



REGULAMIN TESTU COOPERA

1. Organizatorem zawodów jest Klub Sportowy Barakuda Mińsk Mazowiecki.
2. Zawody są jednym z wydarzeń towarzyszących podczas M4EUROPE - Mińsk dla Europy - Europa dla Mińska.
3. Zawody pod patronatem burmistrza Miasta Mińsk Mazowiecki Marcina Jakubowskiego.
4. Termin: 28 sierpnia 2022 w godzinach 15:30-16:50
5. Miejsce zawodów: bieżnia lekkoatletyczna (400m) przy ul. Budowlanej 2A w Mińsku Mazowieckim
6. Celem testu jest sprawdzenie stanu kondycji oraz określenia maksymalnej wydolności tlenowej poprzez przebiegnięcie przez uczestnika jak najdłuższego dystansu w czasie 12 minut.
7. Od uczestnika nie wymaga się biegu ciągłego. Jeśli nie wystarczy mu sił może przejść do marszu.
8. Wyniki interpretuje się w oparciu o poniższe tabele, które uwzględniają płeć i wiek uczestnika. (Damy tu tabelki)

Wiek	Bardzo dobrze	Dobrze	Średnio	Źle	Bardzo źle
8	M 2190+ m	1810–2180 m	1420–1800 m	1050–1410 m	1040- m
	K 2010+ m	1670–2000 m	1320–1660 m	990–1310 m	980- m
9	M 2350+ m	1950–2340 m	1540–1940 m	1130–1530 m	1120- m
	K 2120+ m	1770–2110 m	1400–1760 m	1050–1390 m	1040- m
10	M 2460+ m	2070–2450 m	1670–2060 m	1270–1660 m	1260- m
	K 2200+ m	1860–2190 m	1500–1850 m	1160–1490 m	1150- m
11	M 2610+ m	2200–2600 m	1790–2190 m	1390–1780 m	1380- m
	K 2330+ m	1980–2320 m	1620–1970 m	1270–1610 m	1260- m
12	M 2690+ m	2290–2680 m	1880–2280 m	1480–1870 m	1470- m
	K 2370+ m	2030–2360 m	1670–2020 m	1330–1660 m	1320- m

Wiek	Bardzo dobrze	Dobrze	Średnio	Źle	Bardzo źle
13-14	M 2700+ m	2400–2700 m	2200–2399 m	2100–2199 m	2100- m
	K 2000+ m	1900–2000 m	1600–1899 m	1500–1599 m	1500- m
15-16	M 2800+ m	2500–2800 m	2300–2499 m	2200–2299 m	2200- m
	K 2100+ m	2000–2100 m	1700–1999 m	1600–1699 m	1600- m
17-20	M 3000+ m	2700–3000 m	2500–2699 m	2300–2499 m	2300- m
	K 2300+ m	2100–2300 m	1800–2099 m	1700–1799 m	1700- m

Wiek	Bardzo dobrze	Dobrze	Średnio	Źle	Bardzo źle
20-29	M 2800+ m	2400–2800 m	2200–2399 m	1600–2199 m	1600- m
	K 2700+ m	2200–2700 m	1800–2199 m	1500–1799 m	1500- m
30-39	M 2700+ m	2300–2700 m	1900–2299 m	1500–1899 m	1500- m
	K 2500+ m	2000–2500 m	1700–1999 m	1400–1699 m	1400- m
40-49	M 2500+ m	2100–2500 m	1700–2099 m	1400–1699 m	1400- m
	K 2300+ m	1900–2300 m	1500–1899 m	1200–1499 m	1200- m
50+	M 2400+ m	2000–2400 m	1600–1999 m	1300–1599 m	1300- m
	K 2200+ m	1700–2200 m	1400–1699 m	1100–1399 m	1100- m

9. Zgłoszenia na test Coopera odbywają się internetowo pod adresem: <https://dostartu.pl/run4europe-test-coopera-v7964> oraz www.barakuda.net.pl i www.aleczas.pl.
10. W teście Coopera mogą startować osoby od 8 roku życia.
11. Udział w sprawdzianie jest bezpłatny, określa się limit 60 uczestników.
12. Uczestnicy wystartują w 5 seriach po 12 osób. I seria – 15.30, II seria – 15.45, III seria – 16.10, IV seria – 16.25 i V seria – 16.50.
13. Podczas zapisów należy wybrać serię, w której uczestnik chce startować.
14. Każdy uczestnik, który ukończy test otrzyma dyplom z wynikiem oraz okolicznościową koszulkę.
15. Przed startem uczestnik musi podpisać deklarację o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w teście, zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz na wykorzystanie wizerunku.
16. Osoby niepełnoletnie muszą posiadać zgodę rodzica lub opiekuna prawnego na uczestnictwo w teście.
17. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione i zagubione na terenie przeprowadzenia testu.

