

**Regulamin**  
**biegu, marszu, jazdy na rowerze w ramach projektu**  
**„4 Pory Roku – Dębowa Góra” – V edycja – 2023**

**I. Cel:**

1. Promowanie walorów turystycznych masywu Dębowa Góra i Gminy Wyrzysk.
2. Popularyzacja biegania, maszerowania, kolarstwa i rekreacji ruchowej.
3. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia, integracja środowiska sympatyków biegania i Nordic Walking (marsz z kijkami) i jazdy na rowerze.
4. Wyłonienie najlepszych biegaczy, kijkarzy i kolarzy uczestniczących w projekcie.
5. Połączenie sportowej rywalizacji z rekreacją.
6. Poprawa kondycji fizycznej poprzez aktywny wypoczynek.
7. Rodzinne bieganie, spacerowanie, rowerowanie.
8. Propagowanie rywalizacji w duchu fair play.

**II. Organizatorzy:**

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Wyrzysku

ul. Plac Wojska Polskiego 19

89-300 Wyrzysk

tel. 67 255 90 89

e-mail: osirwyrzysk@osirwyrzysk.pl

Beata Borowczak – Kierownik Ośrodka Sportu i Rekreacji w Wyrzysku

e-mail: kierownik@osirwyrzysk.pl

tel. 607 343 543

Wacław Bąk – Sędzia Główny

**III. Partnerzy:**

1. Gmina Wyrzysk.
2. Nadleśnictwo Kaczory.
3. Leśnictwo Zielonagóra.
4. OSP Wyrzysk.

**IV. Terminy i miejsce:**

1. Cykl składa się z czterech biegów:

a) Wiosna – 25 marca 2023,

b) Lato – 24 czerwca 2023,

c) Jesień – 23 września 2023,

d) Zima – 16 grudnia 2023.

2. Miasteczko startowe znajduje się na parkingu leśnym przy leśniczówce Zielonagóra.

3. Biuro Zawodów będzie czynne od 9:30 do 10:30(dla biegaczy i kijkarzy), od 11:10 do 12:10 dla rowerzystów.

do

4. Start biegów/marszów nastąpi o godzinie 11:00, start rowerzystów ok. godz. 13:00.

**V. Trasa:**

1. Trasa biegu, marszu i jazdy rowerem jest położona na terenie Dębowej Góry.

2. Długość trasy biegu – szlak żółty ok.9,5 km.

3. Długość trasy Nordic Walking – szlak niebieski ok. 5,5 km.

4. Trasa jazdy rowerowej:

- trasa żółta ok. 9,5 km

- trasa czerwona ok. 14,5 km

**VI. Pomiar czasu:**

1. W biegu, marszu i rowerowaniu będzie prowadzony elektroniczny pomiar czasu.

2. Pomiar czasu wykona Piotr Kołodziejczyk z Białogardu przy pomocy systemu chipów do pomiaru elektronicznego (chip do zwrotu).
3. Warunkiem sklasyfikowania na mecie jest posiadanie numeru startowego.
4. Chip zdejmujemy zaraz po biegu/marszu/rowerowaniu i zwracamy w biurze zawodów.

#### **VII. Zgłoszenia:**

1. Zgłoszenia prowadzone są drogą elektroniczną na stronie internetowej: [www.biegnijmy.pl](http://www.biegnijmy.pl) do czwartku poprzedzającego termin imprezy do godziny 20:00 oraz w biurze zawodów w dniu imprezy.
2. Zgłoszenie internetowe jest ważne po dokonaniu opłaty startowej.
3. Dokonanie rejestracji jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.
4. Po wyczerpaniu tego limitu nie będzie możliwości wzięcia udziału w biegu/marszu dla kolejnych zawodników.
5. Numery startowe oraz chip wydawane będą w biurze zawodów po okazaniu dokumentu tożsamości oraz podpisaniu oświadczenia.

