

REGULAMIN
XIV BIEG ULICZNY
„JASTRZĘBSKA DZIESIĄTKA”
im. Jana Tyńca
Mistrzostwa Województwa Śląskiego



ATEST PZLA

I. ORGANIZATOR

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji Jastrzębie-Zdrój

WSPÓŁORGANIZATORZY

Śląski Związek Lekkiej Atletyki

Towarzystwo Lekkoatletyczne Athletics Jastrzębie

Stowarzyszenie Skyrunning Polska

TMRP Sport SP. z o.o.

II. TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się w dniu **19.09.2026r.** (sobota) w Jastrzębiu-Zdroju o godzinie **17.00**
2. Start, Meta oraz Biuro Zawodów znajdują się przy Hali Widowiskowo-Sportowej Aleja Jana Pawła II 6 w Jastrzębiu-Zdroju

III. PROGRAM IMPREZY

13.00 – Otwarcie Biura Zawodów do Biegu Głównego oraz Biegów Małego Jastrząbka

14.30 – Zamknięcie biura do XI Biegów Małego Jastrząbka

15.00-15.50 – Starty do XI Biegów Małego Jastrząbka

16.00 – Dekoracja Biegów Małego Jastrząbka

16.30 – Zamknięcie Biura Zawodów do Biegu Głównego

17.00 – Start Biegu na 10km

19.00 – Oficjalne wręczenie nagród dla zwycięzców, konkurs z nagrodami

20.30 – Zakończenie imprezy

IV. DYSTANS, TRASA, POMIAR CZASU

- Długość trasy wynosi 10km i posiada Atest Polskiego Związku Lekkiej Atletyki
- Limit czasu – 90 minut
- Trasa prowadzi centralnymi ulicami Miasta i będzie oznaczona co 1km
Pomiar czasu : Automatyczny za pomocą chipa montowanego do sznurowadeł
Pomiaru dokona firma – B4SPORTONLINE.PL

V. UCZESTNICTWO:

1. Prawo startu mają osoby urodzone do 19.09.2010r.
2. Warunek Udziału w Biegu :
 - a. Wyrażenie zgody na przestrzeganie niniejszego Regulaminu i tym samym pełna

akceptacja powyższych regulacji oraz zobowiązanie się do ich przestrzegania.

- b. Udział w Biegu 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 Biegu wyłącznie osoby posiadające dobry stan zdrowia, nieposiadające przeciwwskazań medycznych do uczestnictwa w zawodach. Zawodnicy, którzy nie ukończyli 18 lat zobowiązani są do okazania zgody na udział w biegu 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.

VI. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

1. ORGANIZATOR USTALA LIMIT DO 600 ZAWODNIKÓW

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 600 osób, lista startowa zostaje zamknięta. W przypadku nie osiągnięcia limitu zapisy będą przyjmowane wyłącznie do dnia **19.08.2026r**

W Dniu Zawodów organizator nie będzie przyjmował zgłoszeń!!!

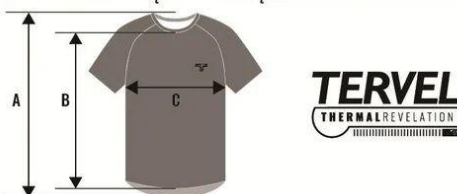
Zgłoszeniem do zawodów uważa się ZGŁOSZENIE OPŁACONE!!!

Organizator nie będzie przyjmował opłaty startowej w dniu zawodów!

4. Zgłoszenie z potwierdzoną płatnością będzie widoczne na liście startowej po wpłynięciu opłaty startowej. Zgłoszenie nieopłacone będzie widniało na liście z niepotwierdzoną płatnością.
5. Mistrzostwa Województwa Śląskiego w biegu na 10km
 - Kierownictwo: Śląski Związek Lekkiej Atletyki
 - Uczestnictwo – Zawodnicy posiadający aktualną licencję na 2026 rok wyłącznie z klubów z województwa śląskiego – nr aktualnej licencji zawodniczej wymagany przy zgłoszeniu.
6. **Organizator umożliwia zakup oficjalnej koszulki biegu w cenie 65,00 zł. Aby zakupić koszulkę należy podczas zgłoszenia do biegu wybrać opcję "Chcę zamówić koszulkę" oraz wybrać odpowiedni dla siebie rozmiar**



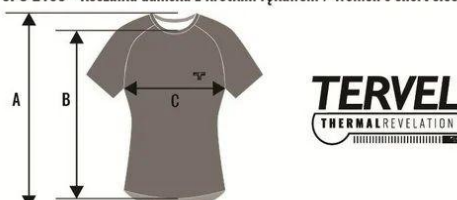
SPD 1106 - Koszulka męska z krótkim rękawem / Men's short sleeve shirt



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%

SPD 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%

7. W zgłoszeniu należy zaznaczyć orientacyjny czas pokonania biegu (10km) wybierając odpowiednią Strefę Startową do: 35,40,45,50,55 i pow. 55 minut
8. Prawo do bezpłatnego startu pod warunkiem zgłoszenia się do 19.08.2026r. bądź do osiągnięcia limitu (600 osób) mają osoby powyżej 70 roku życia.
9. Za zgłoszenie uważa się rejestrację w systemie zgłoszeniowym Biegu na stronie www.biegjastrzebie.pl lub www.b4sportonline.pl i wpływu na konto organizatora opłaty startowej.
10. Opłata startowa wynosi:
 - 75,00 zł

UWAGA! WPŁATY WNOSZONE ELEKTRONICZNIE WYŁĄCZNIE ZA POŚREDNICTWEM PORTALU ZAPISÓW B4SPORT bezpośrednio po rejestracji!

