



REGULAMIN „IV Biegu spod ławeczki” - śladami serialu Ranczo

1. ORGANIZATOR BIEGU:

Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mrozach

2. CEL BIEGU:

- popularyzacja i upowszechnienie biegania oraz nordic walking jako ogólnie dostępnej formy sportu i rekreacji,
- zaprezentowanie walorów rekreacyjnych i turystycznych terenów Mrozy,
- promocja wsi Jeruzal, gminy Mrozy,
- promocja terenów leśnych.

3. WSPÓŁPRACA:

Urząd Miasta i Gminy w Mrozach

OSP Mrozy

OSP Jeruzal

V Ogólnopolski Zlot Fanów Serialu Ranczo w Jeruzalu

Gminne Centrum Kultury im. Heleny Wielobyckiej w Mrozach

4. PATRONAT HONOROWY:

Marszałek Województwa Mazowieckiego

Burmistrz Mrozów – Dariusz Jaszczuk

5. PATRONAT MEDIALNY:

TVP

Polskie Radio

6. TERMIN I MIEJSCE: 15 sierpnia 2026 r. (sobota)

START/META przy sklepie „U Krysi”

Bieg – 09:30

Nordic walking – 09:00

7. DYSTANSE:

BIEG GŁÓWNY – dystans około 5,5 km, zawodnicy 12 lat lub starsi;

NORDIC WALKING – dystans około 5,5 km, zawodnicy 12 lat lub starsi;

8. PAKIET STARTOWY I OPŁATY, ZGŁOSZENIE DO BIEGU:

- 1) Bieg główny – 79,00 PLN – dla pierwszych 100 zgłoszeń;
- 2) Bieg główny – 89,00 PLN – dla kolejnych 100 zgłoszeń;
- 3) Bieg główny – 99,00 PLN – dla pozostałych zgłoszeń;
- 4) NW – 79,00 PLN – dla pierwszych 20 zgłoszeń;
- 5) NW – 89,00 PLN – dla pierwszych 20 zgłoszeń;
- 6) NW – 99,00 PLN – dla pozostałych zgłoszeń;
- 7) OPŁATA W BIURZE ZAWODÓW (bieg oraz nordic walking) – 100,00 PLN (pod warunkiem wolnych miejsc);
- 8) Elektroniczne zgłoszenia można przysyłać do dnia 11 sierpnia 2026 r. do godziny 12:00 za pośrednictwem formularza: www.aleczas.pl/zapisy oraz <https://dostartu.pl/iv-bieg-spod-aweczki-sladami-serialu-ranczo-v16907>
- 9) Bieg należy opłacić za pomocą systemu płatności online, który znajduje się na stronie zapisów. Za pełne zgłoszenie uważa się dokonanie zgłoszenia drogą elektroniczną i uregulowanie opłaty startowej;
- 10) Wpłaty należy dokonać w ciągu 3 dni od daty zapisania się w serwisie, w przeciwnym razie nastąpi skreślenie z listy uczestników;
- 11) Osoby, które nie dokonają płatności do 11 sierpnia 2026 do godziny 12:00 zostaną usunięte z listy startowej;
- 12) Opłata raz wpłacona nie podlega zwrotowi w żadnym przypadku;
- 13) Zawodnik otrzyma w pakiecie startowym: numer startowy z chipem do pomiaru czasu, agrafki, wodę, poczęstunek po biegu, okolicznościową koszulkę techniczną, medal (pod warunkiem ukończenia biegu zgodnie z regulaminem);
- 14) Tylko osoby, które dokonają pełnego zgłoszenia zostaną umieszczone na liście uczestników;
- 15) O kolejności przyznania numeru startowego decyduje organizator;
- 16) W dniu zawodów zapisy będą możliwe pod warunkiem wolnych miejsc;
- 17) Osoba odpowiedzialna za prowadzenie zapisów internetowych: Joanna Węglińska
joanna@aleczas.pl

9. KATEGORIE I NAGRODY INDYWIDUALNE:

- 1) Każdy uczestnik, który ukończy bieg otrzyma pamiątkowy medal wręczany na mecie;
- 2) W biegu głównym (5,5 km) – statuetki za zajęcie miejsc 1-3 Open (mężczyźni i kobiety).
- 3) W nordic walking (5,5 km) – statuetki za zajęcie miejsc 1-3 Open (mężczyźni i kobiety);
- 4) Nagrody dla Najwcześniej Urodzonej Zawodniczki i Najwcześniej Urodzonego Zawodnika wśród wszystkich startujących;
- 5) Organizator zastrzega prawo do wręczenia nagród specjalnych.

