

Regulamin

BIEGU NA 5 KM – JESIENNA PIĄTKA

11.10.2026 – Sochaczew

Cel:

- Popularyzacja biegania jako najprostszej formy aktywności fizycznej;
- Propagowanie aktywności ruchowej;
- Działania profilaktyczne dotyczące uzależnień;
- Promocja obiektów MOSiR Sochaczew.

Organizator

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Sochaczewie, 96-500 Sochaczew, ul. Olimpijska 3.

Termin, Start, Meta

Bieg odbędzie się 11 października 2026 r. (niedziela) ze startem i metą przy Państwowej Szkole Muzycznej w Sochaczewie, ul. Bartosza Głowackiego 2.

Bieg jest trzecim i ostatnim biegiem VFM Sochaczewskiej Triady Biegowej 2026.

Start Biegu nastąpi o godz. 10:30. Linia startu zostanie zamknięta po 5 minutach od strzału startera.

Długość trasy biegu: 5 km. Trasa – droga asfaltowa, kostka, płaska – Sochaczew: start przy Państwowej Szkole Muzycznej, ul. Bartosza Głowackiego 2, w prawo w ul. Bartosza Głowackiego, drogą z kostki wzdłuż torów do miejscowości Czerwonka-Parcela 21A, gdzie nastąpi nawrót, następnie powrót tą samą trasą do Państwowej Szkoły Muzycznej przy ul. Bartosza Głowackiego 2.

Trasa będzie oznaczona znakami pionowymi co 1 kilometr.

Program biegu

- godz. 8:30–9:15 – praca biur zawodów Sochaczewskiego Biegu z Psem;
- godz. 8:30–10:00 – praca biur zawodów biegu JESIENNA PIĄTKA;
- godz. 9:30 – start Sochaczewskiego Biegu z Psem – ok. 2 km;
- godz. 10:00 – zakończenie Sochaczewskiego Biegu z Psem i dekoracja;
- godz. 10:20 – oficjalne otwarcie biegu Jesienna Piątka;
- godz. 10:30 – start biegu;

- godz. 11:30 – zakończenie biegu;
- dekoracja zwycięzców;
- wręczenie nagród;
- zakończenie imprezy.

Pomiar i limit czasu

Zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący 1 godzinę.

Każdy zawodnik podczas weryfikacji otrzyma numer startowy zintegrowany z bezzwrotnym chipem do pomiaru czasu. Jego właściwe zamocowanie (na przodzie koszulki) jest warunkiem wystartowania w biegu i sklasyfikowania w komunikacie końcowym.

Dodatkowe świadczenia

Organizator zapewnia obsługę medyczną, depozyt ubraniowy na czas trwania biegu oraz możliwość skorzystania z natrysków.

Biuro zawodów

Biuro Zawodów będzie czynne 11 października 2026 r. (niedziela) w godzinach 8:30–10:00.

Adres Biura Zawodów: namiot MOSiR Sochaczew na terenie Parku im. Ignacego Włodzimierza Garbolewskiego.

W Biurze Zawodów zawodnicy zapisani wcześniej na bieg przez stronę internetową otrzymują pakiety startowe. Pakiety startowe zawierają: numer startowy zintegrowany z chipem do pomiaru czasu, agrafki oraz ewentualne materiały sponsorskie.

Uczestnictwo

- W Biegu prawo startu mają osoby, które najpóźniej do dnia 11 października 2026 roku ukończą 16. rok życia. Osoby, które nie ukończyły 18. roku życia, muszą posiadać pisemną zgodę rodzica/opiekuna prawnego.
- Wszyscy zawodnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów podczas odbioru pakietów startowych w dniu 11 października 2026 r.
- Zaleca się, by każdy uczestnik wykonał aktualne badania lekarskie potwierdzające zdolność udziału w biegu.
- Odbiór numeru startowego odbywa się na podstawie dokumentu tożsamości. Nie wymaga się zaświadczenia lekarskiego. Zawodnik podpisuje dobrowolne oświadczenie o stanie zdrowia pozwalającym na start w biegu.
- Organizator nie wyraża zgody na start osób z numerem startowym przypisanym do innego zawodnika. Zawodnik startujący z numerem startowym, do którego przypisane są dane innej osoby, zostaje zdyskwalifikowany.

