



REGULAMIN



NIEMICA – PĘKANINO (Jez. Chróstno) – NIEMICA

1. Cel wydarzenia:

- 1) popularyzacja biegania jako najprostszej formy rekreacji ruchowej prowadzącej do prowadzenia zdrowego trybu życia,
- 2) promocja profilaktyki zdrowotnej,
- 3) inicjowanie i upowszechnianie aktywności fizycznej,
- 4) integracja poprzez ruch i wspólną zabawę,
- 5) promocja rekreacji ruchowej i Gminy Malechowo.

2. Organizator:

Gmina Malechowo, Malechowo 22A, 76-142 Malechowo

3. Partnerzy:

Szkoła Podstawowa im. Noblistów Polskich w Niemicy, jednostki OSP, Koła Gospodyń Wiejskich i Kluby Seniora z terenu Gminy Malechowo, Fundacja Herkules All Sports

4. Termin i miejsce:

25 sierpnia 2024 roku (niedziela)

START – godz. 13:00

start/meta – teren przy Szkole Podstawowej w Niemicy (Niemica 31, 76-142 Malechowo)

Biuro Organizacyjne Biegu (park przy Szkole Podstawowej w Niemicy) przyjmuje zgłoszenia zawodników/zawodniczek w dniu Biegu w godz.: **11.30-12:45**.

5. Dystans:

10 km

6. Trasa

Trasa biegu przełajowego to pętla prowadząca z okolic Szkoły Podstawowej w Niemicy przez urokliwe kompleksy leśne Nadleśnictwa Karnieszewice w kierunku m. Pękanino – do jeziora Chróstno i z powrotem do miejsca startu/mety przy Szkole Podstawowej w Niemicy.

Prowadzi asfaltowymi drogami publicznymi, fragmentami dróg z płyt jomb, drogami leśnymi, szutrowymi i śródpolnymi o nawierzchni kamienistej i piaszczystej.

7. Warunki uczestnictwa

- 1) bieg ma charakter otwarty, a prawo do udziału mają kobiety i mężczyźni,
- 2) zawodnik/zawodniczka musi mieć ukończone 18 lat (urodzeni przed 25 sierpnia 2006 r.),
- 3) zawodnik/zawodniczka musi posiadać aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uprawiania biegania lub złożyć własnoręcznie podpisane oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uprawiania tej formy sportu,
- 4) każdy zawodnik/zawodniczka zobowiązany jest zapoznać się z niniejszym regulaminem, przestrzegać jego postanowień oraz zasad bhp i ppoż.,
- 5) każdy zawodnik/zawodniczka musi podporządkować się poleceniom Organizatora i odpowiednich służb.

8. Zapisy i zgłoszenia:

- 1) wprowadza się limit uczestników – 150 zawodniczek/zawodników (decyduje kolejność zgłoszeń i uiszczenie opłaty startowej), a co za tym idzie – samo zgłoszenie nie daje gwarancji zmieszczenia się w limicie zawodników i możliwości startu w Biegu,
- 2) obowiązuje zgłoszenie internetowe do Biegu za pomocą systemu zgłoszeń – linki dostępne są na stronach internetowych: www.malechowo.pl i www.herkules.org.pl oraz wniesienie opłaty startowej – **do dnia 23 sierpnia 2024 r., godz. 23:59**,
- 3) w przypadku braku możliwości wcześniejszej rejestracji dopuszczalne jest złożenie odpowiedniego formularza w Biurze Organizacyjnym Biegu (w dniu biegu w godz. 11.30-12:45),
- 4) zgłoszenie zawodnika/zawodniczki i wniesienie opłaty startowej powoduje nadanie unikalnego numeru startowego,
- 5) każdy zgłoszony zawodnik/zawodniczka musi zostać zweryfikowany poprzez okazanie dokumentu ze zdjęciem, złożenie własnoręcznego podpisu na karcie uczestnika i oświadczeniu dot. stanu zdrowia **w Biurze Organizacyjnym Biegu w dniu biegu w godz. 11.30-12:45**. Biuro wydaje numer startowy i chip do pomiaru czasu.
- 6) pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją przez zawodnika/zawodniczkę niniejszego regulaminu.

9. Opłata startowa:

- 1) 30,00 zł – wpłata na konto do dnia 23 sierpnia 2024 r., godz. 23:59, wpłaty należy dokonać za pomocą systemu elektronicznego BLUEMEDIA lub na konto bankowe: Herkules Sp. z o. o.
numer konta: 39 1240 1428 1111 0010 7096 7871
w tytule przelewu należy wpisać: imię i nazwisko uczestnika, numer rejestracji, datę urodzenia i adres,
- 2) 40,00 zł – gotówką w Biurze Organizacyjnym Biegu w dniu zawodów, tj. 25 sierpnia 2024 r.,
- 3) nie ma możliwości zwrotu wniesionej przez zawodnika opłaty.