10. KLASYFIKACJA DRUŻYNOWA O PUCHAR MARSZAŁKA WOJEWODZTWA MAZOWIECKIEGO ADAMA STRUZIKA:

1. W ramach biegu głównego prowadzona będzie klasyfikacja drużynowa o Puchar Marszałka Województwa Mazowieckiego Adama Struzika.
2. Drużyna musi składać się z co najmniej dwóch kobiet i dwóch mężczyzn.
3. Warunkiem uwzględnienia drużyny w klasyfikacji jest wpisanie przez wszystkich jej członków identycznej nazwy drużyny w polu „Klub” podczas zapisywania się na bieg.
4. Zgłoszenia drużyny lub korekty jej składu można dokonać również w Biurze Zawodów, najpóźniej do godz. 9:00 w dniu biegu.
5. Wynik drużyny stanowi suma czterech najlepszych czasów uzyskanych przez jej członków tj. dwóch najlepszych czasów kobiet oraz dwóch najlepszych czasów mężczyzn.
6. O miejscu drużyny w klasyfikacji decyduje najniższa suma czasów, o której mowa w pkt.5
7. Najlepsze drużyny otrzymają puchary.
8. Osoby nagrodzone w kategorii indywidualnej mogą być nagrodzone także w kategorii drużynowej.

11. TRASA:

Start i meta zawodów przy rondzie w Jeruzalu (przy sklepie „U Krysi”). Cała trasa przebiega drogami asfaltowymi oraz nieutwardzonymi ścieżkami leśnymi. Trasa biegu oraz nordic walking jest taka sama.

12 . POMIAR CZASU, LIMIT CZASU:

- 1) W biegu głównym limit 60 minut;
- 2) Nordic walking limit 75 minut;
- 3) Zawodnicy będą klasyfikowani wg czasu brutto;
- 4) Pomiar czasu będzie prowadzony elektronicznie na podstawie numerów startowych;
- 5) Zabrania się przekazywania numeru startowego innej osobie;
- 6) Osoby bez numerów startowych lub z numerami umieszczonymi w miejscu niewidocznym nie będą klasyfikowane;

- 7) Osoby, które nie ukończą biegu/marszu w limicie czasu proszone są o zejście z trasy i odpięcie numeru startowego.

13. LIMIT UCZESTNIKÓW, POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- 1) Limit zawodników 300 osób (bieg), 60 osób (nordic walking)
- 2) Organizator zastrzega sobie możliwość regulacji (przesuwania limitów osobowych w poszczególnych kategoriach);
- 3) Podczas biegu/marszu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do koszulki z przodu centralnie na klatce piersiowej;
- 4) Pobranie numeru startowego przez zawodnika jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu;
- 5) Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne jednak Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania zawodów w przypadku bardzo złych warunków atmosferycznych lub innych niemożliwych w tej chwili do przewidzenia zdarzeń niezależnych, tak zwana „siła wyższa” np.: obostrzenia uniemożliwiające organizację wydarzeń na zewnątrz, kataklizm, żałoba narodowa itp.;
- 6) Uczestnicy biegu biorą w nim udział na własną odpowiedzialność i wskazane jest ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków;
- 7) Osoby, które w dniu biegu/marszu nie ukończyły 18 lat zobowiązane są do przedstawienia oświadczenia podpisanego przez rodzica lub opiekuna prawnego. Oświadczenie należy okazać w dniu biegu/marszu w biurze zawodów. LINK DO WYDRUKU: <http://aleczas.pl/zgoda-niepelnoletni.pdf>;
- 8) W przypadku BRAKU OŚWIADCZENIA zawodnik niepełnoletni nie może wystartować w zawodach;
- 9) Organizator nie zapewnia noclegów, dojazdu na zawody oraz nie ubezpiecza zawodników;
- 10) Protesty przyjmuje Biuro Zawodów w terminie do 15 minut po zakończeniu biegu;
- 11) Protesty będą rozpatrywane w czasie do 15 minut od ich zgłoszenia przez Organizatora biegu oraz Nordic Walking;
- 12) Organizator biegu zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których poinformuje przed rozpoczęciem biegu;
- 13) Organizator biegu może wykluczyć z zawodów osoby nieprzestrzegające ładu sportowego;
- 14) Podczas nordic walking niedozwolone jest: bieganie, podbieganie, skoki, przeskoki, marsz z kijami uniesionymi w górę;
- 15) Organizator zabrania startu z psem;
- 16) Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora;
- 17) Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych Organizatora, a także wyrażają zgodę na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych zawodów.

