



REGULAMIN

PÓŁMARATON Borów Dolnośląskich

ZAMKOWY Bieg na Zdrowie

BIEG SKRZATA

KLICZKÓW KROSS DUATHLON

NORDIC WALKING

REGULAMIN

DATA

Zawody odbędą się w sobotę **06 maja 2023** r. przy Zamku Kliczków.

	KONKURENCJE	DYSTANS	GODZINA STARTU
1.	PÓŁMARATON Borów Dolnośląskich	21 km	11:00
2.	ZAMKOWY Bieg na Zdrowie	10 km	11:50
3.	KLICZKÓW KROSS DUATHLON	5km/21km/2,5km	13:00
4.	KLICZKÓW KROSS DUATHLON - sztafeta	5km/21km/2,5km	13:00
5.	NORDIC WALKING	5km	13:10
6.	BIEG SKRZATA dla dzieci	100m/500m	14:30

MIEJSCE

Start Zawodów oraz strefa zmian znajdować się będzie w parku zamkowym Zamku Kliczków.

Meta Zawodów będzie również w parku zamkowym.

CEL

Upowszechnienie biegu oraz duathlonu jako wszechstronnej formy ruchu.

Propagowanie aktywności fizycznej oraz zdrowego stylu życia.

Promocja reprezentacyjnych miejsc Borów Dolnośląskich oraz Zamku w Kliczkowie.

Popularyzacja biegów i duathlonu w regionie.

Nadrzędnym celem zawodów jest profilaktyka zapobiegania depresji.

HARMONOGRAM ZAWODÓW

Sobota 06 maja 2023

08:00 - otwarcie Biura Zawodów – Zamek Kliczków

10:00 - otwarcie strefy zmian T1 dla zawodników

12:30 - zamknięcie biura zawodów

11:00 - start Zawodów na dystansie PÓŁMARATON 21 km

11:50 - start Zawodów na dystansie DYCHA 10 km

13:00 - start Zawodów DUATHLONOWYCH 5/21/2,5

13:10 - start Zawodów Nordic Walking na 5 km

12:15 - prawdopodobna godzina dotarcia pierwszego zawodnika na metę

14:30 - start zawodów dla dzieci BIEG SKRZATA

15:30 - uroczystość wręczenia nagród i oficjalne zamknięcie zawodów

16:00 - koniec Zawodów

ORGANIZATOR

- ZAMEK KLICZKÓW
- FUNDACJA WSPIERJAMY ZDROWIE
- STEFAŃCZYK STUDIO
- FUNDACJA GO4LIFE
- MUZYCZNE RADIO – patron medialny

WARUNKI UCZESTNICTWA

W zawodach mogą wziąć udział osoby, które (najpóźniej w dniu startu) mają ukończone 18 lat, opłacą opłatę startową, a także, w czasie weryfikacji w Biurze Zawodów, przedstawią dokument potwierdzający tożsamość oraz podpiszą kartę zawodnika wraz z oświadczeniem o starcie z własnej woli i na własną odpowiedzialność.

We wszystkich konkurencjach dopuszcza się również start zawodników, którzy w dniu zawodów mają nieukończone 18 lat. W ich przypadku konieczne jest pisemne oświadczenie wyrażenia zgody na start w Zawodach przez rodzica lub opiekuna prawnego będącego na miejscu Zawodów.

Warunkiem uczestnictwa w biegach dla dzieci jest zgłoszenie/zapisanie w biurze zawodów dnia 06 maja 2023 oraz prawidłowe wypełnienie Oświadczenia Rodzica lub Opiekuna prawnego o zdolności dziecka do udziału w biegu z podpisem rodzica bądź opiekuna prawnego, wyrażającego zgodę na udział w Biegu osoby niepełnoletniej i biorącego za nią odpowiedzialność.

W SZTAFECIE MOŻE STARTOWAĆ DWÓCH ZAWODNIKÓW. Mile widziane pary 😊

REJESTRACJA I ZGŁOSZENIA

Zgłoszenia do Zawodów będą przyjmowane jedynie za pośrednictwem oficjalnej strony internetowej. Link do formularza zgłoszeniowego dostępny jest w zakładce ZAPISY. Po wypełnieniu formularza zgłoszeniowego, zawodnik dokonuje opłaty startowej (w wysokości zgodnej z Tabelą Opłat Startowych obowiązującej w dniu dokonywania płatności). Po otrzymaniu opłaty startowej Organizator wpisze zawodnika na listę startową. Rejestracja Sztafet odbywa się poprzez zgłoszenie kapitana. W zawodach nie ma limitu uczestników.

ZASADY ROZGRYWANIA ZAWODÓW

Zawody odbędą się na kilku dystansach. Trasa biegowa oraz kolarska przebiegać będzie po duktach leśnych dlatego zalecamy buty przełajowe oraz rower Gravel lub MTB.

