

# **XII ZIELONA WIERZCHOSŁAWICKA DYCHA**

**27.09.2026 Lasy Wierchosławickie „Dwudniaki”**

## **START i META Stara Chata Wincentego Witosa na Dwudniakach**

Bieg terenowy na dystansie **10,5 km** i **3,5 km** oraz **3,5 km NW**  
**RAJD ROWEROWY ok 16 km**

### **R E G U L A M I N**

Cel imprezy:

- Popularyzacja biegania i NW, jako najprostszej formy czynnego wypoczynku.
- Propagowanie zdrowego i ekologicznego sposobu na spędzenie wolnego czasu i zachowanie zdrowia i dobrej formy.
- Piknik rodzinny - spotkanie przy „Starej Zagrodzie W. Witosa na Dwudniakach”.

### **Organizator:**

**Stowarzyszenie Inicjatywy Społeczne w Wierchosławicach.**

### **Współorganizatorzy:**

Muzeum Wincentego Witosa w Wierchosławicach.  
Instytut im. Wincentego Witosa.  
Lasy Państwowe Nadleśnictwo Dąbrowa Tarnowska

### **Honorowy Patronat:**

Gmina Wierchosławice,  
Starostwo Powiatowe w Tarnowie  
IPN Kraków

### **Miejsce i termin:**

- **Bieg na 10,5 km „Po Żółty Sierp Witosa”** 27 wrzesień 2026 roku godz. 14.00
- **Bieg na 3,5 km** 27 wrzesień 2026 roku godz. 14.05
- **NW 3,5 km** 27 wrzesień 2026 roku godz. 14.10
- **RAJD ROWEROWY** 16 km 27 wrzesień 2026 roku godz. 14.30
- GRY I ZABAWY dla dzieci.
- Start i meta **Stary Dom Wincentego Witosa na „Dwudniakach”** w **Wierchosławicach**.

### **Program :**

godz. od 12.00-13.45 – Odbiór numerów startowych i chip-ów

**godz. 14.00 – start BIEGU 10,5 km**

**godz. 14.05 – start BIEGU 3,5 km**

**godz. 14.10 - start NORDIC WALKING na 3,5 km**

**godz.14.30 – start Rajdu ROWEROWEGO ok. 16 km**

godz. 17.00 – planowane zakończenie biegu przez wszystkich uczestników

godz. 18.30 – zakończenie - dekoracja zwycięzców, opcjonalnie losowanie nagród w miarę pozyskania sponsorów i fantów na loterię.

### **Zgłoszenie uczestnictwa (rejestracja) i opłata startowa:**

**1. Zapisy do biegu dostępne na stronie <http://www.pomiar-czasu.pl>**

- ustalony został limit zgłoszeń na 300 osób

- warunkowo, jeżeli nie zostanie osiągnięty limit 300 osób będzie można dokonać zapisu i opłaty startowej w dniu zawodów (Biuro Zawodów w godzinach 12.00-13.45). W tym wypadku opłata startowa wynosić będzie 100zł.

**2. Przy zapisie on-line uczestnicy biegu zobowiązani są do wpłacenia opłaty startowej on-line w wysokości:**

**59 zł – do dnia 31.08.2026 r.**

**69 zł – do 13.09.2026 r**

**79 zł – do 26.09.2026 r.**

**100 zł - w dniu zawodów**

3. Wpisanie na listę startową nastąpi po zaksięgowaniu opłaty startowej na koncie Organizatora.

4. W przypadku rezygnacji z uczestnictwa wpłacona opłata startowa nie podlega zwrotowi, nie ma możliwości przeniesienia jej na inną osobę.

**Pomiar czasu:** elektroniczny CHIP zwrotny (bez kaucji)

### **Trasa Biegu:**

- Dystans 10,5 km: drogi asfaltowe (ok.4 km) i drogi i ścieżki terenowe(ok. 6,5 km),
- Dystans 3,5 km biegu: 80% drogi asfaltowe, 20% drogi szutrowe.
- Dystans Nordic Walking 3,5 km: 80% drogi asfaltowe, 20% drogi szutrowe.
- Plan trasy w załączniku do niniejszego regulaminu

### **Klasyfikacja biegu i marszu:**

- generalna kobiet i mężczyzn
- w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn

*K2 20-29 M2 20-29*

*K3 30-39 M3 30-39*

*K4 40-49 M4 40-49*

*K5 50-59 M5 50-59*

*M6 60-69*

*K6 60 i starsze M7 70 i starsi*

### **Nagrody, upominki i inne atrakcje:**

- dla wszystkich uczestników pakiet startowy z koszulką , napojem i materiałami reklamowymi od sponsorów
- dla wszystkich uczestników biegu: oryginalny okolicznościowy medal, posiłek,
- w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn za 1, 2, 3 miejsce nagrody rzeczowe, oryginalne statuetki, dyplomy
- w klasyfikacji wiekowej kobiet i mężczyzn za 1, 2, 3 miejsce dyplomy
- **Nagrody w kategorii OPEN i Kategoriach wiekowych nie dublują się!!!**

**OPCJONALNIE LOSOWANIE NAGRÓD wśród wszystkich uczestników Biegu, Rajdu Rowerowego i marszu NW ! – w miarę pozyskania sponsorów.**

### **KONKURSY pt. „CHOCHOŁY I STRACHY NA WRÓBLE”:**

**W tym roku nawiązując do tradycji wsi polskiej ogłaszamy dwa konkursy !!!**

1. Przebierz się za chochoła lub stracha na wróble i przejdź lub przebiegnij trasę w takim stroju. Wybierzemy 3 najlepsze przebrania wśród uczestników.
2. Zrób chochoła lub stracha na wróble i wybierzemy 3 najlepsze „Chocholy i Strachy na wróble”.

Dla zwycięzców przewidziane cenne **NAGRODY!!!**

**Warunki uczestnictwa w biegu:**

W biegu mogą brać udział osoby, które przed startem:

- dokonały opłaty startowej
- podpiszą oświadczenie o właściwym stanie zdrowia i udziale w zawodach na własną odpowiedzialność.
- w przypadku osób niepełnoletnich - przedłożą, podpisaną w biurze zawodów pisemną zgodę opiekunów prawnych,

**Postanowienia końcowe**

- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.
- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Organizator zapewnia miejsce na przebranie i przechowanie ubrań
- Załącznikiem do niniejszego regulaminu jest mapa trasy biegu.
- Szczegółowe informacje można uzyskać pod numerami telefonów:

**kom. 604453112 – Aneta Brudkiewicz-Paździora**

**kom. 694260424 – Rafał Nosek**

oraz na stronach internetowych: <http://www.dostartu.pl>