

REGULAMIN BIEGU

pn. Gostynińska Nocna 5

I. INFORMACJE O ZAWODACH

1. Trasa biegu i marszu Nordic Walking prowadzić będzie po ulicach miasta Gostynina. Długość trasy wynosi ok. 5,4 km. Trasa nie jest atestowana.
2. Bieg/marsz ma charakter amatorski, prowadzony będzie pomiar czasu w celu ustalenia ostatecznej klasyfikacji.
3. Limit czasu przebycia całej trasy biegu/marszu Nordic Walking (5,4 km) wynosi 90 minut.
4. Bieg/marsz odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
5. Formularz elektroniczny zostaje otwarty dla wszystkich chcących wziąć udział w biegu i marszu.
6. Limit startujących uczestników na dystansie 5,4 km to: 160.

II. CEL IMPREZY

- Popularyzacja biegania i marszu Nordic Walking na terenie Gostynina;
- Promowanie zdrowego stylu życia oraz integracja pokoleń mieszkańców miasta i gminy;
- Upowszechnianie biegania i marszu Nordic Walking jako najprostszej formy ruchu.

III. IMPREZY TOWARZYSZĄCE

- Marsz Nordic Walking

Dystans 5,4 km. Zawody Nordic Walking mają charakter rajdu. Nie przewiduje się nagród rzeczowych. Dla wszystkich uczestników marszu NW przewidziano numer startowy, chip do pomiaru czasu + agrafki, wodę na mecie, posiłek regeneracyjny, obsługę medyczną, obsługę biura zawodów, okolicznościowy medal. Za miejsca 1-3 w kategorii OPEN K/M przewidziane są puchary.

- **Biegi dziecięce.** Teren wokół Zamku. Zawody będą odbywać się co 10 minut, zaczynając od godziny 18.

Biegi dziecięce, teren wokół Zamku - kategorie wiekowe:

godzina 18:00 - rocznik 2019-2020/mł.	60 m dziewczęta/chłopcy
godzina 18:10 - rocznik 2017 - 2018	100 m dziewczęta/chłopcy
godzina 18:20 - rocznik 2015 - 2016	150 m dziewczęta/chłopcy
godzina 18:30 - rocznik 2013 - 2014	200 m dziewczęta/chłopcy
godzina 18:40 - rocznik 2011 - 2012	400 m dziewczęta/chłopcy

godzina 19:00 - wręczenie nagród w kategoriach dziecięcych

IV. ORGANIZATORZY

1. Urząd Miasta Gostynina.
2. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gostyninie.

V. TERMIN MIEJSCE GODZINA PROGRAM

Impreza odbędzie się w dniu 31.08.2024r. W godzinach 18-22:30. Start i meta znajdują się pod Zamkiem Gostynińskim. Start biegu głównego przewidywany jest o godzinie 21:00.

Program minutowy

- 18:00** - biegi dziecięce - teren wokół Zamku Gostynińskiego;
- 18:45 - 20:45** - otwarcie biura zawodów;
- 19:00** - wręczenie nagród w kategorii dziewcząt i chłopców;
- 20.30** – wspólna rozgrzewka uczestników biegu i marszu Nordic Walking;
- 20.45** - odprawa techniczna (okolice startu) dla biegu i marszu Nordic Walking;
- 21.00** - start biegu głównego na dystansie 5,4 km / start marszu Nordic Walking;
- 21.45- 22.00** - dekoracja zwycięzców;
- 22.30** - zamknięcie zawodów.

VI. MIEJSCE I POMIAR CZASU

1. Start/meta będą znajdować się w okolicach Zamku, ul. Zamkowa 31. Szczegółowa trasa zostanie zaprezentowana przez organizatora nie później niż 14 dni przed imprezą.
2. Trasa biegu będzie oznakowana. Bieg dodatkowo poprowadzi pilot na motocyklu.
3. Do pomiaru czasu wykorzystywany będzie system chipowy foxter-sport.pl. Dotyczy to biegu głównego jak również marszu Nordic Walking na dystansie 5,4 km.
4. Obowiązuje limit czasu na ukończenie biegu głównego i marszu Nordic Walking wynoszący 90 minut. Jeżeli zawodnik/-czka nie ukończy biegu przed upływem powyższego limitu czasowego, nie zostanie sklasyfikowany/-a i zobowiązany/-a jest do zejścia z trasy.

VI. KLASYFIKACJE

1. Podczas biegu i marszu Nordic Walking prowadzona będzie klasyfikacja generalna OPEN na dystansie 5,4 km.
2. W biegu na dystansie 5,4 km prowadzona będzie klasyfikacja w kategoriach wiekowych orazna najlepszego mieszkańca Miasta Gostynin (dla kobiet i mężczyzn) i najlepszego mieszkańca Gminy Gostynin (dla kobiet i mężczyzn).