Część biegowa - Trasa jest wymierzona metodą GPS. Zawodnicy będą mieli do pokonania 21 km oraz 10 km. Start i meta przy Zamku Kliczków. Trasy zostaną poprowadzone „duktami leśnymi” po ubitej twardej drodze leśnej. Start półmaratonu odbędzie się o godzinie 11:00, a na 10 km o godzinie 11:50, tak by zawodnicy wspólnie wbiegali na metę, co uatrakcyjni kibicowanie.

Nordic Walking na dystansie 5 km drogą leśną.

Część Duathlonowa 28,5 km

DUATHLON - dyscyplina sportowa będąca jedną z odmian triathlonu. Zawodnicy kolejno: biegną, jadą rowerem i znowu biegną.

Trasa biegowa zostanie rozegrana na 2,5 km pętli.

Trasa kolarska wynosi 21 km.

Jest to trasa, poprowadzona przez drogi leśne. Twarde, ubite, czasem piaszczyste. Zalecamy rower typu Gravel lub MTB.

START: godzina 13:00

- Zaczynamy biegiem 5 km (2x pętla 2,5 km)
- Następnie wbiegamy do Strefy Zmian, gdzie zawodnicy podbiegają do swojego roweru oznaczonego nr startowym, zmieniają buty biegowe na kolarskie, zakładają kask i wybiegają z rowerem do linii startu odcinka kolarskiego.
- Rower 21 km – pętla 21 km.
- Po zakończeniu części rowerowej ponownie wbiegamy do Strefy zmian, pozostawiamy rower i kask, zmieniamy buty na biegowe i przystępujemy do 2 części biegowej na 2,5 km.
- Po zakończeniu odcinka biegowego 2,5 km wbiegamy na metę i kończymy zawody.

Kask rowerowy jest obowiązkowy na całej trasie rowerowej: musi być założony i zapięty przez cały czas – od momentu wyjścia ze strefy zmian T, aż do momentu wejścia do strefy zmian w T.

Dozwolone są wszystkie rowery jeżdżące w terenie.

Rower musi być sprawny, co będzie weryfikowane podczas deponowania rowerów w strefie zmian T. Sędziowie mają prawo nie dopuścić do startu zawodnika, którego sprzęt nie spełnia wymogów.

Każdy zawodnik jest zobowiązany do poruszania się (w czasie trwania wszystkich etapów wyścigu) w taki sposób, aby nie narazić na niebezpieczeństwo innych zawodników i/lub kibiców, bądź obsługi Zawodów.

Nie wolno wyrzucać na trasie zawodów odpadków (np. opakowania po żelach, bidonów itp.). Dozwolone jest to tylko w wyznaczonych miejscach. Zawodnicy śmiejący na trasie zawodów mogą zostać zdyskwalifikowani.

Numer startowy wchodzący w skład pakietu startowego musi być widoczny przez cały czas trwania zawodów i nie może być modyfikowany przez zawodnika. Na etapie rowerowym ma być umieszczony z tyłu zawodnika, na etapie biegowym z przodu.

Na wszystkich dystansach **punkty żywieniowe** będą zlokalizowane w wyznaczonych miejscach (na mapie).

KLASYFIKACJE I KATEGORIE

W czasie Zawodów prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- Open: półmaraton, dycha, duathlon, duathlon sztafeta
- MISTRZOSTWA BORÓW DOLNOŚLĄSKICH SŁUŻB MUNDUROWYCH (wszystkie dyscypliny)

Przewidziane są puchary.

Każdy zawodnik na mecie otrzyma pamiątkowy medal.

OPŁATY STARTOWE

	KONKURENCJA	do 20 marca 2023r.	do 15 kwietnia 2023r.	do 4 maja 2023r.	w dniu zawodów
1.	PÓŁMARATON Borów Dolnośląskich	95 zł	105 zł	115 zł	125 zł
2.	ZAMKOWY Bieg na Zdrowie	70 zł	77 zł	88 zł	94 zł
3.	KLICZKÓW KROSS DUATHLON	111 zł	122 zł	134 zł	148 zł
4.	KLICZKÓW KROSS DUATHLON - sztafeta	133 zł	146 zł	160 zł	175 zł
5.	NORDIC WALKING	50 zł	55 zł	60 zł	65 zł
6.	BIEG SKRZATA dla dzieci	bezpłatnie	bezpłatnie	bezpłatnie	bezpłatnie

W cenie pakietu:

- komplet numerów startowych
- pomiar czasu
- bufet w trakcie zawodów oraz w strefie finiszera
- oprawa medialna
- koszty organizacji zawodów
- zabezpieczenie medyczne

OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27.04.2016 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) (Dz. Urz. UE L 119, s. 1) dalej RODO informuję, iż:

