitanie uczestników.
- **17:47** – Wspólna rozgrzewka z instruktorem pod sceną.
- **17:50** – Zamknięcie Biura Zawodów.
- **18:00** – **START: BIEG GŁÓWNY 10 KM** (ul. Starorzecze).
- **18:05** – **START: BIEG TOWARZYSZĄCY 5 KM** (ul. Starorzecze).
- **18:10** – **START: MARSZ NORDIC WALKING 5 KM** (ul. Starorzecze).
- **19:20** – Zamknięcie trasy (**Limit czasu: 1h 20 min** dla biegu na 10 km).
- **19:45** – Ceremonia dekoracji zwycięzców (Scena na Muszli Koncertowej).
- **20:00** – Wielkie Losowanie Nagród Frekwencyjnych i Regionalnych dla uczestników.
- **20:55** – Oficjalne zakończenie imprezy.

V. OPŁATY STARTOWE, ZASADY PŁATNOŚCI I REJESTRACJI

1. Ustala się łączny, sztywny limit uczestników na poziomie **500 osób** (wszystkie dystanse łącznie).
2. Zapisy internetowe zostaną zamknięte w dniu **05.07.2026 r. o godz. 23:59**.
3. **Zasady wnoszenia opłat:** Opłaty rejestracyjnej należy dokonać w ciągu 1 dnia od daty rejestracji, w innym wypadku Organizator zastrzega sobie prawo do anulowania zgłoszenia. Każdy zawodnik, który nie opłaci zgłoszenia do 5.07.2026 r. do godziny 23:59, **zostanie usunięty z listy startowej**.
4. **Cennik** (w kwotach uwzględniono prowizję operatora płatności):

Dystans / Dyscyplina	Promocja „Szybki Zapis” (02.06 – 06.06)	Cena Standardowa (07.06 – 23.06)	Cena „Ostatni dzwonek” (24.06-05.07)	Biuro Zawodów w dniu biegu (11.07 - gotówka)*
Bieg 5 km	49 zł	59 zł	69zł	80 zł
Nordic Walking 5 km	49 zł	59 zł	69zł	80 zł
Bieg 10 km	65 zł	79 zł	89zł	100 zł

* Zapisy w dniu biegu będą możliwe wyłącznie w przypadku niewyczerpania ogólnego limitu 400 miejsc.

VI. WARUNKI UCZESTNICTWA I BEZPIECZEŃSTWO

1. Wymogi wiekowe dla uczestników:
 - **Dystans 10 km:** Dopuszcza się start osób od 16. roku życia (za pisemną zgodą rodziców dla osób niepełnoletnich).
 - **Dystans 5 km oraz Nordic Walking:** Brak minimalnego limitu wieku. Osoby niepełnoletnie startują za pisemną zgodą rodzica lub opiekuna prawnego składaną w Biurze Zawodów. Obowiązek stałego biegu w bezpośrednim towarzystwie dorosłego nie dotyczy zawodników z udokumentowanym doświadczeniem biegowym (np. regularne starty w biegach typu parkrun).
2. Odpowiedzialność i ubezpieczenie: Odbierając numer startowy, Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że startuje w zawodach na własną odpowiedzialność oraz jest świadomy, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenia wypadkami, możliwością odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Organizator posiada ubezpieczenie Odpowiedzialności Cywilnej (OC). Organizator nie zapewnia uczestnikom indywidualnego ubezpieczenia od Następstw Nieszczęśliwych Wypadków (NNW) – wskazane jest ubezpieczenie się przez zawodników na własny koszt.
3. Numery startowe: Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać niczym nie zakryte numery startowe przypięte z przodu. Zawodnicy otrzymują zwrotne numery startowe, które należy oddać sędziom w strefie mety zaraz po ukończeniu biegu. Kara za zgubienie lub zniszczenie numeru/chipa wynosi 20 zł brutto.
4. Restrykcje: Organizator zabrania startu z psem.
5. Ład sportowy: Organizator może wykluczyć z zawodów osoby nieprzestrzegające ładu sportowego, zachowujące się niestosownie w stosunku do innych uczestników zawodów (np. wyzwiska, zastraszanie, używanie nieprzyzwoitych gestów).

VII. ŚWIADCZENIA DLA UCZESTNIKÓW (PAKIET STARTOWY)

1. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik otrzymuje:
 - Oficjalny, pamiątkowy, **odlewany medal** na mecie.
 - Numer startowy z chipem do pomiaru czasu oraz agrałki.
 - Produkt spożywczy (**zupa „Pan Pomidor”**) ufundowany przez firmę **Urbanek**.
 - Zestaw **antipasti** ufundowany przez firmę **Pimenta**.
 - **Mus marki Łowicz** ufundowany przez firmę **Maspex**.
 - Oficjalny zestaw upominkowy ufundowany przez firmę **Lamela**.

