



**Szybka Piątka Sokoła Bukownica**



## **REGULAMIN BIEGU** z dnia 26.05.2026

**#SzybkaPiątkaSokołaBukownica2026**

**Pod honorowym patronatem  
ZTG Sokół w Polsce.**

Link do wydarzenia

<https://www.facebook.com/events/975150735133904>

### **1. TERMIN, MIEJSCE, DYSTANS i TRASA:**

- 1.1 Termin **06.09.2026** start **09:00**
- 1.2 Miejsce – **BUKOWNICA (63-520 Grabów n/Prosną woj.Wielkopolskie)**
- 1.3 Dystans: **5 km** (vide: mapka pod regulaminem )  
trasa oznakowana co 1 km – **atestowana** – trasa płaska
- 1.4 Limit zawodników: 400

### **2.ORGANIZATOR**

**5K Run Every Day**

mail: 5KRunEveryDay@gmail.com

tel. 602 667 925

<https://www.facebook.com/5KRunEveryDayStreakRunner>

#5KRunEveryDayStreakRunner

### **3.WSPÓŁORGANIZATOR**

**Zadyszka Bukownica**

<https://www.facebook.com/p/Zadyszka-Bukownica-61561254637183/>

**Towarzystwo Gimnastyczne Sokół Bukownica**

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100069381798819>

przy wsparciu

**LZS Sokół Bukownica**

**OSP Bukownica**

**OSP Marszałki**

**SH AZYMUT**

**KGW Bukowianki**

**Sołectwo Bukownica**

**Sołectwo Marszałki**



1

**5K Run Every Day** tel: +48 602 667 925 mail: [5KrunEveryDay@gmail.com](mailto:5KrunEveryDay@gmail.com)



## Szybka Piątka Sokoła Bukownica



### 4. CEL IMPREZY

- 4.1 Promowanie aktywnego stylu życia
- 4.2 Propagowanie rywalizacji sportowej na zasadach fair-play
- 4.3 Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy sportu i rekreacji ruchowej wśród dzieci i dorosłych
- 4.4 Promocja małych miejscowości z ciekawą historią w tle: Bukownicy i Marszałek
- 4.5 Promocja Gminy Grabów n/Prosną
- 4.6 Promocja Powiatu Ostrzeszowskiego
- 4.7 Integracja lokalnej społeczności
- 4.8 Promocja lokalnych firm, stowarzyszeń, klubów oraz instytucji zaangażowanych w realizację tego projektu.

### 5. BIURO ZAWODÓW

**Dom Młodego Rolnika Bukownica 43A, 63-520 Bukownica (Grabów n/Prosną)**

5.1 Biuro będzie czynne w dniu zawodów **06.09.2026 w godzinach 07:00 - 08:20**

Wydawanie numerów startowych z chipem, pakietów startowych oraz weryfikacja zawodników.

### 6. PROGRAM ZAWODÓW

08:45 Oficjalne otwarcie – wspólne zdjęcie

09:00 Start Młodego Buka

**09:15 Start biegu + Nordic Walking**

10:15 Dekoracje uczestników biegu

10:45 Losowanie nagród od partnerów biegu

### 7. WARUNKI UCZESTNICTWA

7.1 W zawodach może wziąć udział każdy zawodnik, który ukończył 18 lat, posiadający dobry stan zdrowia. Dopuszcza się udział w zawodach zawodników poniżej 18 lat tylko za zgodą i na odpowiedzialność rodzica lub opiekuna.

Patrz klasyfikacja: kategorie wiekowe

U15 K/M 15 lat i młodsi oraz K/M 16-19 lat

Bieg dla dzieci na dystansie 100 m - 600 m – Bieg Młodego Buka – patrz osobny regulamin.

### 8. ZGŁOSZENIE do ZAWODÓW

8.1 Termin zgłoszeń -

**Zapisy on-line na [foxter-sport.com.pl](http://foxter-sport.com.pl) :**

**69 PLN dla płatności do 15.06.2026**

**79 PLN dla płatności od 16.06.2026 do 30.06.2026**

**89 PLN dla płatności od 01.07.2026 do 31.07.2026**

**99 PLN dla płatności od 01.08.2026 do 30.08.2026**

**Po zamknięciu zapisów online, możliwe zapisy u organizatora na listę uzupełniającą.**

**Należy upewnić się, czy są wolne miejsca. Kontakt telefoniczny: +48 602 667 925**

**W biurze zawodów: 100 PLN (jeśli będą wolne miejsca, po uprzedniej rezerwacji miejsca u organizatora)**



2

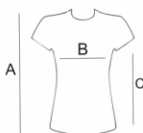
**5K Run Every Day tel: +48 602 667 925 mail: [5KrunEveryDay@gmail.com](mailto:5KrunEveryDay@gmail.com)**