1. Administratorem danych osobowych jest Fundacja „Wspierajmy Zdrowie”, ul. Jeleniogórska 4, 59-700 Bolesławiec.

2. Podanie danych jest dobrowolne, jednak odmowa ujawnienia danych organizatorowi skutkować będzie brakiem możliwości wzięcia udziału w zawodach.
3. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych na potrzeby organizacji biegów zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady UE 2016/679 z dnia 27.04.2016 r. w sprawie przepływu danych oraz uchylecia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych „RODO”).
4. Uczestnik wyraża zgodę na wykorzystanie przez Organizatora wizerunku ze zdjęć oraz filmów wykonanych w dniu zawodów. Przetwarzanie danych, o którym mowa w ust. 3 obejmuje również publikację: imienia, nazwiska, roku urodzenia, nazwy miejscowości i nazwy klubu. Poprzez przystąpienie do biegu uczestnik udziela Organizatorowi nieodpłatnej licencji na wykorzystanie jego wizerunku na wszystkich polach eksploatacji, w tym: utrwalania i rozpowszechniania w dowolnej formie oraz wprowadzanie do pamięci komputera, wykorzystania do promocji i organizacji imprez Organizatora, udostępniania sponsorom oraz partnerom biegu w celu ich promocji w kontekście udziału w imprezie, zamieszczania i publikowania w wydawnictwach Organizatora, na promocyjnych materiałach drukowanych Organizatora, w prasie, na stronach internetowych oraz w przekazach telewizyjnych i radiowych.
5. Podanie przez uczestników przedmiotowych danych osobowych jest konieczne w celu udziału w biegu.
6. Każdy uczestnik ma prawo do dostępu do danych, prawo do usunięcia danych, prawo do ograniczenia przetwarzania danych, prawo do sprostowania danych, prawo sprzeciwu - korzystanie z uprawnień przysługujących osobie, której dane dotyczą, realizowane jest w oparciu o zasady i przepisy o ochronie danych osobowych.
7. Dane będą przechowywane nie dłużej niż jest to konieczne.
8. Dane osobowe uczestników są przetwarzane z zachowaniem szczególnej staranności, przy zastosowaniu wysokiego poziomu bezpieczeństwa narzuconego przepisami prawa z zakresu ochrony danych osobowych. Dane nie są przekazywane do państwa trzeciego ani do organizacji międzynarodowych i są chronione przed nieuprawnionym dostępem.
9. W związku z przetwarzaniem danych osobowych, każdy uczestnik ma prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego: Biuro Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych Adres: Stawki 2, 00-193 Warszawa.
10. Administrator danych nie będzie podejmował wobec uczestników zautomatyzowanych decyzji, w tym decyzji będących wynikiem profilowania.
11. Wydarzenia organizowane lub współorganizowane przez Administratora danych są dokumentowane w postaci fotorelacji. Zdjęcia, które w myśl art. 81 ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. z 2022 r. poz. 2509 ze zm.) nie stanowią rozpowszechniania wizerunku, mogą być publikowane na stronach www lub przekazywane mediom.

UWAGI KOŃCOWE

Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników.

W czasie trwania zawodów Organizator zapewnia opiekę medyczną.

Na mecie znajdować się będzie strefa zawodnika, w której dostępne będą napoje i jedzenie dla zawodników.

Odbiór nagród i statuetek może nastąpić wyłącznie osobiście podczas kończącej zawody ceremonii wręczenia nagród.

W przypadku niespodziewanych klęsk żywiołowych takich jak powódź, sztorm, grad, huragan, ulewny deszcz, burze z piorunami itp., Organizator zastrzega sobie możliwość odwołania imprezy i przełożenie jej na inny termin lub zmiany formuły zawodów.

W przypadku odwołania biegu z przyczyn leżących po stronie Organizatora, Uczestnik otrzyma zwrot w wysokości 100% wpłaconej kwoty.

Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko.

Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w zawodach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwości odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Uczestnicy Zawodów powinni rozważyć ubezpieczenie się od następstw nieszczęśliwych wypadków w szerszym zakresie.

Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione podczas imprezy.

Uczestnik nieprzestrzegający niniejszego Regulaminu może zostać zdyskwalifikowany lub niedopuszczony do startu w Zawodach. Sprawy nie objęte Regulaminem rozstrzyga Organizator.

Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.

REZERWACJA NOCLEGÓW

Na hasło (kod rabatowy) BIEGI, obowiązuje 10% zniżka na noclegi w dniach 5 i 6 maja 2023r. Pula pokoi ograniczona. Kod rabatowy wpisujemy na stronie www.kliczkow.com.pl w zakładce Rezerwacja.



KONTAKT

- trasy, dystanse, zapisy - **tel. 603 940 056**
- opłaty startowe - E-mail: fundacjawspierajmyzdrowie@gmail.com
- rezerwacje noclegu - www.kliczkow.com.pl w zakładce Rezerwacja.

OPŁATA STARTOWA

FUNDACJA WSPIARAJMY ZDROWIE

59-700 Bolesławiec

ul. Jeleniogórska 4

KRS: 0000295277 REGON: 020677900 NIP: 6121811640

E-mail: fundacjawspierajmyzdrowie@gmail.com

nr konta: 55 1600 1462 1895 5796 4000 0004