- Po biegu dla każdego zawodnika piwo bezalkoholowe **IGUANA GYM BEER i Trybunał** (smak Malina lub Lemon) ufundowany przez firmę **DRINK ID**.
- Woda, banany oraz czekoladę w strefie mety, a także na punkcie nawodnienia na ul. Ułańskiej przy hali OSiR nr 2 (zapewnione przez **OSiR Łowicz**).

VIII. KLASYFIKACJE, KATEGORIE WIEKOWE I NAGRODY

1. **Klasyfikacja oficjalna:** Podstawą klasyfikacji we wszystkich biegach i kategoriach jest czas brutto (liczony od strzału startera do przekroczenia linii mety).
2. **Klasyfikacja OPEN (Bieg 5 km oraz Bieg 10 km):** Prowadzona będzie klasyfikacja OPEN Kobiet i OPEN Mężczyzn (miejsca 1–3). Zwycięzcy otrzymają puchary oraz nagrody w postaci voucherów Decathlon o wartościach:
 - **Dystans 10 km:** 1. miejsce: 350 zł | 2. miejsce: 250 zł | 3. miejsce: 150 zł.
 - **Dystans 5 km:** 1. miejsce: 200 zł | 2. miejsce: 150 zł | 3. miejsce: 100 zł.
3. **Marsz Nordic Walking:** Marsz ma charakter wyłącznie rekreacyjny – nie prowadzi się klasyfikacji zajętych miejsc ani nagród OPEN. Wszyscy uczestnicy marszu, którzy ukończą trasę, biorą udział w losowaniu nagród frekwencyjnych pod sceną.
4. **Kategorie Wiekowe (Bieg 5 km oraz Bieg 10 km):** Wprowadza się podział na 4 kategorie wiekowe (osobno dla Kobiet i Mężczyzn):
 - **K/M 1:** od najmłodszego uczestnika do 29 lat.
 - **K/M 2:** 30 – 39 lat.
 - **K/M 3:** 40 – 49 lat.
 - **K/M 4:** 50 lat i starsi.
5. **Zasady nagradzania w kategoriach wiekowych:**
 - **Na dystansie głównym 10 km** nagradzane są miejsca 1–3. Laureaci 1. miejsca otrzymują pamiątkowy puchar oraz voucher Decathlon o wartości 50 zł. Laureaci 2. i 3. miejsca otrzymują pamiątkowe puchary.
 - **Na dystansie towarzyszącym 5 km** nagradzane są miejsca 1–3. Laureaci 1. miejsca otrzymują pamiątkowy puchar oraz voucher Decathlon o wartości 50 zł. Laureaci 2. i 3. miejsca otrzymują pamiątkowe puchary.
6. **Ścisła hierarchia nagradzania (Brak dublowania nagród):**
 - **Reguła OPEN:** Najważniejsza jest klasyfikacja generalna OPEN. Zawodnicy zajmujący miejsca 1–3 w OPEN na dowolnym dystansie są automatycznie usuwani z klasyfikacji Mieszkańców oraz z klasyfikacji Kategorii Wiekowych.

- **Reguła Mieszkańca:** Kolejną pod względem ważności jest klasyfikacja Najszybszego Mieszkańca / Mieszkanki Łowicza. Osoby, które wygrały klasyfikację Mieszkańca (1. miejsce w kategorii K i M), są całkowicie wyłączone z nagradzania w kategoriach wiekowych.
- **Kategorie Wiekowe:** Nagrody w kategoriach wiekowych trafiają do kolejnych najszybszych zawodników, którzy nie zdobyli żadnego trofeum w klasyfikacji OPEN oraz nie wygrali klasyfikacji Mieszkańca.

7. **Klasyfikacja Najszybszy Mieszkaniec / Mieszkanka Łowicza:**

- Prowadzona będzie osobna klasyfikacja dla najszybszego mieszkańca oraz najszybszej mieszkanki miasta Łowicza na dystansach 5 km oraz 10 km (decyduje oficjalny adres zamieszkania podany w formularzu zgłoszeniowym).
- Zwycięzcy (wyłącznie 1. miejsca w kategorii K i M na obu dystansach) otrzymają pamiątkowe statuetki oraz karty podarunkowe Decathlon o wartości 100 zł.
- **NAGRODA DODATKOWA (Dystans 10 km):** Najszybszy Mieszkaniec oraz Najszybsza Mieszkanka Łowicza wyłącznie na dystansie głównym 10 km otrzymają dodatkowo karnet OPEN na zajęcia grupowe ufundowany przez Hobbit MiniGym. Na dystansie 5 km dodatkowa nagroda rzeczowa nie przysługuje.