ZAWODY PRZEPROWADZONE BĘDĄ W NASTĘPUJĄCYCH KATEGORIACH WIEKOWYCH

1) W biegu głównym i marszu Nordic Walking prowadzone będą klasyfikacje indywidualne

- OPEN MĘŻCZYZN (bieg)
- OPEN KOBIET (bieg)
- MIESZKANIEC/MIESZKANKA GOSTYNINA (bieg)
- MIESZKANIEC/MIESZKANKA GMINY GOSTYNIN (bieg)
- MARSZ NORDIC WALKING OPEN KOBIET
- MARSZ NORDIC WALKING OPEN MĘŻCZYZN

2) Kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn w biegu głównym na dystansie 5,4 km

Kobiety (K)

- K 1 - 18-29 lat
- K 2 - 30-39 lat
- K 3 - 40-49 lat
- K 4 - 50-59 lat
- K 5 - 60+ lat

Mężczyźni (M)

- M 1 18-29 lat
- M 2 - 30-39 lat
- M 3 - 40-49 lat
- M 4 - 50-59 lat
- M 5 - 60+ lat

O przydziale do odpowiedniej kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia zawodnika/zawodniczki.

VII. NAGRODY

1. Każdy zawodnik, który ukończy bieg lub marsz NW w regulaminowym czasie, otrzyma pamiątkowy medal.

2. W kategorii OPEN (bieg główny) przewidziane są nagrody pieniężne:

I miejsce K/M- 500,00 zł

II miejsce K/M - 400,00 zł

III miejsce K/M- 300,00 zł

3. Puchary otrzymają zawodnicy:

- a) w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn: I, II i III miejsce.
- b) w kategorii Mieszkańców Gostynina I, II i III miejsce K/M
- c) w kategorii Mieszkańców Gminy Gostynin I,II, i III miejsce K/M
- d) w kategorii OPEN marszu Nordic Walking I,II i III miejsce K/M
- e) Zawodnicy nagrodzeni w klasyfikacji generalnej nie będą brani pod uwagę w klasyfikacjach wiekowych (nagrody nie dublują się).
- f) Dla wszystkich uczestników biegu i marszu Nordic Walking na zakończenie imprezy odbędzie się losowanie upominków.

VIII. ZGŁOSZENIA/REJESTRACJA ELEKTRONICZNA

1. Zapisy zostaną uruchomione w dniu 17.06.2024r. od godz. 09:00 dla wszystkich za pomocą formularza elektronicznego: foxter-sport.pl
 2. O zapisie na bieg/marsz decyduje kolejność zgłoszeń przez formularz elektroniczny oraz zaksięgowanie opłaty startowej.
 3. Zgłoszenia elektroniczne przyjmowane będą do dnia 24.08.2024r. do godziny 23:59 lub do wcześniejszego wyczerpania limitu.
 4. Każdy uczestnik może wykorzystać/zarejestrować tylko jeden pakiet startowy podczas zgłoszenia.
 5. W procesie rejestracji elektronicznej na jeden adres mailowy można zapisać jedną osobę.
 6. Wszelkie zmiany dotyczące zapisu przez elektroniczny system zgłoszeń (poprawa błędów, zmiana danych, przepisanie pakietu) są możliwe do dnia 24.08.2024 do godziny 23:59 po zgłoszeniu mailowym na adres biuro@mosirgostynin.pl.
- Po upływie w/w terminu zmian można dokonać tylko i wyłącznie na miejscu w biurze zawodów w dniu imprezy.
7. Organizator zastrzega możliwość zmiany limitu uczestników w biegach, o czym poinformuje na stronie fb MOSiR w Gostyninie.
 8. Podczas rejestracji obowiązuje opłata startowa w wysokości 70zł od uczestnika biegu oraz 70 zł od uczestnika marszu Nordic Walking płatna przez system on-line w formularzu zapisów. **Dla mieszkańców Gostynina opłata startowa wynosi 50 zł (w dniu zawodów 70zł).**

OPLATA STARTOWA W DNIU ZAWODÓW MOŻLIWA TYLKO W PRZYPADKU PULI WOLNYCH MIEJSC W BIURZE ZAWODÓW. KOSZT PAKIETU 100 ZŁ - PŁATNOŚĆ TYLKO GOTÓWKĄ.

9.Limit uczestników wynosi 130 osób dla biegu i 30 osób dla marszu Nordic Walking (łącznie 160 osób).

10.Biegi dziecięce nie mają limitu uczestników.

IX. BIURO ZAWODÓW

1.Termin pracy biura zawodów: - 31.08.2024r. w godzinach 18:30-20:45 (przy Zamku Gostynińskim, okolice startu/mety).

2. Numery startowe wraz z chipami będą wydawane w biurze zawodów po okazaniu dokumentu tożsamości (dowodu osobistego).

3. Odbiór pakietu startowego w imieniu osoby trzeciej możliwy jest na podstawie podpisanego oświadczenia tej osoby oraz kserokopii dowodu osobistego (do wglądu) zgłoszonego zawodnika.

