

## **Świątokrzyski Bieg Łosia, Lipie k. Starachowic**

**sobota, 23 lipca 2022 roku**

Biegi na dystansach: 10 i 20 km

Marsz Nordic Walking 10 km

Biegi dla dzieci dystans 1-3 km

### **1. Organizator**

Daniel Wosik

**Współorganizator:**

Ludowy Klub Biegacza Rudnik

### **2. Program imprezy, biuro zawodów**

**Biuro zawodów:**

26-230 Brody, ul. Starachowicka 82, obok Szkoły  
Podstawowej w Lipiu

**Godziny Startów:**

17:00 Start biegów dla dzieci/ Lipie ul. Podłaziska/szlaban.

18:00 - **START Szybki Łoś 10 km / Lipie ul.**

Starachowicka/Sam jej koniec przy Krzyżu.

18:10 - **Start Wielki Łoś 20 km- miejsce startu na 10 km.**

18:35-20:30 - meta Lipie ul. Podłaziska.

20:00-21:00 Dekoracja Biuro Zawodów lub przy Mecie biegów.

Info zostanie podane w terminie późniejszym.

### **4. Uczestnictwo:**

Warunki uczestnictwa w biegach: **Szybki Łoś, Wielki Łoś:**

- ukończone 18 lat w dniu zawodów, bieg na 10 km i 10 km NW ukończenie 15 lat,

- wypełnienie formularza zgłoszeniowego,
- akceptacja regulaminu,
- dokonanie opłaty wpisowej zgodnie z regulaminem,
- podpisanie w biurze zawodów:

-oświadczenia o uczestnictwie w biegu na własną odpowiedzialność, zgody na wykorzystanie wizerunku ( punkt 12 regulaminu ) oraz zgody na przetwarzanie danych - RODO.

## **5. Limity uczestników/ limity czasowe:**

20 km - 100 osób, Limit czasowy 2,5 godziny.

10 km - 100 osób, Limit czasowy 1,5 godziny.

10 km Nordic Walking - 50 osób, Limit 2 godziny.

1 - 3 km - bieg dla dzieci - 50 osób.

## **6. Zgłoszenie i odbiór numerów startowych:**

• Zgłoszenia na: **ŚBŁ 20 K**, - **ŚBŁ 10 km**, - **ŚBŁ 10 km Nordic Walking**, - **ŚBŁ biegi dla dzieci** przyjmowane będą od 05.05.2022 r. do 22 lipca 2022 r.

• 23 lipca 2022 w biurze zawodów

Obowiązuje rejestracja online poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego ze strony internetowej do zgłoszeń oraz wniesienie opłaty startowej na konto Organizatora.

Odbiór numerów i zamówionych rzeczy odbywa się w Biurze Zawodów 27-230 Brody, Lipie ul. Starachowicka 84 / tuż obok Szkoły Podstawowej w Lipiu.

## **7. Wpisowe na biegi**

### **Wielki Łoś 20 km:**

55 zł - do 15 czerwca 2022 r.

65 zł - do 21 lipca 2022 r.

Wpłata 22 lipca 65 zł wydrukuj i zabierz potwierdzenie przelewu 70 zł w biurze zawodów w przypadku wolnych miejsc.

### **Bieg Szybki Łoś 10 km oraz Nordic Walking Szybki Łoś 10 km:**

35 zł - do 15 czerwca 2022 r.

40 zł do 21 lipca 2022 r.

Wpłata 22 lipca 50 zł wydrukuj i zabierz potwierdzenie przelewu 50 zł w biurze zawodów w przypadku wolnych miejsc.

### **Mały Łoszak - bieg dla dzieci:**

10 zł do 15 czerwca 2022 r.

15 zł do 21 lipca 2022 r.

20 zł 22 lipca i 23 lipca w biurze zawodów.

### **KOSZULKA Z RĘKAWKAMI:**

Koszulka (t-shirt) z rękawkami Świętokrzyski Bieg Łosia - producent TERVEL.

