

Bieg Herosa

Pustynia Błędowska 28.11.2026

Regulamin

Termin i miejsce:

28.11.2026, Pustynia Błędowska - Róża Wiatrów

9:00 - 9.20 Bieg z Psem (starty indywidualne w przedziale czasowym)

10:30 - Młodzi Herosi - biegi dla dzieci

10:30 - kategoria 0-6 lat - 200 m

10:45 - kategoria 7-8 i 9-10 lat - 500 m

11:00 - kategoria 11-12 i 13-14 lat - 1000 m

11:10 – Bieg Rodzinny - 1000 m

11:30 - Miraże 5 km

11:35 - Nordic 5 km

12:00 - Lisy Pustyni 5 km seria 1 (bieg z przeszkodami)

12:10 - Lisy Pustyni 5 km seria 2 (bieg z przeszkodami)

Biegi:

- Bieg z Psem 5 km - trail

- Miraże 5 km - trail,

- Nordic 5 km - trail,

- Lisy Pustyni 5 km – trail przeszkodowy,

- Młodzi Herosi – biegi dla dzieci,

- Bieg Rodzinny,

CEL IMPREZY

- popularyzacja i upowszechnienie biegania jako ogólnie dostępnej formy sportu i rekreacji,

- przedstawienie walorów przyrodniczo-rekreacyjnych Pustyni Błędowskiej i okolic,
- promocja aktywnego trybu życia.

Organizator:

LKS „Kłos” w Olkuszu

PZ LZS w Olkuszu

Dystans i trasa:

Pętla o długości około 5 km

Całość trasy na terenie Pustyni Błędowskiej.

Podłoże w 100% stanowi piasek.

Start:

„Róża Wiatrów” - Pustynia Błędowska, Klucze (wjazd od ulicy Bolesławskiej).

Meta:

W miejscu startu.

Kategorie:

- Open Kobiety
- Open Mężczyźni

Zasady klasyfikacji końcowej:

O kolejności w klasyfikacji końcowej decyduje kolejność przekroczenia linii mety.

Uczestnictwo:

W Biegu Herosa: „Miraże 5 km” i „Nordic 5 km” mogą uczestniczyć zawodniczki i zawodnicy, którzy ukończyli 12 lat.

W Biegu Herosa: „Lisy Pustyni 5 km” i „Bieg z Psem” mogą uczestniczyć zawodniczki i zawodnicy, którzy ukończyli 15 lat.

Wszyscy zawodnicy muszą być zweryfikowani w biurze zawodów w dniu startu najpóźniej 15 minut przed startem swojego biegu.

Każdy uczestnik oświadcza, że:

- jego stan zdrowia pozwala na uczestnictwo w tym biegu,
- rozumie zagrożenia wynikające z aktywności fizycznej w trudnych warunkach,

- wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych,
wyraża zgodę na wykorzystanie wizerunku w celach promocyjnych biegu.

Zgłoszenia:

Zgłoszenia przyjmujemy przez formularz znajdujący się na stronie:

<http://zapisy.mktime.pl/bieg-herosa-28112026-v17327.pl.html>

Zgłoszenia w dniu biegu będą przyjmowane w Biurze Zawodów (do wykorzystania Limitu Uczestników).

Zgłoszenia elektroniczne przyjmujemy do 26 listopada 2026 (włącznie).

Zgłoszenia w biurze zawodów przyjmowane są w dniu biegu od godziny 8:30.

Osoby, które nie zdążą zarejestrować lub zweryfikować się na 15 minut przed przewidywanym startem, nie uzyskają prawa do startu w biegu. Prosimy o wcześniejszy przyjazd lub rejestrację internetową.

W dniu zawodów każdy zawodnik musi stawić się w Biurze Zawodów w celu weryfikacji oraz odbioru numeru startowego.

