

## **„BIEG dla Serc”**

### **Regulamin**

#### **I. CELE IMPREZY:**

1. Uczczenie na sportowo Międzynarodowego Dnia Dobroczynności.
2. Popularyzacja biegania i chodzenia, jako czynnej formy wypoczynku i najprostszej formy ruchu.
3. Propagowanie zdrowego stylu życia poprzez sport.
4. Integracja środowisk wolontaryjnych.

#### **II. ORGANIZATORZY:**

1. Fundacja Wspierania Inicjatyw Niekonwencjonalnych „Sub ventum”.
2. Centrum Inicjatyw Obywatelskich w Słupsku.

#### **III. WSPÓŁORGANIZATORZY:**

1. Parafia pw. św. Jana Kantego w Słupsku.
2. Nadleśnictwo „Leśny Dwór”.

#### **III TERMIN I MIEJSCE:**

1. Data: 4.09.2022 r., 13.00 – Start z parkingu parafialnego Parafii pw. św. Jana Kantego w Słupsku.
2. Miejsce: ul. Leśna 7a, 76-200 Słupsk.
3. Bieg Główny – dystans 5 km, Nordic Walking – dystans 5km.
4. Imprezy towarzyszące:
  - Bieg na dystansie 1km, 3km – starty symboliczne (rodzinne).
5. Nordic Walking – dystans 1km, 3km – starty symboliczne (rodzinne).
6. Biuro zawodów: ul. Leśna 7a, 76-200 Słupsk.



7. Biuro zawodów czynne w dniu 4.09.2022 r. w godz. 11.00-12.45
8. Bieg i NW na 5 km wystartuje o godz. 13.00, limit 1h.
9. Biegi i NW na dystansach 1km i 3km wystartują o godz. 13.05.

#### **IV TRASA BIEGU:**

1. Trasa selektywna, częściowo przebiegająca po utwardzonych traktach pieszo-leśnych Lasku Południowego miasta Słupska.
2. Trasa oznakowana, zabezpieczona.
3. Nawierzchnia: ścieżki leśne, płyty betonowe.

#### **V. POMIAR CZASU:**

1. W biegu i marszu pomiar czasu i ustalenie kolejności będzie dokonywać Fundacja HERKULESallSport za pomocą chipów aktywnych.
2. Posiadanie numeru startowego wraz z chipem jest warunkiem wystartowania w biegu i marszu oraz sklasyfikowania w komunikacie końcowym.

#### **VI. WARUNKI UCZESTNICTWA:**

1. W zawodach prawo startu mają osoby, które do dnia 4 września 2022 r. ukończą 18 lat (osoby niepełnoletnie mogą wziąć udział w biegu lub marszu wyłącznie za pisemną zgodą rodzica lub prawnego opiekuna, dostarczoną drogą e-mailową (scan), lub bezpośrednio do Biura zawodów najpóźniej w dniu biegu.
2. Zawodnicy przed startem muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów. Weryfikacja zawodników oraz wydawanie numerów startowych odbędzie się w biurze biegu znajdującym się w Słupsku, przy ul. Leśnej 7a, czynnym w godz. 11.00-12.45. w dniu zawodów.
3. Podczas weryfikacji zawodnik musi posiadać: dokument stwierdzający tożsamość – dowód osobisty (legitymację w przypadku małoletniej/go i zgodę opiekuna prawnego).



4. Podczas weryfikacji zawodnik musi przedstawić aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu i marszu lub własnoręcznie złożyć podpis w dniu zawodów pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu na własną odpowiedzialność.
5. Każdy zawodnik otrzyma numer startowy, który musi być przypięty w trakcie biegu z przodu koszulki.
6. Zawodnicy muszą przestrzegać regulaminu, obowiązujących przepisów, zarządzeń organizatorów oraz służb porządkowych.
7. W przypadku przekroczenia limitu czasowego biegu i marszu, każdy uczestnik zobowiązany jest do zejścia z trasy.

## VII. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA:

1. Za zgłoszenie uważa się czytelne wypełnienie formularza umieszczonego na stronie internetowej [www.biegislupsk.pl](http://www.biegislupsk.pl).
2. Udział w zawodach jest nieodpłatny.
3. W przypadku osiągnięcia **limitu 150 osób** zapisy zostają automatycznie zamknięte.

## VIII. KLASYFIKACJA:

Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn w biegu:

- Bieg 5km: Open K/M (I-III) – puchary,
- Marsz 5km: Open K/M (I-III) - puchary.
- Każdy zawodnik, który ukończy bieg/marsz otrzymuje bity, okolicznościowy medal upamiętniający wydarzenie.

## IX. ŚWIADCZENIA DLA ZAWODNIKÓW:

1. W ramach zadeklarowanego udziału w imprezie każdy zawodnik otrzymuje:
  - numer startowy wraz z agrałkami,
  - wodę mineralną na mecie biegu,

- bity medal okolicznościowy na mecie dla każdego zawodnika, który ukończył bieg lub marsz na wszystkich dystansach,
- ciepły posiłek (zupa, ciasto, kawa herbata),
- możliwość wzięcia udziału w losowaniu nagród.

#### **X. SPRAWY ORGANIZACYJNE:**

1. Organizator zapewnia zabezpieczenie medyczne w trakcie biegu i marszu.
2. Po biegu i marszu nastąpi dekoracja zawodników.

#### **XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

1. Bieg i marsz odbędzie się bez względu na pogodę.
2. Organizator nie odpowiada za rzeczy zagubione i skradzione.
3. W przypadku stwierdzenia przez Organizatora skrócenia trasy przez uczestnika, zawodnik zostanie zdyskwalifikowany.
4. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Uczestnik rejestrując się do biegu lub marszu przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu lub marszu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym.
5. Organizator nie ubezpiecza Uczestników biegu i marszu, natomiast uczestnikom organizator doradza, jeżeli uznają to za konieczne, zakup stosownego ubezpieczenia na czas udziału w imprezie biegowej.
6. Uczestnik wyraża zgodę na wykorzystywanie i przetwarzanie danych osobowych zawartych w formularzu zgłoszeniowym w zakresie związanym z organizacją imprezy (zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (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).



7. Akceptując Regulamin Uczestnik wyraża zgodę, aby zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady z jego osobą, a także wyniki mogły być wykorzystane przez prasę, radio i telewizję a także w celach marketingowych Organizatorów i Sponsorów biegu
8. Protesty rozstrzyga Dyrektor Organizacyjny, Dariusz Kloskowski, (tel. kontaktowy GSM: 602759892, darek\_klos@op.pl) – decyzje Dyrektora są nieodwołalne. Protesty będą rozstrzygane w czasie 24 godzin.
9. Wydarzenie jest typowo rekreacyjne i charytatywne i ma na celu propagowanie zdrowego stylu życia, stąd protesty, reklamacje i roszczenia co do dokładności i wyników stanowią wtórne zagadnienie.

