



Regulamin
KOBIETY NA 5+
XII Jastrzębski Bieg Kobiet
X Marsz Nordic Walking

I. Organizator

MIEJSKI OŚRODEK SPORTU I REKREACJI W JASTRZĘBIU-ZDROJU

WSPÓŁORGANIZATORZY
IGRZYSKA BOHATERÓW
TL ATHLETICS JASTRZĘBIE

II. Termin i miejsce

Zawody odbędą się w dniu **24.05.2026r.** (niedziela) godz. 11.00 w Jastrzębiu-Zdroju
Start znajduje się przy Urzędzie Miasta (Aleja J. Piłsudskiego) w Jastrzębiu-Zdroju
Meta znajduje się na Stadionie Miejskim (bieżnia) w Jastrzębiu-Zdroju ul. Harcerska 14B

III. Dystans, Trasa, Pomiar Czasu

- Długość trasy wynosi ok. 5km
- Limit czasu – 90 minut (bieg + nordic walking)
- Trasa prowadzi centralnymi ulicami Miasta i będzie oznaczona co 1km
- Pomiar czasu : Automatyczny za pomocą chipa montowanego do sznurowadeł
Pomiaru dokona firma – B4SPORTONLINE.PL

IV. Uczestnictwo

1. Prawo startu mają kobiety urodzone do 24.05.2010r
2. Warunek udziału w zawodach :
 - a. Wyrażenie zgody na przestrzeganie niniejszego Regulaminu i tym samym pełna akceptacja powyższych regulacji oraz zobowiązanie się do ich przestrzegania.
 - b. Udział w zawodach na własną odpowiedzialność z pełną świadomością niebezpieczeństw i ryzyka, które mogą polegać m.in. na ryzyku utraty zdrowia i życia. Dopuszcza się do uczestnictwa w zawodach wyłącznie osoby posiadające dobry stan zdrowia, nieposiadające przeciwwskazań medycznych do uczestnictwa w zawodach. Zawodniczki, które nie ukończyły 18 lat zobowiązane są do okazania zgody na udział w zawodach od opiekuna prawnego. Druk oświadczenia będzie dostępny na stronie biegu www.biegjastrzebie.pl
 - c. Poddanie się weryfikacji w Biurze Zawodów na podstawie dokumentu

- identyfikacyjnego ze zdjęciem.
- d. Wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych, w tym na zamieszczanie tych danych w środkach masowego przekazu i w formie drukowanej
 - e. Wyrażenie zgody na nieodpłatne wykorzystanie utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo wizerunku. Uczestniczka udziela Organizatorowi nieodpłatnej licencji na wykorzystanie utrwalonego wizerunku na wszystkich polach eksploatacji

V. Zgłoszenia i Opłata startowa

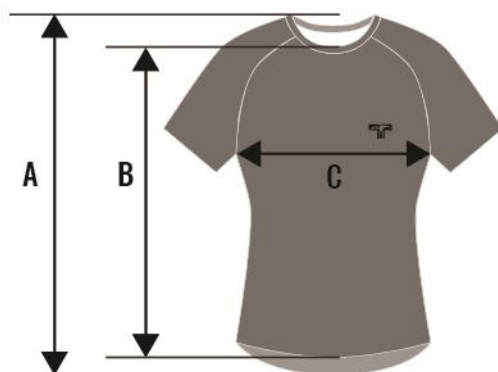
1. ORGANIZATOR USTALA LIMIT DO 1300 ZAWODNICZEK

2. Zgłoszenia przyjmowane są poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej www.biegjastrzebie.pl oraz www.b4sportonline.pl/
3. W momencie zgłoszenia i opłacenia startowego przez 1300 osób lista startowa zostaje zamknięta. W przypadku nie osiągnięcia limitu zapisy będą przyjmowane włącznie do dnia 17.04.2026r

Zgłoszeniem do zawodów uważa się ZGŁOSZENIE OPŁACONE!!!