Organizator nie przewiduje zwrotu opłaty startowej w przypadku rezygnacji ze startu. Opłata może zostać scedowana na innego uczestnika pod warunkiem wcześniejszego kontaktu z organizatorem na adres: kontakt@biegherosa.pl

W przypadku braku weryfikacji przed startem organizator nie przewiduje zwrotu opłaty startowej.

Opłata startowa:

Zgodnie z informacjami na stronie zapisów.

Opłaty przyjmowane są przez formularz zgłoszeniowy lub w biurze zawodów w dniu biegu.

Przeszkody (Lisy Pustyni):

Na trasie biegu Organizator wykorzysta naturalne ukształtowania terenu utrudniające bieg oraz ustawi sztuczne przeszkody.

W celu pokonania przeszkód uczestnicy będą musieli: czołgać się, przenosić ciężkie przedmioty (do 30 kg), skakać, wspinać się, ciągnąć ciężkie przedmioty, przejść

przez wodę, itp.

Przeszkody mogą być połączone: niesienie obciążenia + czołganie, itp.

Organizator dołoży wszelkich starań, aby pokonywane przeszkody były bezpieczne. Uczestnicy mogą pomagać sobie w pokonywaniu przeszkód.

Niepokonanie lub ominięcie przeszkody skutkuje obowiązkiem pokonania karnej pętli („Pustynny Karniak”). Niekonanie karnej pętli może skutkować dyskwalifikacją. Ostateczna ocena pokonania lub niepokonania przeszkody należy do sędziego przy przeszkodzie.

Bieg Rodzinny

1. Bieg Rodzinny jest konkurencją o charakterze rekreacyjno-zabawowym, przeznaczoną dla dwuosobowych drużyn składających się z **1 osoby dorosłej (rodzica lub opiekuna) oraz 1 dziecka, które w dniu zawodów nie ukończyło 18. roku życia.**
2. Osoba dorosła bierze udział w biegu wspólnie z dzieckiem oraz ponosi pełną odpowiedzialność za dziecko przez cały czas uczestnictwa w zawodach.
3. Każdy uczestnik drużyny, zarówno dziecko, jak i rodzic/opiekun, po ukończeniu biegu otrzymuje **pamiątkowy medal.**
4. Drużyna pokonuje trasę wspólnie jako para.
5. Na trasie biegu znajdują się przeszkody. **Każdą przeszkodę obowiązkowo pokonuje co najmniej 1 osoba z drużyny.**
6. W Biegu Rodzinnym prowadzony jest pomiar czasu, jednak konkurencja nie ma charakteru rywalizacji sportowej o miejsca medalowe. **Nie prowadzi się klasyfikacji miejsc I–III ani dekoracji zwycięzców.**
7. Celem Biegu Rodzinnego jest wspólna aktywność fizyczna, integracja, dobra zabawa oraz rodzinne przeżycie sportowej przygody.

Uczestnicy poniżej 18. roku życia

W biegach mogą uczestniczyć osoby poniżej 18. roku życia pod warunkiem, że na całej trasie pozostaną pod opieką osoby pełnoletniej.

Rejestracja uczestników tylko w biurze zawodów w dniu biegu.

Opłata startowa w biegach:

- „Miraże 5 km” – 60 zł,
- „Nordic 5 km” – 60 zł,
- „Lisy Pustyni 5 km” – 80 zł,
- „Bieg z Psem 5 km” – 70 zł,

Rejestracji uczestnika może dokonać tylko prawny opiekun.

Przy rejestracji wymagane jest podpisanie oświadczenia o ponoszeniu odpowiedzialności za uczestnika przez opiekuna.

W wyjątkowych przypadkach Organizator może dopuścić do udziału osobę młodszą niż wskazany minimalny wiek, po wcześniejszym indywidualnym uzgodnieniu z jej prawnym opiekunem.

Nagrody:

W biegach objętych klasyfikacją sportową w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn za miejsca I–III przyznawane są puchary.

Każdy uczestnik, który ukończy bieg, otrzyma pamiątkowy medal.