- a) Osoby, które chcą otrzymać fakturę VAT - prosimy o wysłanie info. na adres e-mail: organizacja@mosir.jastrzebie.pl najpóźniej do 19.09.2026r. Faktury będą wystawione po zamknięciu zgłoszeń w okresie od 19.08.2026-30.09.2026.
- b) W sprawach dotyczących płatności elektronicznej prosimy o kontakt bezpośrednio na adres mailowy: kontakt@b4sport.pl
- c) Osoby, które zarejestrują się i wniosą opłatę startową do dnia 19.08.2026r otrzymują imienny numer startowy.
- 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. 4, obowiązywać będzie opłata startowa w wysokości 75,00zł
- e) Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi! W przypadku rezygnacji ze startu w XIV Biegu Ulicznym „Jastrzębska Dziesiątka” organizator umożliwi przeniesienie opłaty startowej na innego uczestnika jednakże, można tego dokonywać najpóźniej do 19.08.2026r.
- f) Poprzez dokonanie rejestracji, uczestnik potwierdza, że zapoznał się z Regulaminem imprezy i zobowiązuje się do jego przestrzegania oraz wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych na zasadach określonych w niniejszym Regulaminie oraz klauzuli informacyjnej RODO dla uczestników imprez.
- g) Organizator informuje, iż dane osobowe zgłoszonych uczestników w postaci imienia i nazwiska, miejscowości, klubu, drużyny oraz kategorii do których został zgłoszony podlegają upublicznieniu na stronie internetowej organizatora. Upublicznienie służy weryfikacji, czy uczestnik się zakwalifikował.
- h) 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

VII. BIURO ZAWODÓW – Hala Widowiskowo-Sportowa Aleja Jana Pawła II 6

Pakiety startowe będą wydawane w Biurze Zawodów w godzinach funkcjonowania Biura. Odbieranie pakietów i numerów startowych odbywać się będzie na podstawie dokumentu identyfikacyjnego ze zdjęciem.

Organizator umożliwi odbiór pakietu startowego przez osobę trzecią na podstawie druku dostępnego na stronie biegu.

VIII. SZATNIE, DEPOZYT

Szatnie oraz depozyt będą znajdować się na terenie Hali Widowiskowo-Sportowej przy Alei Jana Pawła II 6

IX. PUNKT MEDYCZNY, NAWADNIANIA, ŻYWIENIA

1. Punkt medyczny będzie znajdował się na Starcie, Trasie oraz przy Mecie na terenie Hali Widowiskowo-Sportowej i będzie obsługiwany przez ratowników medycznych.
2. Punkt nawadniania będzie znajdował się na 5km oraz tuż za Metą.
3. Punkt żywieniowy po biegu będzie znajdował się na terenie Hali Widowiskowo-Sportowej

X. KLASYFIKACJE

Wszelkie klasyfikacje prowadzone będą wg indywidualnych czasów „netto”, za wyjątkiem pierwszych 6-ciu mężczyzn i kobiet przekraczających linię mety, którzy będą klasyfikowani wg czasu „brutto”

Kobiety i Mężczyźni będą klasyfikowani wg osobnego czasu startu.

Podczas XIV Biegu Ulicznego „ Jastrzębska Dziesiątka” będą prowadzone niezależne klasyfikacje dla Kobiet i Mężczyzn:

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 lat i starsi (rocznik 1956 i starsi)

3. Klasyfikacja Mistrzostw Województwa Śląskiego

4. Najlepszy Górnik – weryfikacja na podstawie oświadczenia

5. Najlepsza jastrzębianka

6. Najlepszy jastrzębianin

7. Najwcześniej urodzona zawodniczka biegu

8. Najwcześniej urodzony zawodnik biegu

9. Klasyfikacja Drużynowa

- W klasyfikacji drużynowej mogą brać udział drużyny reprezentujące kluby sportowe, grupy biegowe, reprezentacje firm i instytucji etc.
- Każdy zespół musi składać się z minimum 5 osób w tym minimum z jednej kobiety. Nie ma odgórnego ograniczenia liczby członków drużyny.
- Osoby biorące udział w klasyfikacji drużynowej zobowiązani są do podania w zgłoszeniu wspólnej nazwy Drużyny, pod którą zostaną zweryfikowani
- Jedna osoba może reprezentować jedną drużynę
- Za wynik końcowy drużyny uznaje się sumę najlepszych pięciu czasów osiągniętych przez ich zawodników (w tym co najmniej 1 kobieta)

W razie uzyskania jednakowych wyników przez więcej niż jedną drużynę o pozycji w klasyfikacji końcowej decyduje w pierwszej kolejności :

- liczba zawodników z drużyny, która ukończyła bieg (wyższa - wyższe miejsce)

- czas kolejnych zawodników z drużyny - szósty, siódmy itd.