14. HARMONOGRAM IMPREZY:

08.00 – Otwarcie Biura Zawodów na placu przy rondzie w Jeruzalu

08:55 – Powitanie zawodników Nordic Walking, omówienie trasy, rozgrzewka

09:00 – START NORDIC WALKING na dystansie 5,5 km

09:25 – Powitanie zawodników biegu, omówienie trasy, rozgrzewka

09:30 – START BIEGU na dystansie 5,5 km

11:00 – Zamknięcie Biura Zawodów

11:30 – Nagrodzenie laureatów biegu i NW

ORGANIZATOR ZASTRZEGA, ŻE HARMONOGRAM MOŻE ULEC NIEWIELKIM MODYFIKACJOM

Aktualizacja 24.07.2026

KLAUZULA INFORMACYJNA O PRZETWARZANIU DANYCH OSOBOWYCH

Zgodnie z art. 13 i art. 14 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) dyrektor Gminnego Ośrodka Sportu i Rekreacji informuje, że z dniem 25 maja 2018 roku.

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Licealna 7, 05-320 Mrozy, telefon: 25 75 74 444, e-mail: gosir@mrozy.pl. Przetwarzającym dane jest firma Joanna Węglińska boria.pl, ul. 31 stycznia 8/3, 74-320 Barlinek. Przetwarzającym dane jest firma Sebastian Węgliński AleCzas, Łękawica 44, 05-332 Siennica. Dostawcą oprogramowania jest firma DoStartu.pl – Youngmedia 43-100 Tychy, Plac Baczyńskiego 2. Wysyłka SMS z wynikiem zawodów prowadzona jest przez system smsAPI - LINK Mobility Poland Sp. z o.o. z siedzibą w Gliwicach przy ul. Toszeckiej 101.
2. Jeśli ma Pani/Pan pytania dotyczące sposobu i zakresu przetwarzania Pani/Pana danych osobowych, a także przysługujących Pani/Panu uprawnień, może się Pani/Pan skontaktować się powołanym przez Administratora Inspektorem Ochrony Danych Osobowych, wysyłając pytania na adres poczty elektronicznej inspektor@cbi24.pl. Powołanym przez Administratora Inspektorem jest p. Magdalena Lenart.
3. Administrator przetwarza Pani/Pana dane osobowe na podstawie obowiązujących przepisów prawa, zawartych umów, na podstawie udzielonej zgody.
4. Pani/Pana dane osobowe przetwarzane są w celach:
 - wypełnienia obowiązków prawnych ciążących na Gminnym Ośrodku Sportu i Rekreacji w Mrozach;
 - realizacji umów zawartych z kontrahentami;
 - w pozostałych przypadkach Pani/Pana dane osobowe przetwarzane są wyłącznie na podstawie wcześniej udzielonej zgody w zakresie i celu określonym w treści zgody.
5. W związku z przetwarzaniem danych w celach, o których mowa w pkt 4 odbiorcami Pani/Pana danych osobowych mogą być:
 - α) organy władzy publicznej oraz podmioty wykonujące zadania publiczne lub działające na zlecenie organów władzy publicznej, w zakresie i w celach, które wynikają z przepisów powszechnie obowiązującego prawa;
 - β) inne podmioty, które na podstawie stosownych umów podpisanych z Gminnym Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Mrozach przetwarzają dane osobowe, dla których są Administratorem.