**Pamiątkowa koszulka Szybka Piątka Sokoła w cenie 79 PLN  
(zamówienia przy zapisach)**



Koszulka Wilka szybkoschnąca

## Damska



ROZMIAR	XS	S	M.	L	XL	XXL
A	62	64	66	68	70	72
B	42	44	46	48	50	52
C	39	41	43	45	47	49

## Męska



ROZMIAR	S	M.	L	XL	XXL	XXXL
A	68	70	72	74	76	76
B	46	50	53	57	60	63
C	44	46	48	50	52	54

8.2 Zgłoszenia do zawodów na formularzu zgłoszeniowym <https://foxter-sport.pl/>

8.3 Opłatę startową można wpłacić przez stronę zapisów do biegu w systemie mikropłatności. Opłata startowa nie podlega zwrotowi.

**UWAGA: Wysokość opłaty jest uzależniona od terminu jej wniesienia. Liczy się data zaksięgowania na koncie organizatora!!!**

Opłata startowa dokonana z błędami bez wystarczających danych umożliwiających identyfikację zawodnika lub w niepełnej wysokości nie będzie honorowana i nie podlega zwrotowi. Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego oraz uiszczenie opłaty startowej. Nie ma możliwości zwrotu opłaty startowej, ani przeniesienia jej na innego zawodnika/zawodniczkę.

Opłata startowa nie podlega zwrotowi na zasadzie art. 38 ust. 1 pkt 3) ustawy z dnia 30 maja 2014 r. o prawach konsumenta. Opłata startowa stanowi zapłatę za towar nieprefabrykowany, wyprodukowany według specyfikacji konsumenta lub służący zaspokojeniu jego zindywidualizowanych potrzeb.

Płatność za bieg Szybka Piątka Sokoła Bukownica odbywa się ONLINE, za pośrednictwem portalu firmy prowadzącej pomiar czasu.

## 9. PAKIET

9.1 pamiątkowy medal

9.2 numer startowy

9.3 pomiar czasu

9.4 upominek od partnerów biegu

9.5 bufet po biegu

9.6 udział w losowaniu nagród od partnerów biegu - odbiór nagrody osobisty z numerem startowym



**Medal z kręcącym się sokołem wokół własnej osi**

## 10. POMIAR CZASU

- 10.1 Pomiar czasu będzie prowadzony przez firmę FOXTER SPORT
- 10.2 Podstawą klasyfikacji jest pomiar czasu z wykorzystaniem chipów
- 10.3 Wszelkie klasyfikacje będą prowadzone wg indywidualnych czasów NETTO
- 10.4 Limit czasowy 45 min.

## 11. KLASYFIKACJA BIEGU

- 11.1 open (kobiety / mężczyźni)
  - 11.2 kategorie wiekowe (kobiety / mężczyźni)
  - K/M 15- (rocznik 2011 i młodsi)
  - K/M 16-29 (2010 – 1997)
  - K/M 30-39 (1996 – 1987)
  - K/M 40-49 (1986 – 1977)
  - K/M 50-59 (1976 – 1967)
  - K/M 60-69 (1966 – 1957)
  - K/M 70+ (1956 i starsi)
- O przynależności do kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia.

Klasyfikacja nordic walking – tylko open bez podziału na kategorie

11.3 **Klasyfikacja drużynowa** ( uwaga: drużyna musi liczyć **minimum pięciu zawodników** - nazwa drużyny musi być identyczna dla wszystkich członków drużyny) – brana jest pod uwagę suma czasów netto najszybszych pięciu zawodników z danej drużyny (w przypadku równej sumy czasów, wygrywa drużyna, której pierwszy z zawodników uzyskał lepszy czas)  
Pozostałe klasyfikacje:

- 11.4 Powiat Ostrzeszowski – mieszkaniec powiatu
- 11.5 Gmina Grabów n/Prosną - mieszkaniec gminy
- 11.6 „Sokół” – członek Towarzystwa Gimnastycznego w Polsce
- 11.7 ZADYSZKA Bukownica - członek drużyny