4. Prawo do bezpłatnego startu pod warunkiem zgłoszenia się do 17.04.2026r mają osoby powyżej 70 roku życia – rocznik 1956 i starsi.
5. Za zgłoszenie uważa się rejestrację w systemie zgłoszeniowym biegu na stronie www.biegjastrzebie.pl oraz www.b4sportonline.pl i wpływu na konto organizatora opłaty startowej.
6. Opłata Startowa udziału w zawodach wynosi:
 - a) Zgłoszenia Internetowe :
 - 68,00 zł
 - Zgłoszenie będzie widoczne na liście startowej po dokonaniu opłaty startowej
7. Organizator umożliwia zakup oficjalnej koszulki biegu w cenie **65,00 zł**. Osoby chętne muszą przy zgłoszeniu w kroku płatności zadeklarować rozmiar koszulki startowej wg rozmiarówki :

SP0 2105 - Koszulka damska z krótkim rękawem / Women's short sleeve shirt

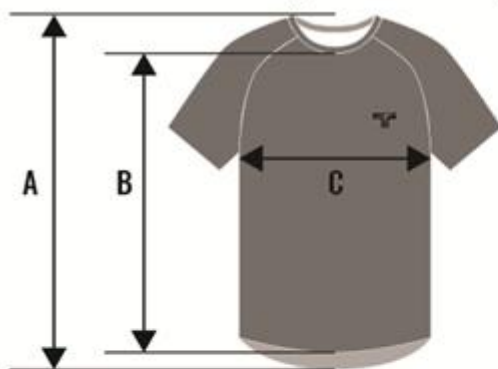


ROZMIAR	XS	S	M	L	XL	XXL
WZROST (cm)	150-156	156-162	162-168	168-174	174-180	174-180
A - DŁUGOŚĆ (cm)	62	64	66	68	70	70
B - DŁUGOŚĆ PRZODU (cm)	48	50	52	54	56	56
C - SZEROKOŚĆ (cm)	40	43	46	49	52	55

tolerancja (+/-) 3%

PROponujemy także rozmiarówkę męską dla wygody

SPO 1106 - Koszulka męska z krótkim rękawem / Men's short sleeve shirt



ROZMIAR	XS	S	M	L	XL	XXL
WZROST (cm)	154-160	160-166	166-172	172-178	178-184	184-190
A - DŁUGOŚĆ (cm)	68	70	72	74	76	78
B - DŁUGOŚĆ PRZODU (cm)	56	58	60	62	64	66
C - SZEROKOŚĆ (cm)	47	49	51	53	55	57

tolerancja (+/-) 3%

UWAGA! WPŁATY WNOSZONE ELEKTRONICZNIE WYŁĄCZNIE ZA POŚREDNICTWEM PORTALU ZAPISÓW b4sportonline.pl

- b) Osoby, które chcą otrzymać fakturę VAT – prosimy o wysłanie inf. na adres: organizacja@mosir.jastrzebie.pl najpóźniej do 24.05.2026r. Faktury będą wystawione po zamknięciu zgłoszeń w okresie od 04.05.2026-30.05.2026r.
- c) Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. W przypadku rezygnacji ze startu w XII Jastrzębskim Biegu Kobiet lub X Marszu Nordic Walking, organizator umożliwia przeniesienie opłaty startowej na inną zawodniczkę jednakże, można tego dokonywać najpóźniej do **8 maja 2026 roku**.
- d) Organizator zweryfikuje prawo do bezpłatnego startu w biegu podczas odbioru pakietu startowego w Biurze Zawodów. W przypadku niespełnienia kryteriów, o których mowa w pkt.5, obowiązywać będzie opłata startowa w wysokości 68,00 zł.
- e) Poprzez dokonanie opłaty uczestnik potwierdza, że zapoznał się z REGULAMINEM zawodów i zobowiązuje się do jego przestrzegania oraz wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych na zasadach określonych w niniejszym Regulaminie.
- f) Organizator informuje, iż dane osobowe zgłoszonych uczestniczek w postaci imienia i nazwiska, miejscowości, klubu, drużyny oraz kategorii, do których została zgłoszona podlegają upublicznieniu na stronie internetowej organizatora. Upublicznienie służy weryfikacji, czy uczestniczka się zakwalifikowała.
- g) Osoby, które nie wyrażają zgody na upublicznienie swoich danych osobowych proszone są o poinformowanie o tym Organizatora na adres e-mail jstaskiewicz@mosir.jastrzebie.pl