6. Pani/Pana dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji celów określonych w pkt 4, a po tym czasie przez okres oraz w zakresie wymaganym przez przepisy powszechnie obowiązującego prawa.
7. W związku z przetwarzaniem Pani/Pana danych osobowych przysługują Pani/Panu następujące uprawnienia:
- prawo dostępu do danych osobowych, w tym prawo do uzyskania kopii tych danych;
 - prawo do żądania sprostowania (poprawiania) danych osobowych – w przypadku gdy dane są nieprawidłowe lub niekompletne;
 - prawo do żądania usunięcia danych osobowych (tzw. prawo do bycia zapomnianym), w przypadku gdy:
 - dane nie są już niezbędne do celów, dla których były zebrane lub w inny sposób przetwarzane,
 - osoba, której dane dotyczą, wniosła sprzeciw wobec przetwarzania danych osobowych,
 - osoba, której dane dotyczą wycofała zgodę na przetwarzanie danych osobowych, która jest podstawą przetwarzania danych i nie ma innej podstawy prawnej przetwarzania danych,
 - dane osobowe przetwarzane są niezgodnie z prawem,
 - dane osobowe muszą być usunięte w celu wywiązania się z obowiązku wynikającego z przepisów prawa;
 - prawo do żądania ograniczenia przetwarzania danych osobowych – w przypadku, gdy:
 - osoba, której dane dotyczą kwestionuje prawidłowość danych osobowych,
 - przetwarzanie danych jest niezgodne z prawem, a osoba, której dane dotyczą, sprzeciwia się usunięciu danych, żądając w zamian ich ograniczenia,
 - Administrator nie potrzebuje już danych dla swoich celów, ale osoba, której dane dotyczą, potrzebuje ich do ustalenia, obrony lub dochodzenia roszczeń,
 - osoba, której dane dotyczą, wniosła sprzeciw wobec przetwarzania danych, do czasu ustalenia czy prawnie uzasadnione podstawy po stronie administratora są nadrzędne wobec podstawy sprzeciwu;
 - prawo do przenoszenia danych – w przypadku, gdy łącznie spełnione są następujące przesłanki:
 - przetwarzanie danych odbywa się na podstawie umowy zawartej z osobą, której dane dotyczą lub na podstawie zgody wyrażonej przez tą osobę,
 - przetwarzanie odbywa się w sposób zautomatyzowany;
 - prawo sprzeciwu wobec przetwarzania danych – w przypadku, gdy łącznie spełnione są następujące przesłanki:
 - zaistnieją przyczyny związane z Pani/Pana szczególną sytuacją, w przypadku przetwarzania danych na podstawie zadania realizowanego w interesie publicznym lub w ramach sprawowania władzy publicznej przez Administratora,

- przetwarzanie jest niezbędne do celów wynikających z prawnie uzasadnionych interesów realizowanych przez Administratora lub przez stronę третią, z wyjątkiem sytuacji, w których nadrzędny charakter wobec tych interesów mają interesy lub podstawowe prawa i wolności osoby, której dane dotyczą, wymagające ochrony danych osobowych, w szczególności, gdy osoba, której dane dotyczą jest dzieckiem.
8. W sytuacji, gdy przetwarzanie danych osobowych odbywa się na podstawie zgody osoby, której dane dotyczą, podanie przez Panią/Pana danych osobowych Administratorowi ma charakter dobrowolny.
 9. W przypadku, gdy przetwarzanie danych osobowych odbywa się na podstawie zgody osoby na przetwarzanie danych osobowych (art. 6 ust. 1 lit a RODO), przysługuje Pani/Panu prawo do cofnięcia tej zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie to nie ma wpływu na zgodność przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem, z obowiązującym prawem.
 10. W przypadku powzięcia informacji o niezgodnym z prawem przetwarzaniu Pani/Pana danych osobowych, przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego właściwego w sprawach ochrony danych osobowych.
 11. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych jest obowiązkowe, w sytuacji, gdy przesłankę przetwarzania danych osobowych stanowi przepis prawa lub zawarta między stronami umowa.