



## REGULAMIN

### VII edycji cyklu „4 Pory Roku Dębowa Góra 2025”

#### 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, Nordic Walking (marsz z kijkami) i jazdy na rowerze.
4. Wyłonienie najlepszych biegaczy, kajakarzy i kolarzy uczestniczących w projekcie.
5. Połączenie sportowej rywalizacji z rekreacją.
6. Poprawa kondycji fizycznej poprzez aktywny wypoczynek.
7. Rodzinne bieganie, spacerowanie i rowerowanie.
8. Propagowanie rywalizacji w duchu fair play.

#### II. Organizatorzy

1. Ośrodek Sportu i Rekreacji w Wyrzysku  
ul. Plac Wojska Polskiego 19  
89-300 Wyrzysk  
tel. 67-255-90-89  
e-mail: [osirwyrzysk@osirwyrzysk.pl](mailto:osirwyrzysk@osirwyrzysk.pl).
2. Sędzia Główny – Waclaw Bąk.

#### III. Partnerzy

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

#### IV. Termin i miejsce

1. Cykl składa się z czterech imprez sportowych:
  - **WIOSNA – 22 marca 2025,**
  - **LATO – 28 czerwca 2025,**

- **JESIEN** – 20 września 2025,
- **ZIMA** – 13 grudnia 2025.

1. Miasteczko startowe znajduje się na parkingu leśnym przy Leśniczówce Zielonagóra.
2. Biuro Zawodów będzie czynne od 9:30 do 10:30 dla biegaczy i kijkarzy oraz od 11:10 do 12:10 dla rowerzystów.
3. Start biegu/marszu nastąpi o godzinie 11:00, a start rowerzystów ok. godziny 12:15.

## **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. Długość trasy rowerowej – szlak żółty ok. 9,5 km lub szlak czerwony 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 systemów 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. 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 wnosi 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 otrzymują medal na kolejnej imprezie cyklu.
5. W skład pakietu startowego wchodzi:
  - numer startowy,
  - pamiątkowy medal (po każdym biegu/marszu/rowerowaniu),
  - posiłek regeneracyjny.
1. 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.
2. Zawodnicy skracający trasę biegu/marszu/jazdy na rowerze zostaną zdyskwalifikowani.
3. 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.
4. **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).**
5. **Dyskwalifikacja zawodnika wyklucza go z uczestnictwa w całym cyklu.**
6. **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**

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 – 120,00 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.
1. 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 2025”.
2. Jeżeli uczestnik bierze udział w 2 dyscyplinach opłata jest jedna.
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. Klasyfikacje indywidualną prowadzi się na podstawie liczby zdobytych punktów podczas wszystkich czterech biegów, marszów i jazdy na rowerze 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 za miejsce w pierwszej trzydziestce każdego biegu/marszu/rowerowaniu. Zwycięzca biegu/marszu/jazdy na rowerze otrzymuje 30 punktów, drugi 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:
5. Uroczyste podsumowanie cyklu dla laureatów nastąpi po zakończeniu cyklu.
  - większej liczby startów,
  - większej liczby pierwszych miejsc,
  - większej liczby drugich miejsc itd.

## **XII. Nagrody**

1. Organizator na koniec cyklu zaprosi na podsumowanie najlepszych zawodników w klasyfikacji OPEN oraz w kategoriach wiekowych:

- M15 i K15 – od 15 do 19 lat,
- M20 i K20 – od 20 do 29 lat,
- M30 i K30 – od 30 do 39 lat,
- M40 i K40 – od 40 do 49 lat,
- M50 i K50 – od 50 do 59 lat,
- M60+ i K60+ – 60 lat lub więcej.

O przynależności do poszczególnych kategorii wiekowych decyduje rok urodzenia w chwili rozpoczęcia cyklu.

1. W miarę możliwości uczestnicy otrzymują nagrody.
2. Kategorie wiekowe zostaną utworzone tylko w przypadku sklasyfikowania w nich co najmniej 3 zawodników/zawodniczek.
3. Nagrody nie dublują się.

## **XIII. Kary**

Ukaranie zawodnika może nastąpić w przypadku:

- złamania regulaminu,
- naruszenie zasad fair play,
- umyślnej zmiany trasy,
- używania wulgarnych słów, ubliżania 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. Przetwarzanie danych osobowych**

1. Administratorem danych osobowych jest Ośrodek Sportu i Rekreacji w Wyrzysku, ul. Plac Wojska Polskiego 19, 89-300 Wyrzysk (zwany dalej „Administratorem”), tel.: 67-255-90-89, e-mail: osirwyrzysk@osirwyrzysk.pl.

2. W sprawach związanych z ochroną danych osobowych możliwe jest skontaktowanie się z inspektorem ochrony danych - tel.: 792 304 042; e-mail: inspektor@rodo-krp.pl.
3. Dane osobowe są przetwarzane w celu zorganizowania VII edycji cyklu „4 Pory Roku Dębowa Góra 2025”, w tym umożliwienia zapisów, pomiaru czasu, publikacji wyników oraz promocji wydarzenia, w szczególności przez opublikowanie fotografii i filmów w przekazach telewizyjnych, internetowych, radiu, gazetach, magazynach i umieszczania wizerunku w materiałach promocyjno-reklamowych wydawanych przez Ośrodek Sportu i Rekreacji w Wyrzysku.
4. Podstawą przetwarzania danych osobowych jest niezbędność przetwarzania w związku z realizowaniem zadania publicznego (art. 6 ust. 1 lit. e) RODO) lub zgoda na przetwarzanie danych osobowych (art. 6 ust. 1 lit. a) RODO.
5. Przekazanie danych osobowych organizatorowi przez zawodnika jest dobrowolne, jednakże w zakresie wymaganym w procesie rejestracji niezbędne do uczestniczenia w biegu/marszu/rowerowaniu.
6. Administrator może przekazać lub udostępnić dane osobowe wyłącznie tym podmiotom lub osobom (np. wolontariuszom wydającym pakiety, podmiotom zapewniającym pomiar czasu, hosting, rejestrację), które realizują na zlecenie organizatora czynności związane z organizacją i przebiegiem imprezy, wyłącznie w zakresie niezbędnym do realizacji biegu/marszu/jazdy na rowerze, na podstawie przepisów prawa lub w drodze powierzenia przetwarzania danych osobowych.
7. Uczestnikom wydarzenia przysługuje prawo do dostępu do danych, ich sprostowania lub uzupełnienia, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, a także wyrażenia sprzeciwu i złożenia skargi do Prezesa UODO. W przypadku wyrażenia zgody na przetwarzanie danych osobowych, uczestnikom przysługuje prawo do jej wycofania w dowolnym momencie, co nie wpłynie na zgodność przetwarzania dokonanego przed wycofaniem zgody.
8. Dane osobowe nie podlegają zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji i profilowaniu.
9. Dane osobowe będą przechowywane przez czas niezbędny do realizacji celów wydarzenia, a później zgodnie z terminami przewidzianymi przepisami prawa.

## **XVI. Postanowienia 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/marszu/rowerowaniu.

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/jazdy na rowerze 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 facebook'u ośrodka.
13. Parking dla samochodów znajduje się wzdłuż drogi przy leśniczówce Zielonagóra.
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**