-67 zł zamówiona do 4 lipca 2022 roku - odbiór z pakietem

-78 zł zamówiona po 4 lipca 2022, w biurze zawodów lub po zawodach - wysyłka pocztą.

rozmiary męskie: <http://maratonswietokrzyski.pl/rozmiar-meskiej-koszulki-startowej-firmy-tervel-nalezy-wybrac-z-rozmiaru-podanego-na-zdjeciu/>

rozmiary damskie: <http://maratonswietokrzyski.pl/rozmiar-damskiej-koszulki-startowej-firmy-tervel-nalezy-wybrac-z-rozmiaru-podanego-na-zdjeciu/>

### **KOSZULKA BEZRĘKAWNIK:**

Koszulka bezrękawnik: Świętokrzyski Bieg Łosia - producent TERVEL.

-54 zł zamówiona do 4 lipca 2022 roku - odbiór z pakietem

-65 zł zamówiona po 4 lipca 2022, w biurze zawodów lub po zawodach - wysyłka pocztą.

rozmiary męskie: <http://maratonswietokrzyski.pl/rozmiar-meskiej-koszulki-startowej-firmy-tervel-nalezy-wybrac-z-rozmiaru-podanego-na-zdjeciu/>

rozmiary damskie: <http://maratonswietokrzyski.pl/rozmiar-damskiej-koszulki-startowej-firmy-tervel-nalezy-wybrac-z-rozmiaru-podanego-na-zdjeciu/>

### **CHUSTA / KOMIN:**

18 zł - chusta/komin Świętokrzyski Bieg Łosia zamówiona do 4 lipca 2022 r.

- odbiór z pakietem

25 zł chusta/komin zamówiona po 4 lipca 2022, w biurze zawodów oraz po zawodach - wysyłka pocztą.

### **OPASKA:**

12 zł - opaska Świętokrzyski Bieg Łosia zamówiona do 4 lipca 2022 r.

- odbiór z pakietem

18 zł opaska zamówiona po 5 października, w biurze zawodów oraz po zawodach - wysyłka pocztą.

Projekt koszulek, chusty i opaski zostanie opublikowany Tu i na facebooku/ŚwiątokrzyskiBiegŁosia organizatora w 2 połowie maja 2022.

Wpisowe nie podlega zwrotowi. Istnieje możliwość przepisania pakietu wraz z wpisowym na innego uczestnika poprzez wskazanie przez rezygnującego lub za kolejną z listy rezerwowej za dodatkową opłatą w wysokości 15 zł. Przepisanie pakietu możliwe jest maksymalnie do 10.07.2022 r. Po tym terminie Organizator nie ma czasu na taki „zabawy” :).

Przy niewyczerpaniu się limitów uczestników, możliwa jest zmiana dystansów do 10 lipca 2022. Osoby zainteresowane proszone są o wiadomość mailową na swietokrzyskibieglosia@gmail.com . Przy zmianie dystansu na dłuższy dopłata wynikająca z różnic wpisowego. Przy zmianie na krótszy dystans nie zwracamy różnicy wynikającej z wpisowego.

**DANE DO PRZELEWU:**

**nr rachunku : 81 1050 1432 1000 0092 6945 3156**

**Daniel Wosik Mountain Sky Race Biegacz Górski DWA MR**

**NIP 6612116955**

W tytule przelewu prosimy wpisać:

Imię i nazwisko zawodnika i nazwa biegu:

- Szybko Łoś bieg 10 km,
- Szybko Łoś 10 km Nordic Walking,
- Wielki Łoś 20 km,
- Mały Łoś biegi dzieci.

np. „Jan Nowak, 10 km, koszulka, opaska, chusta”.

Za datę płatności uznaje się dzień zaksięgowania pełnej kwoty na rachunku Organizatora.

**Faktury wystawiamy w dniu wpłacenia opłaty wpisowej, dlatego prosimy o mail, z prośbą o wystawienie faktury.**

Odbiór pakietu startowego może odbyć się osobiście przez uczestnika lub przez osobę upoważnioną przez uczestnika na podstawie pisemnego upoważnienia i zdjęcia dokumentu potwierdzającego tożsamość osoby startującej w biegu, ale musi to zostać potwierdzone w wiadomości email: kto jest upoważniony do odbioru pakietu oraz skan/ 1 strony dowodu. Odbiór numeru startowego możliwy jest tylko przez osobę, do której należy dany numer startowy.