4. W dniu imprezy pakiety startowe nieodebrane do godz. 20:15 wracają do puli wolnych miejsc i mogą zostać rozdysponowane przez Organizatora uczestnikom zapisanym na listę rezerwową. Wpisanie na listę rezerwową odbywać się będzie w biurze zawodów. Opłata startowa pakietów z wolnej puli w dniu zawodów będzie wynosiła 100 zł/pakiet (70 zł dla mieszkańców Gostynina). Zapisy przyjmowane będą do wyczerpania wolnych miejsc z puli rezerwowej.

5. Za osobę zgłoszoną uważa się osobę, która wniosła opłatę startową a jej nazwisko pojawiło się na liście startowej biegu (zapisy elektroniczne) lub – w przypadku wolnych miejsc – poprawnie wypełniła i złożyła w biurze zawodów formularz zgłoszeniowy (zapisy w dniu startu).

X. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W biegu może wziąć udział każdy, kto w dniu imprezy będzie miał ukończone 18 lat. Osoby niepełnoletnie nie mogą wziąć udziału w biegu głównym ani marszu NW.

2. Wszyscy pełnoletni zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów w dniu biegu i złożyć własnoręczny podpis pod oświadczeniem o udziale w biegu na własną odpowiedzialność.

3. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi ew. konsekwencje. Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwością odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Osobiste potwierdzenie udziału w biegu oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w biegu.

4. Uczestnik zobowiązany jest do podpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w biegu.

W przypadku niepodpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych, uczestnik nie zostanie dopuszczony do udziału w biegu przez Organizatora.

5. Organizator zaleca uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegu.

6. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania przepisów Kodeksu Ruchu Drogowego oraz bezwzględnego wykonywania poleceń służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem drogowym w tym Policji a także pozostałych służb zabezpieczających trasę biegu z ramienia Organizatora.

7. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb organizatora oraz na wykorzystywanie ich wizerunku w celu promocji oraz dokumentowania zawodów.

8. Uczestnicy wyrażają zgodę na wykorzystywanie danych osobowych zawartych na karcie zgłoszeniowej (zgodnie z warunkami określonymi w rozporządzeniu 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) przez Organizatora w zakresie i przez okres niezbędny dla organizacji, przeprowadzenia i promocji Biegu Gostynińska Nocna 5 przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gostyninie. Przetwarzanie danych obejmuje także publikację wizerunku uczestnika, imienia i nazwiska wraz z datą urodzenia – każdy sposób, w jaki publikowana lub rozpowszechniana będzie taka informacja dla potrzeb organizacji biegu.

9. Zgoda na wykorzystywanie danych osobowych jak i publikacja jest dobrowolna, ale niewyrażenie na to zgody, uniemożliwia wzięcie udziału w biegu. Uczestnik ma prawo cofnąć zgodę w każdym czasie (dane przetwarzane są do czasu cofnięcia zgody) wysyłając informację na adres: biuro@mosirgostynin.pl bądź na dane adresowe MOSiR w Gostyninie. Uczestnik ma prawo do:

a) dostępu do danych,

b) sprostowania,

c) usunięcia lub ograniczenie przetwarzania,

d) sprzeciwu,

e) wniesienia skargi do organu nadzoru – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych lub

f) przeniesienia danych.

10. Obowiązuje całkowity zakaz startowania w biegu i marszu NordicWalking ze zwierzętami.

XI. ŚWIADCZENIA DLA UCZESTNIKÓW

1. Wszyscy uczestnicy zawodów, którzy zapiszą się do biegu i zostaną zweryfikowani w biurze zawodów otrzymają talon na posiłek oraz wodę.

XII. INNE POSTANOWIENIA

1. W biegu głównym na dystansie 5,4 km oraz marszu przeprowadzony zostanie elektroniczny pomiar czasu. Każdy zawodnik musi posiadać przytwierdzony do lewej lub prawej nogi do wysokości kostki chip identyfikacyjny służący do elektronicznego pomiaru czasu.

Nie można chować chipa do torebek, kieszeni. Umieszczenie chipa w innym miejscu lub jego zdjęcie w trakcie biegu spowoduje dyskwalifikację uczestnika. Przy wypożyczeniu chipa nie będzie pobierana kaucja. Zawodnicy, którzy nie dokonają zwrotu chipa po ukończeniu biegu, zostaną

zdyskwalifikowani.

2. Interpretacja niniejszego Regulaminu należy wyłącznie do Organizatora Biegu.
3. Protesty dotyczące imprezy można wnieść pisemnie na miejscu do Biura Zawodów w czasie do 30 minut od zakończenia Biegu. Protesty wniesione po tym czasie nie będą rozstrzygane.
4. Informacje nt. biegu udzielane będą w biurze zawodów.
5. Wyniki Biegu dostępne będą na stronie foxter-sport.pl oraz na stronie organizatora.
6. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników Biegu.
7. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.
8. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione przez zawodników w innych miejscach niż depozyt.
9. Organizator zastrzega sobie prawo zmian Regulaminu w każdym czasie.

Kontakt do organizatora:

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gostyninie

09-500 Gostynin, ul. Sportowa 1

Tel.: 24 235 33 97

Email: biuro@mosirgostynin.pl