

REGULAMIN
VIII edycji cyklu „4 Pory Roku Dębowa Góra 2026”

1) 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, kijkarzy i rowerzystów 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.

2) 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.
2. Dariusz Bąk – Kierownik Ośrodka Sportu i Rekreacji
e-mail: kierownik@osirwyrzysk.pl
tel. 782-682-580
3. Piotr Kołodziejczyk – Sędzia Główny

3) Partnerzy

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

4) Termin i miejsce

1. Cykl składa się z czterech imprez sportowych:
 - **WIOSNA – 22 MARCA 2026,**
 - **LATO – 28 CZERWCA 2026,**

- **JESIEŃ – 27 WRZEŚNIA 2026,**
 - **ZIMA – 13 GRUDNIA 2026.**
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 oraz od 11:10 do 12:10 dla rowerzystów.
 4. Start biegu/marszu nastąpi o godzinie 11:00, a start rowerzystów ok. godziny 12:15.

5) Trasa

1. Trasa biegu marszu i jazdy na rowerze jest położona na terenie Dębowej Góry.
2. Długość trasy Nordic Walking – szlak niebieski ok. 5 km.
3. Długość trasy biegu – szlak żółty ok. 8,9 km.
4. Długość trasy rowerowej – szlak żółty ok. 8,9 km lub szlak czerwony ok. 14,5 km.

6) Pomiar czasu

1. W biegu i marszu i rowerowaniu będzie prowadzony elektroniczny pomiar czasu.
2. Pomiar czasu wykona Piotr Kołodziejczyk z Białogardu przy pomocy systemów chipów do pomiaru elektronicznego.
3. Warunkiem sklasyfikowania na mecie jest posiadanie numeru startowego.
4. Chip zdejmujemy zaraz po biegu/marszu/rowerowaniu i zwracamy w biurze zawodów.

7) Zgłoszenia

1. Zgłoszenia prowadzone są drogą elektroniczną na stronie internetowej 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.

8) 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.

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),
 - koszulka sportowa*,
 - posiłek regeneracyjny.

* koszulkę sportową otrzymują zawodnicy, którzy opłacili pakiet startowy z koszulką do dnia 31 maja (opłaty startowe podane w pkt. 10 regulaminu).

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, jazdy 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 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).

9) 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 przygotowaniu 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.

10) Opłata startowa

1. Opłaty startowe:
 - cykl 4 biegów/marszów/jazdy na rowerze bez koszulki – 120,00 zł,
 - cykl 4 biegów/marszów/jazdy na rowerze z koszulką – 150,00 zł,
 - pojedynczy bieg/marsz/rowerowanie z pakietem startowym wpłata online bez koszulki – 40,00 zł,
 - pojedynczy bieg/marsz/rowerowanie z pakietem startowym wpłata online z koszulką do 31 maja – 70,00 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 WIĘCIBORKU 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 2026”.
3. Jeżeli uczestnik bierze udział w 2 dyscyplinach opłata jest jedna.
4. Opłata startowa raz uiszczona nie podlega zwrotowi.
5. Nie ma możliwości przeniesienia opłaty startowej na innego uczestnika w przypadku rezygnacji z uczestnictwa biegu/marszu/jazdy na rowerze.

11) Ustalenie kolejności:

1. Klasyfikację 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 minimum **3 biegach/marszach/rowerowaniach**. W przypadku ukończenia wszystkich 4 zawodów do klasyfikacji brane będą pod uwagę 3 najlepsze wyniki w cyklu.
3. Zawodnik za ukończenie każdego biegu/marszu/rowerowania 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 tej samej ilości punktów kolejność na koniec cyklu ustalana jest na podstawie:

- większej liczby pierwszych miejsc,
- większej liczby drugich miejsc itd,
- większej liczby startów.

5. Klasyfikacja OPEN nie dubluje się z kategoriami wiekowymi.

6. Uroczyste podsumowanie cyklu dla laureatów nastąpi po zakończeniu cyklu.

12) 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.

2. W miarę możliwości uczestnicy otrzymują nagrody.

3. Kategorie nie dublują się.

4. W poszczególnych zawodach nagradzane będą następujące kategorie we wszystkich dyscyplinach:

- **WIOSNA:** K30, M30, K60+ i M60+;
- **LATO:** OPEN;
- **JESIEŃ:** K20, M20, K40 i M40;
- **ZIMA:** K15, M15, K50 i M50.

13) Kary

1. Ukaranie zawodnika może nastąpić w przypadku:

- złamania regulaminu,
- naruszenie zasad fair play,
- umyślnej zmiany trasy,
- używanie wulgarnych słów, ubliżania innym osobom.

2. Decyzja w sprawie zastosowania kary i jej formy (dyskwalifikacja lub odebranie punktów)

należy do organizatorów zawodów.

14) 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 100 zł.
3. Kaucja zostanie zwrócona jedynie w przypadku przyznania racji zgłaszającemu protest.

15) 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 VIII edycji cyklu „4 Pory Roku Dębowa Góra 2026”, 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 umieszczenia 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 wydający 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 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.

16) 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 i na

Facebooku 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 określonych przypadkach organizator dopuszcza sobie prawo do zmiany regulaminu.
17. W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem decydujący głos ma organizator.

*rowerowanie – jazda na rowerze (SJP)

(-) Organizator