#### **VIII. Warunki uczestnictwa:**

1. W cyklu mogą uczestniczyć kobiety i mężczyźni, którzy ukończyli 15. rok życia i wnieśli opłatę startową oraz nie mają przeciwwskazań zdrowotnych do startu w zawodach, co muszą potwierdzić, podpisując przed zawodami stosowne oświadczenie. Oświadczenie w imieniu zawodników niepełnoletnich podpisują ich opiekunowie prawni.
2. Udział osób do 18 roku życia wynosi 50 % opłaty bazowej dla każdego.
3. Limit zapisów w dniu zawodów wynosi po 20 osób dla każdej dyscypliny osobno.
4. Zawodnicy biorący udział w cyklu od 1 do 100 otrzymują pamiątkowy medal. Zawodnicy od 101 wzwyż otrzymają medal na kolejnej imprezie w cyklu.
5. W skład **pakietu startowego** wchodzi:
  - a) numer startowy, który staje się numerem na cały cykl(należy go przechować na kolejny start i przywozić ze sobą),
  - b) pamiątkowy medal (po każdym biegu/marszu/rowerowaniu),
  - c) posiłek regeneracyjny.
6. Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w biegu/marszu/rowerowaniu w szczególności zasada fair play oraz niniejszego regulaminu.
7. Zawodnicy skracający trasę biegu/marszu/ jazdy na rowerze zostaną zdyskwalifikowani.
8. Jeśli zawodnik wycofa się w trakcie rywalizacji musi niezwłocznie poinformować o tym organizatorów. Osoby, które nie zgłoszą swojego zejścia z trasy mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej.
9. **Bieg podczas NW i skracanie trasy( bieg, marsz, jazda na rowerze) jest równoznaczne z automatyczną dyskwalifikacją, zawodnicy pilnują się sami, o nieprawidłowościach informują organizatorów( propagowanie rywalizacji w duchu fair play).**
10. **Dyskwalifikacja zawodnika wyklucza go z uczestnictwa w całym cyklu.**
11. **Na wybranym marszu może pojawić się licencjonowany sędzia NW, który będzie weryfikował prawidłowy marsz i zdawał relację organizatorowi (może filmować uczestników kamerą – materiały tylko do wglądu organizatora i ewentualnie zainteresowanego uczestnika).**

#### **IX. Rowerowa Dębowa Góra (nowość 2023)**

1. Dla amatorów, tych, którzy chcą pojeździć, pościgać się na rowerze ale nie koniecznie w długim i trudnym maratonie. Długość dystansów ( ok 9,5 km i ok 14,5 km ) dostępna jest dla każdego- jednym słowem : krótki bezpieczny i łatwy wyścig dla każdego.
2. Dla zaawansowanych aby sprawdzić swoje możliwości w przygotowaniach do sezonu albo potraktować trasę jako trening w celu osiągnięcia wyższego poziomu lub jako

spokojną jazdę rowerową , podczas której świetnie będziecie się bawić w towarzystwie innych pasjonatów dwóch kółek.

#### **X. Opłata startowa:**

1. Opłaty startowe:
  - cykl 4 biegów/marszów/jazdy na rowerze z pakietem startowym – 140,00 zł,
  - pojedynczy bieg/marsz/rowerowanie z pakietem startowym wpłata online -40,00 zł,
  - pojedynczy bieg/marsz/rowerowanie z pakietem startowym wpłata w biurze zawodów w dniu imprezy – 60,00 zł.
2. Opłatę startową należy wpłacić na konto OSiR w Wyrzysku, ul. Plac Wojska Polskiego 19, 89-300 Wyrzysk: **BANK SPÓŁDZIELCZY W WIĘCBORKU 67 8162 0003 0027 5394 2000 0010**. W tytule przelewu należy podać: imię i nazwisko zawodnika, miejscowość, wybrany dystans, nazwę: bieg/marsz/rowerowanie (Wiosna, Lato, Jesień, Zima) i dopisek „4 Pory Roku – Dębowa Góra 2023”.
3. Opłata startowa raz uiszczona nie podlega zwrotowi.
4. Nie ma możliwości przeniesienia opłaty startowej na innego uczestnika w przypadku rezygnacji z uczestnictwa biegu/marszu/ jazdy na rowerze.