- Osoby będące członkami drużyn obowiązują Regulamin XIV Biegu Ulicznego "Jastrzębska Dziesiątka" i biorą udział w klasyfikacjach indywidualnych

Podstawą klasyfikacji jest elektroniczny pomiar czasu i ukończenie biegu!

XI. NAGRODY

1. Zwycięzcy poszczególnych kategorii kończący Bieg otrzymują nagrody:
 - a. Klasyfikacje generalne – statuetki oraz nagrody finansowe za miejsca 1-6 (K i M)
 - 1 miejsce 600 PLN
 - 2 miejsce 500 PLN
 - 3 miejsce 450 PLN
 - 4 miejsce 400 PLN
 - 5 miejsce 350 PLN
 - 6 miejsce 300 PLN
 - b. Nagrody rzeczowe/vouchery oraz puchary w kategoriach wiekowych za miejsca 1-3 (wg wartości)
 - 1 miejsce 250 PLN
 - 2 miejsce 150 PLN
 - 3 miejsce 100 PLN
 - c. Medale oraz statuetki w klasyfikacji Mistrzostw Województwa Śląskiego za miejsca 1-3
 - d. Nagrody za rekord biegu – czasy poniżej : Kobiety 33:33, Mężczyźni 29:30
 - e. Klasyfikacja najlepszy górnik – statuetki oraz nagrody rzeczowe za miejsca 1-3
 - f. Klasyfikacje najlepsi jastrzębianka, jastrzębianin – statuetki oraz nagrody rzeczowe za miejsca 1-3
 - g. Klasyfikacja najwcześniej ur. uczestnicy biegu – nagroda rzeczowa oraz statuetka
 - i. Klasyfikacja Drużynowa:
 - statuetki dla 3 najlepszych drużyn
 - statuetki dla najliczniejszej drużyny
2. Nagrody nie dublują się!
3. Nagrody w klasyfikacji generalnej (miejsca 1-6) przysługują wg kolejności wbiegnięcia na linię mety
4. Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg w czasie 90min (limit czasowy) od strzału startera, otrzymają medal.
5. Ponadto wśród wszystkich zawodników, którzy ukończą bieg odbędzie się konkurs z nagrodami rzeczowymi a warunkiem odbioru nagród jest osobista obecność podczas wręczania i konkursu z numerem startowym.

XII. FINANSOWANIE

1. Koszty opłaty za pakiet startowy, koszty dojazdów oraz innych świadczeń pokrywają Uczestnicy imprezy lub organizacje delegujące.
2. W ramach wpisowego Uczestnik nabywa pakiet startowy w skład, którego wchodzi:
 - bidon

- posiłek
- butelka wody
- **Techniczna koszulka startowa firmy TERVEL – do indywidualnego zakupu**

Wpisowe również obejmuje :

- pamiątkowy medal dla wszystkich, którzy przekroczą linię mety
- elektroniczny pomiar czasu za pomocą chipów w numerze startowym
- pamiątkowy numer startowy
- udział w konkursie z nagrodami

XIII. UWAGI KOŃCOWE!

- Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe
- Uczestnicy mają obowiązek przestrzegania porządku publicznego, poleceń służb porządkowych oraz poszanowania pozostałych Uczestników Biegu. Organizator ma prawo usunąć z terenu Biegu osoby, które w jakikolwiek sposób zakłócają porządek publiczny, przebieg Biegu lub zachowują się niezgodnie z Regulaminem
- Numery startowe **MUSZĄ** być w czasie biegu widoczne i przypięte do koszulki na klatce piersiowej.
- Limit czasu: 90 minut
- Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność podpisując „**oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność**”, odebranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją powyższego regulaminu.
- Wszystkich uczestników obowiązują zasady fair-play
- Protesty można wnosić do czasu dekoracji zawodników, po wpłaceniu kaucji w wysokości 100 zł, która ulega zatrzymaniu w przypadku uznania protestu za bezzasadny.
- **W sprawach spornych decyzje podejmuje organizator!**

XIV. 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.

XV. KONTAKT

Jakub Staśkiewicz – tel. 505 187 233

jtaskiewicz@mosir.jastrzebie.pl

Agnieszka Badach – tel. 504 239 040

organizacja@mosir.jastrzebie.pl

Arleta Dejewska ds. wolontariatu i biegów młodzieżowych – tel. 507 078 324

adejewska@mosir.jastrzebie.pl

Więcej szczegółów na:

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



**JASTRZĘBSKA
10**

XIV BIEG ULICZNY

**JASTRZĘBSKA
DZIESIĄTKA**

IM. JANA TYŃCA

19.09.2026

ZAPISY 1.05 → BIEGJASTRZEBIE.PL