8. **Klasyfikacja Drużynowa (Najbardziej Rozbiegana Ekipa):**

- Prowadzona będzie klasyfikacja na najliczniejszą drużynę zawodów. O zwycięstwie decyduje zsumowana liczba zawodników reprezentujących dany klub/team, którzy oficjalnie ukończą dowolny z dystansów (Bieg 5 km, Bieg 10 km lub Marsz Nordic Walking).
- Warunkiem sklasyfikowania jest wpisanie przez uczestników identycznej nazwy klubu w polu „Klub” podczas rejestracji elektronicznej.
- Najliczniejsza drużyna otrzyma okazały Puchar Prezesa Stowarzyszenia Zwykłego Sportowy Łowicz.

IX. NAGRODY FREKWENCYJNE I REGIONALNE (LOSOWANIE POD SCENĄ)

1. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą bieg lub marsz i będą obecni pod sceną podczas finału imprezy, biorą udział w losowaniu nagród ufundowanych przez Organizatora i Partnerów (z losowania wyłączeni są zdobywcy miejsc 1–3 w klasyfikacji OPEN).
2. **Pula Gwarantowana (Vouchery Decathlon):** Organizator zapewnia podstawową pulę voucherów dla każdego z dystansów:
 - **Marsz Nordic Walking:** 6 vouchery o wartości **50 zł** każdy.
 - **Bieg 5 km:** 5 voucherów o wartości **50 zł** każdy.
 - **Bieg 10 km:** 5 voucherów o wartości **50 zł** każdy oraz 1 voucher o wartości **100 zł**.
1. **Pula Bonusowa (Progresywna):** W przypadku wysokiej frekwencji (liczba zawodników o statusie „opłacony” na dzień 05.07.2026 r.), Organizator podnosi pulę voucherów do poziomów:
 - **Próg Nordic Walking (min. 60 osób):** Pula rośnie do 8 voucherów (6 x 50 zł, 2 x 100 zł).
 - **Próg Bieg 5 km (min. 100 osób):** Pula rośnie do 10 voucherów (7 x 50 zł, 2 x 100 zł, 1 x 150 zł jako Nagroda Główna).
 - **Próg Bieg 10 km (min. 130 osób):** Pula rośnie do 10 voucherów (6 x 50 zł, 3 x 100 zł, 1 x 200 zł jako Nagroda Główna).
2. **Specjalna Pula Losowania dla Mieszkańców Łowicza i Okolic (Nagrody od lokalnych partnerów):**
 - Spośród wszystkich uczestników zamieszkujących **Łowicz oraz okoliczne miejscowości (powiat łowicki i sąsiadujący region)**, którzy ukończą dowolny dystans i będą obecni pod sceną, rozlosowane zostaną dodatkowe nagrody rzeczowe.
 - **Nagrody od Hobbit MiniGym: 3 karnety OPEN** na zajęcia grupowe oraz **5 karnetów obejmujących 4 wejścia** na zajęcia.
 - **Nagrody od Karwat RealGym (ul. Kozia): 3 Vouchery na karnety OPEN**, z których każdy będzie ważny **przez okres 3 miesięcy, licząc od lipca 2026 r.**
 - **Nagrody od Khroo Gym (ul. Pijarska 1): 4 Vouchery na karnety OPEN**, każdy na **1 miesiąc- 8 wejść na zajęcia sportów walki, licząc od lipca 2026 r.**

X. PULA ELITY SPORTOWEJ (ELITE ENTRY)

1. 6 darmowych pakietów na 10 km (wyniki z lat 2025–2026): Panowie **poniżej 35:30 min**, Panie **poniżej 41:30 min** uzyskane w oficjalnym biegu w ciągu 3 ostatnich lat. Zgłoszenia do 20.06.2026 r.
2. **Warunek Medialny dla Elity:** Wyrażenie zgody na publikację wizerunku na profilu Sportowy Łowicz oraz udostępnienie postu promocyjnego na swoich profilach prywatnych.

XI. OCHRONA WIZERUNKU I DANYCH OSOBOWYCH (RODO)

1. Każdy zawodnik wyraża zgodę na nieodpłatną publikację wizerunku, danych osobowych i wyników sportowych, w relacjach z biegu zamieszczonych w mediach, a także w

reklamach, materiałach promocyjnych organizatora, partnerów, patronów medialnych i podmiotów współpracujących – w tym na stronach www i w mediach społecznościowych.

XII. PROTESTY

1. Pisemne protesty przyjmuje Biuro Zawodów w terminie do **15 minut** po zakończeniu biegu. Protesty będą rozpatrywane w czasie do 15 minut od ich zgłoszenia.

XIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Organizator zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których poinformuje przed rozpoczęciem biegu.
3. Za akceptację regulaminu uważa się dokonanie rejestracji elektronicznej i opłacenie pakietu.
4. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora. Wszystkie kwestie sporne, które nie są zawarte w regulaminie, rozwiązuje Organizator.