Możliwe inne nagrody ufundowane przez sponsorów, uzgodnione z organizatorem.

Pies (Bieg z Psem):

W biegu mogą uczestniczyć psy wszystkich ras, które w dniu zawodów mają ukończone co najmniej 15 miesięcy, są zdrowe i zdolne do wysiłku fizycznego.

Pies musi posiadać aktualne wymagane szczepienia, w szczególności przeciwko wściekliznie, oraz możliwość identyfikacji poprzez chip lub tatuaż.

W biegu nie mogą uczestniczyć psy agresywne, suki w okresie ciecarki, ciężarne ani karmiące.

Przez cały czas trwania zawodów pies musi pozostawać pod kontrolą zawodnika i być prowadzony na smyczy lub linie z amortyzatorem. Zabronione jest używanie smyczy automatycznych oraz puszczenie psa luzem.

Sprzęt używany podczas biegu powinien być bezpieczny dla psa i uniemożliwiać jego samodzielne uwolnienie się.

Zabronione jest ciągnięcie psa, zmuszanie go do dalszego biegu lub kontynuowanie rywalizacji, jeżeli pies nie chce lub nie jest w stanie dalej biec.

Zawodnik odpowiada za zachowanie swojego psa oraz za szkody wyrządzone przez niego osobom, innym zwierzętom lub w mieniu.

Opiekun psa jest zobowiązany do sprzątnięcia po swoim zwierzęciu.

Organizator ma prawo nie dopuścić do startu lub wycofać z trasy psa, którego stan zdrowia lub zachowanie może stanowić zagrożenie dla niego samego albo innych uczestników.

Biuro Zawodów:

Czynne w dniu zawodów od godziny 8:30 w pobliżu startu biegu.

Postanowienia końcowe:

Organizator zapewnia opiekę medyczną.

Uczestnicy, dla których zabraknie medali na mecie, otrzymają je pocztą w najbliższym możliwym terminie.

Osoby niebędące uczestnikami zawodów ani członkami obsługi nie mogą wchodzić na trasę biegu w czasie trwania zawodów. Trasa jest oznakowana oraz wygradzona taśmami i oznaczeniami organizatora. Kibice, osoby towarzyszące oraz inne osoby przebywające w rejonie zawodów są zobowiązane do zachowania szczególnej ostrożności oraz stosowania się do poleceń organizatora, służb porządkowych i wolontariuszy. Wejście na trasę biegu przez osoby nieuprawnione odbywa się na własne ryzyko.

Bieg odbywa się w trudnym terenie, dlatego każdy uczestnik powinien zwracać szczególną uwagę na objaśnienia obsługi co do przebiegu trasy, kierować się poleceniami wolontariuszy oraz bacznie obserwować oznaczenia trasy. W przypadku zgubienia trasy z przyczyn leżących po stronie uczestnika reklamacje nie będą uwzględniane.

W przypadku wystąpienia sytuacji nadzwyczajnej organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu. Zwrot opłat startowych dokonywany będzie proporcjonalnie z poniesionymi przez organizatora kosztami.

Uczestnik, który zejdzie z trasy, ma obowiązek niezwłocznie poinformować o tym Organizatora. W przypadku braku takiej informacji Organizator zastrzega sobie prawo do obciążenia uczestnika kosztami ewentualnej akcji poszukiwawczej.

Uczestnik biegu poprzez zgłoszenie się i opłacenie wpisowego potwierdza przeczytanie oraz zaakceptowanie REGULAMINU

Ominięcie punktu kontrolnego na trasie oznaczać będzie dyskwalifikację zawodnika.

Organizator zastrzega sobie prawo do ostatecznej interpretacji regulaminu.

Dodatkowe informacje: Łukasz Mentlewicz - kontakt@biegherosa.pl

Szczegółowe informacje:
www.biegherosa.pl

Dyrektor Biegu:
Łukasz Mentlewicz, kontakt@biegherosa.pl