#### **XI. Ustalenie kolejności:**

1. Klasyfikację indywidualną prowadzi się na podstawie liczby zdobytych punktów podczas wszystkich czterech biegów i marszów wchodzących w skład cyklu.
2. Warunkiem sklasyfikowania w klasyfikacji końcowej cyklu „4 Pory Roku – Dębowa Góra” jest udział w **3 biegach/marszach/rowerowaniach**.
3. Zawodnik za ukończenie każdego biegu/marszu/rowerowaniu otrzymuje 10 punktów. Dodatkowe punkty otrzymuje się za miejsce w pierwszej trzydziestce każdego biegu/marszu/rowerowania. Zwycięzca biegu/marszu/ jazdy na rowerze otrzymuje 30 punktów, drugi zawodnik 29 punktów i tak dalej aż do 30 zawodnika, który otrzymuje dodatkowo 1 punkt. Dodatkowe punkty oblicza się osobno dla mężczyzn i osobno dla kobiet, tzn. najlepsza na mecie kobieta również otrzymuje 30 punktów.
4. W przypadku zdobycia takiej samej ilości punktów kolejność na koniec cyklu ustalana jest na podstawie:
  - a) większej liczby startów
  - b) większej liczby pierwszych miejsc,
  - c) większej liczby drugich miejsc,
  - d) większej liczby trzecich miejsc itd.
5. Uroczyste podsumowanie cyklu dla laureatów nastąpi po zakończeniu cyklu.

#### **XII. Nagrody:**

1. Organizator na koniec cyklu zaprosi na podsumowanie najlepszych zawodników w klasyfikacji OPEN oraz w kategoriach wiekowych:
  - a) M15 i K15 – od 15 do 19 lat,
  - b) M20 i K20 – od 20 do 29 lat,
  - c) M30 i K30 – od 30 do 39 lat,
  - d) M40 i K40 – od 40 do 49 lat,
  - e) M50 i K50 – od 50 do 59 lat,
  - f) M60+ i K60+ – 60 lat lub więcej.

O przynależność do poszczególnych kategorii wiekowych decyduje rok urodzenia w chwili rozpoczęcia cyklu.
2. W miarę możliwości uczestnicy otrzymują nagrody.
3. Kategorie zostaną utworzone tylko w przypadku sklasyfikowania w nich co najmniej 3 zawodników/zawodniczek.
4. Nagrody nie dublują się.

### **XIII. Kary:**

Ukaranie zawodnika może nastąpić w przypadku:

- a) złamania regulaminu,
- b) naruszenie zasad fair play,
- c) umyślnej zmiany trasy,
- d) używania wulgarnych słów, ublizania innym osobom.

Decyzja w sprawie zastosowania kary i jej formy (dyskwalifikacja lub odebranie punktów) należy do organizatorów zawodów.

### **XIV. Sprawy sporne:**

1. Każdemu zawodnikowi przysługuje prawo pisemnego zgłoszenia protestu najpóźniej 15 minut po zamknięciu mety.
2. Zgłoszenie wymaga wpłacenia kaucji na rzecz organizatora w wysokości 150 zł.
3. Kaucja zostanie zwrócona jedynie w przypadku przyznania racji zgłaszającemu protest.