- Zapisując się na bieg, zawodnik oświadcza, że zapoznał się z regulaminem zawodów i zobowiązuje się go przestrzegać.
- Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numer startowy oraz chip. Numery startowe muszą być przymocowane do koszulek sportowych z przodu (na wysokości klatki piersiowej). Niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego w części lub w całości oraz jego modyfikowanie. Zawodnicy startujący bez widocznych numerów startowych zostają zdyskwalifikowani.
- W biegu udział biorą jedynie biegacze.

Sochaczewski Bieg z Psem jest odrębną konkurencją, której zasady uczestnictwa określa odrębny regulamin.

Organizator nie dopuszcza do udziału w biegu Jesienna Piątka osób na wózkach oraz rolkarzy.

Dopuszcza się możliwość startu zawodników z wózkami dziecięcymi.

Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu lub jego przerwania bez podania powodów.

W nagłych przypadkach, gdy brak policji zabezpieczającej Bieg, uczestników Biegu obowiązują przepisy ustawy z dnia 20 czerwca 1997 r. – Prawo o ruchu drogowym, z późniejszymi zmianami oraz niniejszy regulamin.

Bieg odbywa się przy wyłączonym ruchu kołowym – biegniemy PRAWĄ STRONĄ!

Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu bądź innych środków odurzających i dopingujących.

Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia kontroli antydopingowej.

Decyzje obsługi medycznej dotyczące kontynuowania biegu są ostateczne i niezmiennie. Organizator określa limit startujących na 250 osób.

Zgłoszenia

Zgłoszenia przyjmowane są poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronach internetowych www.aleczas.pl i www.mosir.sochaczew.pl.

Zgłoszenia online zostaną zawieszone w dniu 6 października 2026 roku bądź po osiągnięciu limitu startujących. W przypadku nieosiągnięcia limitu startujących zgłoszenia będą możliwe w BIURZE ZAWODÓW w dniu 11.10.2026 r.

UWAGA! Organizator zastrzega sobie prawo do zmniejszenia lub zwiększenia limitu uczestników.

Opłaty

Opłata startowa wynosi 60,00 zł do 30.09.2026 r., natomiast od 1.10.2026 r. do 6.10.2026 r. – 70,00 zł. Pierwszeństwo udziału w zawodach mają zawodnicy zarejestrowani do 6.10.2026 r. na stronie internetowej. Osoby startujące w VFM Sochaczewskiej Triadzie Biegowej (w dwóch poprzednich biegach) otrzymują rabat 20 zł na start w Jesiennej Piątce. W tym celu należy skontaktować się z Organizatorem, pisząc na adres mosirsochaczew@interia.pl, w celu uzyskania kodu rabatowego.

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. Opłaty startowe przekazywane są w formie darowizny od osób startujących. Wpłaty należy dokonać w ciągu 5 dni od daty zapisania się w serwisie, w przeciwnym razie nastąpi skreślenie z listy uczestników.

Opłata raz wpłacona nie podlega zwrotowi w żadnym przypadku.

Klasyfikacje

Podczas Biegu prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn;
- klasyfikacje wiekowe w podziale na kobiety i mężczyzn:
- K-20 – M-20;
- K-30 – M-30;
- K-40 – M-40;
- K-50 – M-50;
- K-60 – M-60;
- K-70 – M-70;
- klasyfikacja dla mieszkańców Sochaczewa kobiet i mężczyzn;
- klasyfikacja służb mundurowych kobiet i mężczyzn;
- klasyfikacja pracowników oświaty kobiet i mężczyzn;

Przeprowadzane klasyfikacje będą według czasów brutto.

Nagrody

Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg, otrzymają na mecie pamiątkowe medale. Bieg jest częścią VFM Sochaczewskiej Triady Biegowej. Zawodnicy, którzy ukończą wszystkie biegi VFM Sochaczewskiej Triady Biegowej, otrzymają pamiątkową statuetkę.

Zawodnicy, którzy zajmą pięć pierwszych miejsc w klasyfikacji generalnej oraz trzy pierwsze miejsca w poszczególnych kategoriach wiekowych, otrzymają puchary.