#### **8. Świadczenia w cenie wpisowego:**

- Pamiątkowy medal
- numer startowy,
- koszulka biegowa/startowa firmy TERVEL; chusta/komin, opaska z logo biegu, - przy dodatkowej opłacie,
- pomiar czasu ręczny przy 150 uczestnikach, jak będzie poniżej 100 osób bez pomiaru czasu.
- pomiar czasu elektroniczny przy 300 uczestnikach
- wyniki,
- 1 punkt nawadniania Wielki Łoś.
- poczęstunek na mecie biegów.
- obsługa na starcie i mecie,
- oznakowanie trasy,
- zabezpieczenie medyczne,
- obsługę fotograficzną, warunek: jeśli wystartuje ponad 150 uczestników w biegach na 10 i 20 km .
- gadżety w zależności od pozyskanych sponsorów,
- gwarancja fantastycznej atmosfery.

#### **9. Nagrody i Kategorie**

**Klasyfikacje Świętokrzyskiego Biegu Łosia:**

- Wielki Łoś bieg 20 km
- Szybko Łoś 10 km
- Szybki Łoś 10 km Nordic Walking

- Mały Łoszak 1-3 km biegi dla dzieci

**W każdym z biegu odbędzie się Klasyfikacja generalna kobiet oraz klasyfikacja generalna mężczyzn. Aby odbyła się kategoria 10 km NW musi wystartować minimum 30 zawodników - 15 mężczyzn i 15 kobiet, jeśli ten warunek nie będzie spełniony to nie będzie oddzielnej kategorii Nordic Walking, a te osoby zostaną sklasyfikowane jako uczestnicy biegu 10 km.**

**Nagrody:**

**Kategoria OPEN (kobiet i mężczyzn) w biegach ŚBŁ:**

**WŁ20km, SŁ10km, SŁ10kmNW:**

3 pierwsze miejsca: nagrody rzeczowe, statuetka, dyplom.

**Kategorie biegów dla dzieci:**

3 pierwsze miejsca: upominek, dyplom.

Organizator zastrzega sobie prawo wprowadzenia dodatkowych klasyfikacji i nagród.

## **10. Obowiązki, zasady poruszania się, wyposażenie obowiązkowe Uczestników:**

Obowiązki i zasady poruszania się po drogach publicznych, leśnych i szlakach turystycznych:

- Posiadanie wyposażenia obowiązkowego zgodnie z wymogami Organizatora,
- Wysłuchanie odprawy przed startem,
- Zamontowanie numeru startowego na przedniej części ubioru podczas całej trasy i niezakrywanie go garderobą,
- Poruszanie się ściśle po trasie biegów oznakowanych przez Organizatora,
- **Przestrzeganie przepisów i regulaminu ochrony przyrody obowiązujących na terenie Nadleśnictwa Starachowice i Nadleśnictwa Marcule,**
- Zabrania się śmiecenia oraz niszczenia przyrody i infrastruktury turystycznej na trasie (śmieci należy pozostawić w punktach żywieniowych), lub na mecie biegów,

- Niedozwolone jest zastanianie, zmienianie lub niszczenie oznaczeń trasy,
- Stosowanie się do oznaczeń trasy, komunikatów i postanowień Organizatora.

### **Przestrzeganie przepisów ruchu drogowego:**

**Uczestnicy zobowiązują się do zachowania szczególnej ostrożności przy przekraczaniu i poruszaniu się po publicznych drogach asfaltowych.**

**Przy poruszaniu się po drogach publicznych Uczestnicy zobowiązani są do przemieszczania się chodnikiem, a w drugiej kolejności lewym poboczem. Jeśli nie ma takiej możliwości, należy poruszać się lewą stroną drogi i ustępować drogi pojazdom poruszającym się po drodze.**

**Śmieci po żelach, wodzie i batonach uczestnicy są zobowiązani wyrzucać w punktach żywieniowych - bufetach lub na mecie.**

### **Punkty nawodnienia:**

Biegi 20 km na 13 km

bieg na 10 km 2 km.