18. Organizator nie ubezpiecza uczestników.
19. Test zostanie przeprowadzony bez względu na warunki atmosferyczne, przy czym organizator zastrzega sobie odwołanie sprawdzianu w przypadkach szczególnych bez podania przyczyny.
20. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu i zobowiązuje się do natychmiastowego poinformowania o nich wszystkich zapisanych uczestników.
21. Więcej informacji można uzyskać pod numerami telefonów:
Joanna Węglińska, +48 608520764
Tomasz Radomiński, +48 603701960

POLITYKA PRYWATNOŚCI

1. Administratorem danych osobowych jest Klub Sportowy Barakuda z siedzibą w Mińsku Mazowieckim przy ulicy Wyszyńskiego 56.
2. We wszelkich sprawach związanych z przetwarzaniem danych osobowych dostępny jest kontakt mailowy: biuro@barakuda.net.pl
3. Celem przetwarzania danych osobowych jest realizacji wszystkich czynności niezbędnych dla udziału w zawodach, realizacji przez Administratora usług związanych organizacją oraz udziałem Uczestników w zawodach, publikacja wyników, list startowych, obsługa reklamacji, dochodzenie roszczeń, realizacja obowiązków podatkowych.
4. Podstawą prawną przetwarzania jest, iż przetwarzanie jest niezbędne do wykonania umowy, której stroną jest osoba, której dane dotyczą, lub do podjęcia działań na żądanie osoby, której dane dotyczą, przed zawarciem umowy (art. 6 ust. 1 lit b) RODO) oraz do wypełnienia obowiązku prawnego ciążącego na Administratorze (art. 6 ust. 1 lit c) RODO).
5. Dane osobowe mogą być ujawniane przez Administratora podmiotom z nim współpracującym przy realizacji usług, na podstawie umów powierzenia przetwarzania danych, zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa w zakresie ochrony danych osobowych (w szczególności organizatorowi zawodów, jeżeli jest nim inny podmiot niż Administrator, dostawcom usług IT, pomiarów wyników, druku itp.).
6. W związku z przetwarzaniem danych osobowych przysługują Uczestnikowi następujące prawa:
 - prawo wycofania zgody na przetwarzanie danych – w takim jednak wypadku, Administrator informuje, że niemożliwe będzie wykonanie przez Administratora obowiązków organizatora imprezy, w tym w szczególności umożliwienie Uczestnikowi startu w zawodach, pomiar wyników lub wydanie nagrody;
 - prawo dostępu do danych osobowych oraz prawo żądania ich sprostowania, ich usunięcia lub ograniczenia ich przetwarzania;
 - prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania;
 - prawo do przenoszenia danych na zasadach określonych w RODO;
 - prawo skargi do organu nadzorczego.

7. Dane osobowe będą przetwarzane przez cały okres organizacji i przebiegu zawodów, a także po tym czasie, jeśli będzie to niezbędne do wykonanie obowiązków przewidzianych prawem lub realizacji interesu Administratora.
8. Uczestnik wyraża zgodę na utrwalanie jego wizerunku w trakcie zawodów dowolną techniką oraz wyraża zgodę na nieodpłatne korzystanie przez Administratora z tak utrwalonego wizerunku wyłącznie w celach informacyjnych, promocyjnych i marketingowych związanych z zawodami. Niniejsza zgoda obejmuje wykorzystanie wizerunku na wszelkich polach eksploatacji, o których mowa w art. 50 ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych. Użytkownik wyraża zgodę na przetwarzanie wizerunku poprzez kadrowanie, cyfrową obróbkę, kompozycję, łączenie z innymi obrazami lub wizerunkami innych osób w zakresie koniecznym dla celów opisanych wyżej.
9. Rodzice/opiekunowie prawni niepełnoletniego uczestnika zawodów wyrażają zgodę na utrwalanie jego wizerunku w trakcie zawodów dowolną techniką oraz wyrażają zgodę na nieodpłatne korzystanie przez Administratora z tak utrwalonego wizerunku wyłącznie w celach informacyjnych, promocyjnych i marketingowych związanych z zawodami. Niniejsza zgoda obejmuje wykorzystanie wizerunku na wszelkich polach eksploatacji, o których mowa w art. 50 ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych. Rodzice/opiekunowie prawni niepełnoletniego uczestnika zawodów wyrażają zgodę na przetwarzanie wizerunku zawodnika poprzez kadrowanie, cyfrową obróbkę, kompozycję, łączenie z innymi obrazami lub wizerunkami innych osób w zakresie koniecznym dla celów opisanych wyżej.