Ochrona danych osobowych

1. Administratorem danych osobowych uczestników Biegu jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Sochaczewie, ul. Olimpijska 3, 96-500 Sochaczew.
2. Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych: tel. 46 862-77-59 wew. 124, e-mail: mosir@mosir.sochaczew.pl.
3. Dane osobowe uczestników będą przetwarzane w zakresie niezbędnym do organizacji i przeprowadzenia Biegu, w szczególności rejestracji uczestników, pomiaru czasu, opracowania i publikacji wyników, wydania nagród oraz obsługi organizacyjnej wydarzenia.
4. Podstawą przetwarzania danych osobowych są właściwe przepisy Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 (RODO) oraz obowiązujące przepisy prawa.
5. Podanie danych niezbędnych do udziału w Biegu jest dobrowolne, jednak ich niepodanie uniemożliwia udział w wydarzeniu.
6. Dane mogą być udostępniane podmiotom współpracującym z Organizatorem przy realizacji Biegu, w szczególności podmiotowi obsługującemu zapisy i pomiar czasu, wyłącznie w zakresie niezbędnym do realizacji powierzonych zadań.
7. Dane będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji wydarzenia, rozliczenia jego organizacji oraz przez okres wynikający z obowiązujących przepisów prawa.
8. Osobom, których dane dotyczą, przysługują prawa wynikające z RODO, w szczególności prawo dostępu do danych, ich sprostowania, ograniczenia przetwarzania, usunięcia danych – w przypadkach przewidzianych prawem – oraz prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
9. Szczegółowa klauzula informacyjna dotycząca przetwarzania danych osobowych może być udostępniona uczestnikom podczas zapisów oraz przez Organizatora.

Postanowienia końcowe

Organizator zapewnia ubezpieczenie ogólne imprezy, natomiast ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu, wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika. Organizator nie bierze na siebie odpowiedzialności za straty, szkody, kontuzje i nieszczęśliwe wypadki zaistniałe przed, w czasie i po zawodach.

Bieg odbywa się przy wyłączonym ruchu kołowym – biegniemy PRAWĄ STRONĄ!

Interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.

REGULAMIN WYDARZENIA
„SOCHACZEWSKI BIEG Z PSEM”

11.10.2026 r.

I. CEL IMPREZY

1. Promocja aktywnego trybu życia i wspólnego spędzania czasu z psami.
2. Edukacja w zakresie odpowiedzialnej opieki nad zwierzętami.
3. Integracja lokalnej społeczności miłośników zwierząt.
4. Popularyzacja biegania i aktywności fizycznej w towarzystwie psa.

II. ORGANIZATOR

1. Organizatorem wydarzenia jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Sochaczewie.
2. Partnerem wydarzenia jest Klub Wolontariuszy przy CUS Sochaczew.

III. TERMIN I MIEJSCE

1. Wydarzenie odbędzie się 11 października 2026 r.
2. Start biegu – godz. 9:30.
3. Start i meta: Park im. Ignacego Włodzimierza Garbolewskiego w Sochaczewie.
4. Dystans biegu wynosi około 2000 metrów.
5. Trasa biegu będzie przebiegała alejkami parkowymi oraz trasą wyznaczoną przez Organizatora.

IV. CHARAKTER WYDARZENIA I POMIAR CZASU

1. Bieg ma charakter sportowo-rekreacyjny.
2. Uczestnicy startują w duetach: zawodnik + pies.
3. Podczas biegu prowadzony będzie elektroniczny pomiar czasu.
4. O kolejności zawodników decyduje czas uzyskany podczas pokonania całej wyznaczonej trasy.
5. Zawodnik zobowiązany jest pokonać całą trasę razem z psem.

V. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W biegu może wziąć udział duet składający się z jednego zawodnika i jednego psa.
2. Limit uczestników wynosi 50 duetów.
3. Jeden zawodnik może podczas biegu prowadzić tylko jednego psa.
4. W wydarzeniu mogą uczestniczyć osoby pełnoletnie oraz osoby niepełnoletnie za zgodą rodzica lub opiekuna prawnego.
5. Minimalny wiek psa dopuszczonego do udziału w biegu wynosi 12 miesięcy.
6. Pies musi posiadać aktualne szczepienie przeciwko wściekliźnie. Organizator zastrzega sobie prawo do weryfikacji dokumentu potwierdzającego szczepienie w Biurze Zawodów.
7. W biegu nie mogą uczestniczyć suki w cieczce oraz psy agresywne.
8. Pies powinien być zdrowy i znajdować się w kondycji umożliwiającej bezpieczne pokonanie trasy.
9. Pies musi być prowadzony na uwięzi – na smyczy tradycyjnej lub lince z amortyzatorem.
10. Zabrania się używania smyczy automatycznych typu Flexi, obroży zaciskowych oraz kolczatek.
11. Zaleca się prowadzenie psa w odpowiednio dopasowanych szelkach typu Y lub Sled.