VI. Biuro Zawodów – Hala OMEGA ul. Harcerska 14 A

Sobota – 23 maja 2026r

18.00 – Otwarcie Biura Zawodów – weryfikacja zapisów

20.00 – Zamknięcie Biura Zawodów

Niedziela – 24 maja 2026r

7.30 – Otwarcie Biura Zawodów – weryfikacja zapisów

10.30 – Zamknięcie Biura Zawodów

- a) Pakiety startowe będą wydawane w dniu 23-24.05.2026r. w Biurze Zawodów w godzinach funkcjonowania Biura. Odbieranie pakietów i numerów startowych odbywać się będzie na podstawie dokumentu identyfikacyjnego ze zdjęciem.
- b) Organizator umożliwia odbiór pakietu startowego przez osoby trzecie. Można tego dokonać wypełniając odpowiedni „druk – zgoda”, który dostępny jest na stornie internetowej organizatora

VII. Klasyfikacje

Wszelkie klasyfikacje prowadzone będą wg indywidualnych czasów „netto”, za wyjątkiem klasyfikacji generalnej w której zawodniczki będą klasyfikowane wg czasu „brutto”

Podczas XII Jastrzębskiego Biegu Kobiet i X Marszu Nordic Walking – Kobiety na 5+ będą prowadzone następujące klasyfikacje :

VIII. Klasyfikacje Biegu

1. Klasyfikacja Generalna
2. Klasyfikacje Wiekowe:
 - 16-19 lat (roczniki 2010-2007)
 - 20-29 lat (roczniki 2006-1997)
 - 30-39 lat (roczniki 1996-1987)
 - 40-49 lat (roczniki 1986-1977)
 - 50-59 lat (roczniki 1976-1967)
 - 60-69 lat (roczniki 1966-1957)
 - 70 + (rocznik 1956 i starsi)
3. Najlepsza Jastrzębianka
4. Najwcześniej urodzona zawodniczka imprezy

5. Klasyfikacja Rodzinna:

- a) Matka + Córka (pierwszy stopień pokrewieństwa)
 - Liczba osób biorących udział w klasyfikacji rodzinnej – 2 osoby
 - Osoby biorące udział w tej klasyfikacji zobowiązane są do podania w zgłoszeniu wspólnej nazwy Rodziny pod którą zostaną zweryfikowane.
 - Podstawą sklasyfikowania w kategorii Matka i Córka jest ukończenie XII Jastrzębskiego Biegu Kobiet oraz elektroniczny pomiar czasu za pomocą chipa przymocowanego do sznurowadeł.
 - Zawodniczki biorące udział w klasyfikacji rodzinnej obowiązują regulamin XII Jastrzębskiego Biegu Kobiet i biorą udział w klasyfikacjach indywidualnych oraz mogą być weryfikowane w klasyfikacji drużynowej.
- b) Sisters (pierwszy stopień pokrewieństwa)
 - Liczba osób biorących udział w klasyfikacji rodzinnej – 2 osoby
 - Osoby biorące udział w tej klasyfikacji zobowiązane są do podania w zgłoszeniu wspólnej nazwy Rodziny pod którą zostaną zweryfikowane.
 - Podstawą sklasyfikowania w kategorii Sisters jest ukończenie XII Jastrzębskiego Biegu Kobiet oraz elektroniczny pomiar czasu za pomocą chipa montowanego do sznurowadeł.
 - Zawodniczki biorące udział w klasyfikacji rodzinnej obowiązują regulamin XII Jastrzębskiego Biegu Kobiet i biorą udział w klasyfikacjach indywidualnych oraz mogą

być weryfikowane w klasyfikacji drużynowej.

- Zawodniczki biorące udział w klasyfikacji rodzinnej nie mogą łączyć kategorii Matka i Córka z kategorią Sisters.

6. Klasyfikacja Przyjaciółki do Spółki:

- Liczba osób biorących udział w klasyfikacji – 2 osoby
- Osoby biorące udział w tej klasyfikacji zobowiązane są do podania w zgłoszeniu wspólnej nazwy klasyfikacji Przyjaciółek, pod którą zostaną zweryfikowane.
- Podstawą sklasyfikowania w kategorii Przyjaciółki do Spółki jest ukończenie XII Jastrzębskiego Biegu Kobiet oraz elektroniczny pomiar czasu za pomocą chipa montowanego do sznurowadeł.
- Zawodniczki biorące udział w klasyfikacji Przyjaciółek obowiązuje regulamin XII Jastrzębskiego Biegu Kobiet i biorą udział w klasyfikacjach indywidualnych oraz mogą być weryfikowane w klasyfikacji drużynowej.
- Zawodniczki biorące udział w klasyfikacji Przyjaciółek nie mogą łączyć udziału w zawodach z kategoriami Matka i Córka oraz Sisters.