### **Wyposażenie obowiązkowe:**

- numer startowy,
- koszulka, spodenki i buty do biegania.
- aktywny telefon z naładowaną baterią.

### **Wyposażenie zalecane (m.in. w przypadku wysokiej temperatury):**

- butelka / bidon na wodę o pojemności minimum 500 ml,
- kubek na napoje, herbatę, kawę,
- folia NRC - minimalny rozmiar 140cm x 200cm.

### **Zasady postępowania i odmeldowywanie się w punktach kontrolnych i rezygnacja dalszego pokonywania trasy / kontuzje.**

Pomoc osób trzecich (support) jest dopuszczalny w strefach punktów nawodnienia. Jakakolwiek pomoc na trasie poza wyznaczonymi strefami jest niedozwolona.

Rezygnacja Uczestników powinna odbywać się w miarę możliwości w punktach kontrolnych z przekazaniem informacji o rezygnacji do Organizatorów. Uczestnikom, którzy zrezygnują z biegu na trasie, organizatorzy nie zapewniają dojazdu do biura maratonu. Jeśli Uczestnik wymaga interwencji służb ratowniczych lub ratunkowych, powinien w miarę możliwości powiadomić o tym Organizatora na jednym z punktów kontrolnych lub telefonicznie - dzwoniąc pod numery alarmowe. Każdy Uczestnik, widząc innego Uczestnika, który potrzebuje pomocy, zobowiązany jest jemu udzielić pomocy w miarę swoich możliwości oraz powiadomić telefonicznie (numer alarmowy) Organizatora o miejscu zdarzenia, rodzaju kontuzji i numerze zawodnika. Służba ratownicza ma prawo zakazać Uczestnikowi kontynuowania dalszego pokonywania trasy ze względu na jego stan zdrowia.

Duża część tras prowadzi w leśnym, trudno dostępnym terenie, w którym udzielenie pomocy może wiązać się z koniecznością sporego oczekiwania na służby ratownicze, dlatego też zalecamy zabranie folii NRC - minimalny rozmiar 140 cm na 200 cm.

## **11. Wykorzystanie wizerunku**

Uczestnik akceptując regulamin wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie wizerunku, poprzez jego sporządzenie, utrwalanie i rozpowszechnianie przez Organizatora **Świątokrzyskiego biegu Łosia**, w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz.U.2017.880 t.j. z dnia 2017.05.05) i ustawy z dnia 23 kwietnia 1964 r. Kodeks cywilny (Dz.U.2017.459 t.j. z dnia 2017.03.02) oraz udziela nieodpłatnej licencji na wykorzystanie utrwalonego wizerunku na następujących polach eksploatacji:

- utrwalanie i zwielokrotnianie jakąkolwiek znaną techniką oraz rozpowszechnianie w dowolnej formie,
- wprowadzanie do pamięci komputera i do sieci multimedialnej,

- zwielokrotnianie zapisu utrwalonego wizerunku,
- publiczne wystawianie, wyświetlanie, odtwarzanie oraz nadawanie i reemitowanie, a także publiczne udostępnianie w taki sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i w czasie przez siebie wybranym,
- zamieszczanie i publikowanie w prasie, na stronach internetowych, plakatach, ulotkach, broszurach, prezentacjach, billboardach,
- emisja w przekazach telewizyjnych i radiowych,
- udostępnianie sponsorom oraz oficjalnym partnerom lub współorganizatorom egzemplarza lub kopii, na której utrwalono wizerunek, w celu wykorzystania do promocji sponsora, oficjalnego partnera lub współorganizatora w kontekście jego udziału w organizacji **Świętokrzyskiego Biegu Łosia**, w celach promocyjnych i statystycznych związanych z rozpowszechnianiem przy wykorzystaniu środków masowego przekazu, informacji o **Świętokrzyskim Biegu Łosia**.

## **12. Kontakt do organizatora:**

e-mail: swietokrzyskibieglosia@gmail.com

<https://www.facebook.com/SwietokrzyskiBiegLosia>

[Świętokrzyski Bieg Łosia](#)

telefon +48 889 889 266