

Regulamin zawodów przeszkodowych Adrenaline Rush OCR Pokonaj Siebie Radotki, 3 października 2026 r.

I. ORGANIZATOR

Organizatorem zawodów przeszkodowych Adrenaline Rush, zwanych dalej Zawodami lub Biegiem jest Adrenaline Rush spółka z ograniczoną odpowiedzialnością, ul. Staromiejska 2/7, 09-400 Płock.

II. TERMIN I MIEJSCE

1. Zawody odbędą się w dniu 3 października 2026 r (sobota) w Osadzie Młynarza, Radotki koło Płocka
2. Ramowy program minutowy zawodów:
 - 8.00 – 9.45 - otwarcie terenu zawodów, oględziny trasy, wydawanie numerów startowych
 - 10.00 - odprawa dla zawodników
 - 10.15 - rozpoczęcie zawodów
 - 15:00 - zakończenie zawodów
3. Szczegółowy program minutowy zostanie opublikowany na tydzień przed zawodami.

III. ZASADY UCZESTNICTWA

1. W Zawodach biorą udział osoby pełnoletnie (ukończone 18 lat w dniu Zawodów).
2. W przypadku startu osoby niepełnoletniej, lecz nie młodszej niż 13 lat konieczne jest przedłożenie Organizatorowi przy odbieraniu pakietów startowych oświadczenia podpisanego przez rodziców lub opiekunów prawnych o zdolności tej osoby do udziału w Zawodach i wyrażającego zgodę na udział tej osoby w Biegu. Oświadczenia zostaną udostępnione w Biurze Zawodów.

IV. TRASA, DYSTANS I POMIAR CZASU

1. Zawody odbędą się w jednej formule OPEN 7+ km, na trasie biegu zostanie rozmieszczonych 25+ przeszkód.
2. Na trasie Zawodów przewidziano przeszkody techniczne oraz naturalne (bagno, rzeka), które zostaną zabezpieczone przez wolontariuszy i ratowników wodnych. Zawodnicy muszą uwzględnić możliwość zabrudzenia i zmoczenia odzieży oraz ewentualnego wychłodzenia.
3. Przebieg trasy oraz wykaz przeszkód, sposób ich pokonywania zostaną opublikowane na 7 dni przed zawodami.

V. ZASADY RYWALIZACJI

Zawody zostaną rozegrane z zastosowaniem niniejszych reguł:

1. Na trasie biegu będzie prowadzony elektroniczny pomiar czasu.
2. Starty zawodników odbędą się w falach.
3. Limit czasu pokonania trasy wynosi 2 godziny.
4. Za prawidłowe i regulaminowe pokonanie trasy odpowiada zawodnik. Zmiana lub skrócenie trasy skutkuje dyskwalifikacją zawodnika. W przypadku zagubienia się zawodnika możliwa jest kontynuacja rywalizacji pod warunkiem powrotu na trasę w miejscu jej opuszczenia.

5. Niedozwolone – pod rygorem dyskwalifikacji - jest obraźliwe i agresywne zachowanie wobec innych zawodników, uniemożliwianie im lub utrudnianie pokonywania przeszkód oraz zachowanie obraźliwe, czy też agresywne wobec sędziów, wolontariuszy, bądź obsługi biegu.
6. Zakazuje się używania butów biegowych z kolcami i wykorzystywanie sprzętu mającego na celu pomoc w pokonywaniu przeszkód.
7. Niedozwolone jest używanie kleju, bądź jakichkolwiek innych środków wzmacniających chwyt. Możliwe jest używanie środków osuszających dłonie (talk, kreda). Zawodnicy na żądanie sędziego albo wolontariusza mają obowiązek poddać się kontroli sędziego w tym zakresie przed pokonaniem przeszkody albo bezpośrednio po pokonaniu przeszkody. Odmowa poddania się weryfikacji skutkuje dyskwalifikacją zawodnika.
8. W przypadku odniesienia kontuzji zagrażającej innym zawodnikom na torze, w szczególności krwawienia z ran lub odcisków zawodnik zobowiązany jest do opuszczenia toru. Sędzia decyduje o zakończeniu rywalizacji takiego zawodnika ze statutem DNF (Did Not Finish).
9. Nie jest dozwolone wejście zawodników na trasę przed startem biegu ani wykonywanie prób pokonania przeszkody przed startem. Każdy kontakt z konstrukcją toru poza czasem rywalizacji sportowej wiąże się z dyskwalifikacją.
10. Zawodnicy są zobowiązani do ścisłego przestrzegania instrukcji wydawanych przez Organizatora (jego przedstawicieli), sędziów lub wolontariuszy. Osoby te będą we właściwy (jednoznaczny) sposób oznaczone.
11. Decyzja sędziego nie podlega dyskusji ani ocenie. Zawodnikowi przysługuje jednak prawo odwołania do Organizatora.