7. Klasyfikacja Drużynowa :

- W klasyfikacji drużynowej mogą brać udział drużyny reprezentujące firmy, instytucje, zakłady pracy, przedsiębiorstwa etc. oprócz klubów i szkół sportowych.
- Każdy zespół musi składać się minimum z 3 zawodniczek. Nie ma górnego ograniczenia liczby członkiń drużyny.
- Osoby biorące udział w tej klasyfikacji zobowiązane są do podania w zgłoszeniu wspólnej nazwy Drużyny pod którą zostaną zweryfikowane
- Jedna zawodniczka może reprezentować jedną drużynę.
- Za wynik końcowy drużyny uznaje się sumę najlepszych trzech czasów osiągniętych przez jej zawodniczki. W przypadku, gdy bieg ukończy mniej niż trzy zawodniczki, drużyna nie będzie klasyfikowana.
- W razie uzyskania jednakowych wyników przez więcej niż jedną drużynę o pozycji w klasyfikacji końcowej decyduje w pierwszej kolejności:
 - ✓ liczba zgłoszonych zawodniczek (wyższa – wyższe miejsce)
 - ✓ czasy kolejnych zawodniczek w drużynie – czwarta, piąta itd...
- Zawodniczki będące członkiniami drużyn obowiązuje regulamin XII Jastrzębskiego Biegu Kobiet i biorą udział w klasyfikacjach indywidualnych oraz mogą być weryfikowane w klasyfikacji rodzinnej
- Podstawą sklasyfikowania każdej zawodniczki z drużyny jest ukończenie biegu oraz elektroniczny pomiar czasu za pomocą chipa montowanego do sznurowadeł.

IX. Klasyfikacja Nordic Walking

- Klasyfikacja Generalna (roczniki 2010 i starsze)
- Podstawą sklasyfikowania w danej kategorii jest poprawnie wypełniony formularz zgłoszeniowy oraz ukończenie marszu z elektronicznym pomiarem czasu za pomocą chipa montowanego do sznurowadeł.

X. Klasyfikacja Najliczniejsza Drużyna:

Do klasyfikacji **najliczniejsza drużyna** brane są pod uwagę zawodniczki zarówno zgłoszone do biegu jak i marszu. Głównym i wyłącznym kryterium klasyfikacji osób do drużyny jest dokładnie ta sama jednolita wspólna nazwa drużyny. Zaleca się wybór nazwy drużyny z listy utworzonych drużyn (nazwę drużyny ustala pierwsza osoba która zgłasza drużynę – ważne są zarówno wielkie i małe litery, polskie znaki jak i nazwa pisana w całości bądź w skrócie).

XI. Nagrody

1. Wszystkie zawodniczki, które ukończą zawody otrzymują na mecie pamiątkowe medale.
2. Klasyfikacje Biegu:
 - a) Zdobywczynie miejsc 1-6 w klasyfikacji generalnej – Statuetki oraz nagrody w postaci bonów o wartościach:

1 miejsce - 350 PLN
2 miejsce - 300 PLN
3 miejsce - 250 PLN
4 miejsce - 170 PLN
5 miejsce - 170 PLN
6 miejsce - 170 PLN

- b) Zdobywczynie miejsc 1-3 w klasyfikacjach wiekowych – statuetki oraz bony o wartości:

1 miejsce - 170 PLN
2 miejsce - 120 PLN
3 miejsce - 100 PLN

- c) Zdobywczynie miejsc 1-3 w klasyfikacji najlepsza jastrzębianka – statuetki oraz upominek
 - d) Najwcześniej urodzona uczestniczka imprezy – statuetka oraz niespodzianka
 - e) Klasyfikacja Rodzinna – statuetki dla 3 najlepszych rodzin (Matka + Córka, Sisters) oraz niespodzianka
 - f) Klasyfikacja Przyjaciółki do Spółki – statuetki dla 6 najlepszych par oraz niespodzianki
 - g) Klasyfikacja Drużynowa – statuetki dla 3 najlepszych drużyn, statuetka dla Najliczniejszej Drużyny
3. Klasyfikacje Marszu:
 - a) Zdobywczynie miejsc 1-6 (wg. kolejności przyjscia na linii mety) w klasyfikacji generalnej – statuetki oraz bony o wartości:

1 miejsce - 200 PLN
2 miejsce - 150 PLN
3 miejsce - 100 PLN
4 miejsce - 50 PLN
5 miejsce - 50 PLN
6 miejsce - 50 PLN

4. Nagrody nie dublują się!

5. Wśród wszystkich zawodniczek, które ukończą zawody odbędzie się konkurs z nagrodami.

XII. Punkt medyczny

1. Punkt medyczny będzie znajdował się przy Mecie na Stadionu Miejskiego, ul. Harcerska 14 B oraz na trasie biegu w postaci patrolu medycznego i będzie obsługiwany przez ratowników medycznych.