VI. START, BEZPIECZEŃSTWO I ZASADY PORZĄDKOWE

1. Start biegu odbywać się będzie w systemie falowym. Szczegółowy sposób organizacji startu, w tym liczba uczestników w poszczególnych falach oraz odstępy czasowe pomiędzy nimi, zostanie ustalony przez Organizatora w dniu wydarzenia, z uwzględnieniem liczby uczestników, bezpieczeństwa zawodników i psów oraz zasad działania systemu pomiaru czasu.
2. Uczestnicy zobowiązani są do zachowania bezpiecznej odległości od innych duetów oraz zwracania szczególnej uwagi na zachowanie swojego psa.
3. Na trasie oraz w strefie startu i mety obowiązuje bezwzględny zakaz puszczenia psów luzem.
4. Uczestnik ma obowiązek niezwłocznego uprzątnięcia nieczystości po swoim psie. Organizator zapewnia worki.

5. Psy lękliwe lub wymagające większej przestrzeni mogą posiadać żółtą wstążkę przypiętą do smyczy lub szelek.
6. Uczestnicy zobowiązani są stosować się do poleceń Organizatora, obsługi trasy oraz osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo wydarzenia.
7. W przypadku zachowania psa stwarzającego zagrożenie dla innych uczestników, psów lub obsługi wydarzenia Organizator ma prawo wycofać duet z biegu.

VII. ZDROWIE PSA I OPIEKA WETERYNARYJNA

1. Podczas wydarzenia obecny będzie lekarz weterynarii.
2. Lekarz weterynarii ma prawo nie dopuścić psa do startu w przypadku braku wymaganego szczepienia, kulawizny, złego stanu ogólnego, agresji lub innych okoliczności mogących stanowić zagrożenie dla zdrowia lub bezpieczeństwa psa albo innych uczestników.
3. Lekarz weterynarii ma prawo zdecydować o wycofaniu psa z trasy, jeżeli jego dalszy udział może zagrażać jego zdrowiu lub bezpieczeństwu.
4. Decyzja lekarza weterynarii dotycząca dopuszczenia psa do startu lub wycofania go z biegu jest ostateczna.

VIII. KLASYFIKACJA I NAGRODY

1. Prowadzona będzie klasyfikacja generalna:
 - Kobiety OPEN – miejsca I–III,
 - Mężczyźni OPEN – miejsca I–III.
2. O kolejności w klasyfikacji decyduje czas uzyskany podczas biegu.
3. Organizator zastrzega sobie możliwość przyznania dodatkowych wyróżnień specjalnych według własnego uznania.
4. Rodzaj i liczba dodatkowych wyróżnień mogą zostać ustalone przez Organizatora.
5. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą bieg, otrzymają pamiątkowe medale.

IX. ZGŁOSZENIA I OPŁATY

1. Obowiązuje limit 50 duetów.
2. Zapisy na bieg odbywają się drogą elektroniczną za pośrednictwem strony aleczas.pl.
3. Udział w wydarzeniu jest bezpłatny.
4. O przyjęciu na listę startową decyduje kolejność prawidłowo dokonanych zgłoszeń, do wyczerpania limitu miejsc.

X. ODPOWIEDZIALNOŚĆ

1. Opiekun psa ponosi pełną odpowiedzialność za zachowanie swojego psa oraz za szkody przez niego wyrządzone.
2. Każdy zawodnik uczestniczy w biegu na własną odpowiedzialność.
3. Uczestnik zobowiązany jest do oceny własnego stanu zdrowia oraz stanu zdrowia psa przed przystąpieniem do biegu.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za zdarzenia wynikające z nieprzestrzegania przez uczestnika niniejszego Regulaminu.

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Dokonanie zgłoszenia i udział w wydarzeniu oznaczają akceptację niniejszego Regulaminu.
2. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz stosowania się do poleceń Organizatora.
3. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany trasy, programu lub godziny rozpoczęcia wydarzenia, jeżeli będzie to konieczne ze względów organizacyjnych, bezpieczeństwa lub warunków atmosferycznych.
4. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania lub zmiany terminu wydarzenia w przypadku wystąpienia warunków atmosferycznych mogących stanowić zagrożenie dla uczestników lub zwierząt.
5. Dane osobowe uczestników będą przetwarzane w zakresie niezbędnym do organizacji i przeprowadzenia wydarzenia oraz publikacji wyników, zgodnie z obowiązującymi przepisami.
6. Podczas wydarzenia mogą być wykonywane zdjęcia oraz nagrania wykorzystywane przez MOSiR Sochaczew w materiałach informacyjnych i promocyjnych dotyczących wydarzenia.
7. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem decyzję podejmuje Organizator.