VI. ZGŁOSZENIA/ODBIÓR PAKIETU STARTOWEGO

1. Za zgłoszenie Uczestnika uważa się jego zapisanie (kompletne wypełnienie internetowego formularza zgłoszeniowego) i uiszczenie pełnej opłaty startowej.
2. Zapisy w konkretnej fali będą dostępne do wyczerpania limitu uczestników danej fali.
3. Zapisy Uczestników są przyjmowane od rozpoczęcia zapisów do 30 września do godziny 22.00. wyłącznie w formie zdalnej. Opłaty za zapisy w dniu Biegu w biurze zawodów wynoszą 380 PLN pod warunkiem dostępności miejsc.
4. Numery startowe poszczególnym Zawodnikom nadaje Organizator, tworząc w ten sposób listę startową.
5. Pakiety i numery startowe będą wydawane w dniu Biegu.

VII. OPŁATY I NAGRODY

1. Opłaty startowe będą naliczane zgodnie z poniższą formułą i są kalkulowane dla sumy osób zapisanych łącznie na wszystkich dystansach/formułach.

FORMUŁA:

Liczba zapisanych	< 100 osób	cena 240 pln,
	100-200 osób	cena 290 pln,
	> 200 osób	cena 340 pln

2. Uczestnicy mają zagwarantowane:
 - Możliwość wzięcia udziału w zawodach
 - Elektroniczny pomiar czasu
 - Opiekę medyczną
 - Medal dla zawodników, którzy osiągną linię mety w limicie czasu
 - Ciepły posiłek, napój,
 - Koszulkę biegową.

3. Przewidziano następujące nagrody dla zawodników:

- Statuetki w kategorii OPEN kobiety i mężczyźni za miejsca 1-2-3
- Nagrody finansowe w kategorii OPEN kobiety i mężczyźni za miejsca 1-2-3 odpowiednio w wysokości 1500-1000-500 PLN

VIII. INFORMACJE DODATKOWE

1. W trakcie Zawodów na terenie Osady Młynarza będzie dostępny rekreacyjny tor przeszkodowy dla dzieci poniżej 13 roku życia, bez zapisów, bez opłat, bez nagród, bez rywalizacji.

2. Zniżki dla grup od 8 osób mogą być udzielane przez Organizatora po kontakcie telefonicznym, tel. 698 647 009

3. Organizator zastrzega sobie prawo odwołania zawodów bez podawania przyczyny. W takim wypadku dokonane wpłaty zostaną zwrócone.

IX. INFORMACJA NT. PRZETWARZANIA DANYCH OSOBOWYCH.

Zgodnie z art. 13 Rozporządzenia 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, zwane dalej RODO) – organizator konkursu informuje, że:

1. Administratorem danych osobowych Uczestnika jest Spółka Adrenaline Rush Sp. z o.o. z siedzibą w Płocku - ul. Staromiejska 2/7.

2. Wyznaczono Inspektora Ochrony Danych, z którym można skontaktować się pisząc na adres Administratora jak powyżej lub na adres e-mail: kontakt@adrenalinerushocr.com

3. Administrator dane osobowe Uczestnika będzie przetwarzać w celu:

a) realizacji Zawodów, o których mowa w regulaminie

b) realizacji działań podatkowo-rachunkowych;

c) archiwizacji dokumentacji wytworzonej w Spółce wynikającej z przepisów o archiwizacji;

4. Dane osobowe będą przechowywane przez okres nie dłuższy niż 1 rok do celów, w których dane te są przetwarzane.

5. Przetwarzanie danych osobowych odbywa się za zgodą Uczestnika i jest niezbędne do realizacji celów wskazanych w pkt. 3 lit. a.