XIII. Depozyt, Szatnie

1. Szatnie będą znajdowały się w budynku głównym Stadionu Miejskiego, ul. Harcerska 14 B
2. Depozyt będzie się znajdował w sali gimnastycznej w budynku głównym Stadionu Miejskiego, ul. Harcerska 14 B

XIV. Nawadnianie i Żywienie

1. Punkt nawadniania będzie znajdował się na półmetku (ok.2,5km) oraz tuż za Metą.
2. Punkt żywieniowy po biegu będzie znajdował się na Koronie Stadionu Miejskiego

XV. Ochrona Danych Osobowych

1. Klauzula o ochronie danych osobowych oraz utrwalenia i upublicznienia wizerunku jest dostępna na stronie organizatora: <https://www.mosir.jastrzebie.pl/rodo/klauzula-informacyjna-wydarzenia-sportowe-i-rekreacyjne>
2. Każdy uczestnik zobowiązany jest do zapoznania się z klauzulą informacyjną dotyczącą przetwarzania danych osobowych uczestników wydarzeń sportowych i rekreacyjnych organizowanych przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Jastrzębiu-Zdroju promujących sport i rekreację, a także współzawodnictwo oraz Miasto Jastrzębie-Zdrój.
3. Akceptacja niniejszego Regulaminu jest jednoznaczna z potwierdzeniem, że uczestnik zna także i akceptuje zapisy klauzuli informacyjnej dotyczącej przetwarzania jego danych osobowych, w tym upublicznienia wizerunku.
4. Organizator Biegu oświadcza, że nie ponosi odpowiedzialności za przetwarzanie danych osobowych oraz upublicznienie wizerunki, które zostanie dokonane przez Współorganizatorów i inne podmioty, w tym w szczególności przez lokalne media.

XVI. Postanowienia końcowe

1. Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe
2. Koszty opłaty startowej, koszty dojazdów oraz innych świadczeń pokrywają uczestniczki imprezy lub organizacje delegujące
3. Uczestniczki mają obowiązek przestrzegania porządku publicznego, poleceń służb porządkowych oraz poszanowania pozostałych Uczestników Biegu. Organizator ma prawo usunąć z terenu biegu/marszu osoby, które w jakikolwiek sposób zakłócają porządek publiczny, przebieg Biegu/Marszu lub zachowują się niezgodnie z Regulaminem.
4. W ramach opłaty startowej do 17.04.2026r każda uczestniczka otrzymuje pakiet startowy w skład, którego wchodzi :
 - Parasolka z logo biegu
 - Poczęstunek
 - Napój
 - Niespodzianki od Partnerów
5. Numery startowe MUSZĄ być w czasie biegu/marszu widoczne i przypięte do koszulki na klatce piersiowej
6. Chipy do pomiaru czasu muszą być zamontowane do sznurowadeł. W innym przypadku organizator nie odpowiada za błędny pomiar czasu!
7. Zawodniczki startują na własną odpowiedzialność podpisując „Oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność”. Odebranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją powyższego regulaminu
8. Wszystkie zawodniczki obowiązują zasady fair-play
9. Protesty można wносить do czasu dekoracji zawodników, po wpłynięciu kaucji w wysokości 100zł, która ulega zatrzymaniu w przypadku uznania protestu za bezzasadny.
10. W sprawach spornych decyzje podejmuje Organizator!

XVII. Kontakt

Koordynatorzy Imprezy :

Agnieszka Badach – tel. kom. 504 239 040

(od poniedziałku do piątku w godzinach 7.30-15.30)

Staśkiewicz Jakub - tel. kom. 505 187 233

(od poniedziałku do piątku w godzinach 7.30-15.30)

MOSiR Jastrzębie – Organizacja Imprez – 32 4719 450 wew. 24

(od poniedziałku do piątku w godzinach 7.30-15.30)

e-mail : organizacja@mosir.jastrzebie.pl

Więcej szczegółów na:

<http://www.biegjastrzebie.pl/>