### **XV. Polityka prywatności:**

1. Administratorem danych osobowych w rozumieniu ustawy o ochronie danych osobowych, a od dnia 25 maja 2018 r. zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Europy (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 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) jest Ośrodek Sportu i Rekreacji w Wyrzysku, ul. Plac Wojska Polskiego 19, 89-300 Wyrzysk (zwany dalej „Administratorem”).
2. Przekazanie danych osobowych przez zawodnika Organizatorowi jest dobrowolne, jednakże stanowi warunek uczestnictwa w biegu/marszu/rowerowaniu. Przetwarzanie danych odbywa się zgodnie z przepisami ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych, a od dnia 25 maja 2018 r. zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Europy (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 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).
3. Warunkiem uczestnictwa w biegu/marszu/rowerowaniu jest wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych zawodnika, w tym do ich udostępnienia przez Ośrodek Sportu i Rekreacji w Wyrzysku, w celu zamieszczania wyników biegu/marszu/rowerowaniu oraz na nieodpłatną publikację wizerunku utrwalonego w przekazach telewizyjnych, internetowych, radiu, gazetach, magazynach i umieszczania wizerunku w materiałach promocyjno-reklamowych wydawanych przez Ośrodek Sportu i Rekreacji w Wyrzysku. Ponadto, warunkiem uczestnictwa jest wyrażenie zgody na gromadzenie danych zawodnika do potrzeb administracyjnych i analitycznych oraz na nieodpłatne wykorzystanie wizerunku zawodnika utrwalonego w formie fotografii lub zapisu video.
4. Administrator może przekazać lub udostępnić dane osobowe wyłącznie tym podmiotom lub osobom (np. wolontariuszom wydającym pakiety), które realizują na zlecenie Organizatora czynności związane z organizacją i przebiegiem biegu, wyłącznie w zakresie niezbędnym do realizacji biegu.
5. Administrator dba o bezpieczeństwo danych osobowych udostępnionych przez zawodników zgodnie z przepisami ustawy o ochronie danych osobowych, a od dnia 25 maja 2018 r. zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Europy (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 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). Dane te są szczególnie chronione i zabezpieczone przed dostępem osób nieupoważnionych. Administrator zapewnia zawodnikom realizację uprawnień wynikających z ustawy o ochronie danych osobowych, a od dnia 25 maja 2018 r. zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Europy (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia

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).

#### **XVII. Postanowienie końcowe:**

1. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników imprezy. Jednocześnie informuje, iż nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w biegu.
2. Organizator zapewnia opiekę medyczną. Decyzja personelu medycznego dotycząca dopuszczenia lub kontynuowania uczestnictwa w imprezie jest ostateczna i nieodwołalna.
3. Organizator zaleca uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w cyklu.
4. Zawodnicy startujący w biegu/marszu/rowerowaniu mają obowiązek poruszać się po wyznaczonej trasie.
5. Chip po założeniu na buta jest gotowy do użycia.
6. Brak numeru startowego podczas biegu/marszu/rowerowaniu jest niedozwolony i będzie skutkować dyskwalifikacją.
7. Zawodnicy bez numeru startowego będą usuwani z trasy przez sędziów i personel pomocniczy.
8. Każdy uczestnik biorący udział w rowerowaniu musi posiadać kask na głowie podczas zawodów.
9. Wszyscy uczestnicy cyklu a w szczególności rowerowania zobowiązani są do szczególnej ostrożności jadąc duktami leśnymi (wystające korzenie, nierówna nawierzchnia trasy).
10. Organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe i rzeczy zgubione w czasie trwania imprezy.
11. Organizator zapewnia posiłek regeneracyjny.
12. Wyniki będą dostępne po zakończeniu imprezy na stronie [www.osirwyrzysk.pl](http://www.osirwyrzysk.pl) i na FB.
13. Parking dla samochodów znajduje się wzdłuż drogi przy leśniczówce Zielona Góra.
14. Imprezy odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
15. Prawo interpretacji niniejszego regulaminu przysługuje organizatorowi.
16. W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem decydujący głos ma organizator.

\*rowerowanie- jazda na rowerze (SJP)

**(-) Organizator**