6. Odbiorcami danych osobowych Uczestnika są lub mogą zostać: podmioty, którym na podstawie umowy powierzono przetwarzanie danych osobowych, operatorzy pocztowi i firmy kurierskie, banki, organy administracji publicznej, w tym inne jednostki samorządu terytorialnego lub urzędy państwowe w zakresie, w jakim będzie wynikać to z przepisów prawa zobowiązujących do udostępnienia tych danych, oraz podmioty, którym Administrator ma obowiązek przekazać dane na podstawie obowiązujących przepisów prawa.

7. Uczestnikowi przysługuje prawo dostępu do przekazanych danych (na podstawie art. 15 RODO), sprostowania danych (na podstawie art. 16 RODO), żądania usunięcia danych (na podstawie i w zakresie określonym w art. 17 RODO), ograniczenia ich przetwarzania w przypadkach określonych w art. 18 RODO), przeniesienia danych (na podstawie art. 20 RODO).

8. Uczestnikowi przysługuje prawo do cofnięcia udzielonej zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie to nie ma wpływu na zgodność przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem, zgodnie z obowiązującym prawem.
9. Uczestnikowi przysługuje prawo do wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych na sposób przetwarzania danych przez Administratora.
10. Dane osobowe Uczestnika mogą być przetwarzane w sposób zautomatyzowany i nie będą profilowane.
11. Spółka nie planuje przekazywać danych osobowych poza Europejski Obszar Gospodarczy (obejmujący Unię Europejską, Norwegię, Liechtenstein i Islandię).
12. Wszelką korespondencję w sprawach związanych z przetwarzaniem danych osobowych uczestnika konkursu należy kierować na adres Administratora z dopiskiem "Dane osobowe" lub do Inspektora na adres e-mail: kontakt@adrenalinerushocr.com

X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
2. Organizator nie zapewnia szatni i depozytu.
3. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Uczestnik, zgłaszając się do Biegu, przyjmuje do wiadomości, że udział w Biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym oraz pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych, a nawet śmierci, a także szkód o charakterze majątkowym.
4. Wypełnienie formularza zgłoszeniowego oznacza, że Uczestnicy zapoznali się z Regulaminem oraz ocenili charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Biegu i dobrowolnie zdecydowali się podjąć to ryzyko wyłącznie na własną odpowiedzialność.
5. Organizator zaleca Uczestnikom Biegu wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w Biegu.
6. Organizator zapewnia w trakcie trwania Biegu opiekę medyczną. Każdy z Uczestników zobowiązany jest stosować się do decyzji lekarzy bądź ratowników medycznych dotyczących kontynuowania Biegu.
7. Uczestnicy mają obowiązek zachowania zasad fair-play podczas trwania Biegu i na terenie Biegu.
8. Wszelkie zastrzeżenia i protesty rozstrzyga Organizator. Decyzje Organizatora są nieodwołalne. Zastrzeżenia i protesty będą rozpatrywane niezwłocznie.
9. Organizator nie będzie odpowiadał za przedmioty pozostawione, uszkodzone lub skradzione podczas Biegu.
10. Organizator objęty będzie ubezpieczeniem OC. Organizator nie zapewnia Uczestnikom jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, od odpowiedzialności cywilnej, następstw nieszczęśliwych wypadków lub poniesienia jakichkolwiek szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem w Biegu.
11. Organizator kontaktuje się z Uczestnikami drogą mailową lub telefoniczną (poprzez adres e-mail lub nr telefonu wskazany przy wypełnianiu formularza zgłoszeniowego) oraz/lub poprzez komunikaty zamieszczane na Fanpage'u Organizatora na stronie internetowej [https:// www.facebook.com/AR.Poland](https://www.facebook.com/AR.Poland).
12. Uczestnicy wyrażają zgodę na otrzymywanie od Organizatora informacji na temat Biegu na podane adresy e-mail.
13. Wypełnienie formularza zgłoszeniowego jest równoznaczne z wyrażeniem zgody przez zapisywanych Uczestników na nieodpłatne wykorzystywanie i rozpowszechnianie ich wizerunku w relacjach z Biegu zamieszczanych na stronie internetowej Biegu oraz w mediach, w tym mediach społecznościowych, a ponadto w materiałach promujących Bieg i

jego przyszłe edycje. Uczestnicy, upoważniają Organizatora do utrwalania oraz zwielokrotniania swojego wizerunku wszelkimi dostępnymi technikami.

14. W sprawach nieujętych Regulaminem rozstrzyga Organizator.