## 12. NAGRODY

- 12.1 Każdy uczestnik biegu / nordic walking otrzymuje pamiątkowy medal
- 12.2 Dla zwycięzców biegu - open i w kategoriach wiekowych – miejsca 1-3 statuetki (nagrody się nie dublują)
- 12.3 Pamiątkowa nagroda dla pierwszych trzech drużyn oraz upominek dla wszystkich członków drużyny
- 12.4 Statuetki dla najszybszych w powiecie - ufundowane przez Starostwo Powiatowe w Ostrzeszowie – K/M miejsca 1-3
- 12.5 Statuetki dla najszybszych w gminie - ufundowane przez Gminę Grabów na/Prosną – K/M miejsca 1-3
- 12.6 Statuetka dla Najszybszej Sokolicy i Najszybszego Sokoła ufundowane przez ZTG Sokół K/M 1 miejsce
- 12.7 Nagroda dla najszybszych z zespołu Zadyszka Bukownica - K/M miejsca 1 - 3
- 12.8 Nordic walking - open – K/M - miejsca 1 - 3

## 13. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- 13.1 Wszystkich uczestników zawodów obowiązuje niniejszy regulamin
- 13.2 Zgłoszenie się do zawodów jest jednoznaczne z potwierdzeniem zapoznania się z regulaminem, wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych zawodnika dla potrzeb wewnętrznych organizatora, wyrażeniem zgody na wykorzystanie zdjęć i filmów wykonanych podczas biegu, na starcie oraz mecie w celach reklamowych i promocyjnych.
- 13.3 Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych.
- 13.4 Każdy zawodnik musi wyrazić zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla celów weryfikacji i umieszczenia w komunikacie końcowym.
- 13.5 Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania.
- 13.6 Pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu imprezy.
- 13.7 Organizator nie zapewnia uczestnikom biegu ubezpieczenia OC.  
Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność.
- 13.8 Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.
- 13.9 Organizator nie zapewnia natrysków oraz szatni
- 13.10 Interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do organizatora.
- 13.11. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie.

## 14 OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

- **Administratorzy Danych:** Współadministratorami danych osobowych uczestników są Organizator oraz firma **Foxter Group Sp. z o.o.** z siedzibą w Pniewach (ul. Cicha 8, 62-045 Pniewy, KRS: 0000756026). Szczegółowe zasady porozumienia między Współadministratorami oraz pełna polityka prywatności dostępne są na stronie [foxter-sport.pl](http://foxter-sport.pl).
- **Podstawa i Cel Przetwarzania:** Dane osobowe przetwarzane będą zgodnie z Rozporządzeniem RODO w celach:
- **Organizacyjnych:** rejestracji, przeprowadzenia zawodów, klasyfikacji w kategoriach wiekowych oraz wyłonienia i rozliczenia zwycięzców (art. 6 ust. 1 lit. b RODO).
- **Prawnych:** realizacji obowiązków podatkowych i rachunkowych (art. 6 ust. 1 lit. c RODO).

- **Promocyjnych i informacyjnych:** publikacji list startowych oraz wyników obejmujących: **imię, nazwisko, rocznik, miejscowość oraz przynależność klubową** (art. 6 ust. 1 lit. f RODO – prawnie uzasadniony interes administratora).
- **Marketingowych:** przesyłania informacji o przyszłych wydarzeniach – wyłącznie w przypadku wyrażenia **dobrowolnej i odrębnej zgody** (art. 6 ust. 1 lit. a RODO).
- **Publikacja danych:** Udział w zawodach wiąże się z publicznym udostępnieniem danych wymienionych w pkt 2 (w tym **rocznika**) na listach startowych i wynikowych, publikowanych w internecie oraz w miejscu zawodów.
- **Prawa Uczestnika:** Każdy uczestnik ma prawo do dostępu do swoich danych, ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, przenoszenia danych oraz wniesienia sprzeciwu.
- **Dobrowolność:** Podanie danych niezbędnych do startu jest dobrowolne, ale konieczne do udziału w zawodach. Zgody marketingowe są całkowicie opcjonalne.

Do zobaczenia na starcie w Bukownicy -

Piotr Cał  
5K Run Every Day

mail: [5KRunEveryDay@gmail.com](mailto:5KRunEveryDay@gmail.com)  
tel. 602 667 925

mapka trasy