10. Pomiar czasu, klasyfikacja, kategorie:

- 1) elektroniczny pomiar czasu prowadzony będzie przy użyciu chipów, ponadto ustalenia kolejności zawodników na mecie dokonują sędziowie,
- 2) numer startowy powinien być prawidłowo zamocowany czterema agrafkami z przodu, a chip zgodnie z instrukcją udzieloną w Biurze Organizacyjnym Biegu,

- 3) brak numeru podczas zawodów będzie skutkowało dyskwalifikacją,
- 4) wszelkie klasyfikacje prowadzone będą według indywidualnych czasów netto liczonych od momentu przekroczenia linii startu do przekroczenia linii mety,
- 5) wyniki dostępne będą na stronach: www.malechowo.pl i www.herkules.org.pl,
- 6) podczas biegu prowadzone są klasyfikacje:
 - a) generalna kobiet i generalna mężczyzn,
 - b) wg kategorii wiekowych, odrębnie kobiet i mężczyzn:
 - 18-29 lat (rocznik 1995-2006) – K20, M20;
 - 30-39 lat (rocznik 1985-1994) – K30, M30;
 - 40-49 lat (rocznik 1975-1984) – K40, M40;
 - 50-59 lat (rocznik 1965-1974) – K50, M50;
 - 60-69 lat (rocznik 1955-1964) – K60, M60;
 - 70 lat i więcej (rocznik 1954 i starsi) – K70, M70;
 - c) zawodników/zawodniczek z terenu Gminy Malechowo – odrębnie kobiet i mężczyzn,
 - d) zawodników/zawodniczek z terenu Powiatu Sławieńskiego – odrębnie kobiet i mężczyzn.
- 7) o przynależności do danej kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia.

11. Nagrody i dodatkowe świadczenia:

- 1) w klasyfikacji generalnej kobiet i klasyfikacji generalnej mężczyzn – miejsca I-III – dyplomy i statuetki/puchary Wójta Gminy Malechowo;
- 2) miejsca I-III w każdej kategorii wiekowej odrębnie kobiet i mężczyzn – dyplomy;
- 3) dla najlepszej zawodniczki i najlepszego zawodnika z terenu Gminy Malechowo oraz Powiatu Sławieńskiego – dyplomy i statuetki/puchary;
- 4) zawodnik/zawodniczka odbierając numer startowy otrzyma tzw. „pakiet startowy”, w tym m.in. bon na posiłek regeneracyjny,
- 5) zawodnik/zawodniczka, który ukończy bieg otrzyma pamiątkowy medal,
- 6) zakres i ilość nagród oraz innych świadczeń mogą zostać zwiększone.

12. Sprawy finansowe:

- 1) koszty organizacyjne ponosi Organizator,
- 2) koszty osobowe pokrywają uczestnicy lub jednostki delegujące we własnym zakresie,
- 3) zakwaterowanie zawodników we własnym zakresie (kwatery agroturystyczne, hotele, pensjonaty, ośrodki wczasowe i inne).

13. Ochrona danych osobowych:

- 1) administratorem danych osobowych uczestników Biegu Bez Spiny jest Wójt Gminy Malechowo, Malechowo 22A, 76-142 Malechowo,
- 2) powołano inspektora ochrony danych osobowych, z którym można skontaktować się pod adresem iodo@malechowo.pl lub listownie na adres administratora,
- 3) podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie w zakresie: imion i nazwiska, adresu zamieszkania, danych kontaktowych, daty urodzenia, płci i nazwy klubu sportowego lub drużyny jest niezbędne do rejestracji i udziału w biegu, a podanie pozostałych danych osobowych tj. numer telefonu nie jest obowiązkowe ale wskazane np. w razie wypadku,
- 4) niepodanie danych lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w biegu,
- 5) dane osobowe uczestników (w tym wizerunek) przetwarzane będą w celu organizacji i przeprowadzenia biegu, wyłonienia zwycięzców, przyznania, wydania i odbioru nagrody, rozliczenia Biegu oraz promocji biegu w materiałach drukowanych, prasie, radiu i telewizji oraz w mediach społecznościowych zarówno przez Organizatora jak i partnerów, patronów medialnych i sponsorów (wyniki, zdjęcia, filmy, itp.),

- 6) wszystkie dane uczestników uzyskane przez organizatora i partnerów, zawarte w formularzu rejestracyjnym zostaną zapisane w sposób elektroniczny i wykorzystywane będą wyłącznie w celu w którym zostały zebrane,
- 7) dane osobowe uczestników będą przetwarzane przez podmioty uprawnione na podstawie przepisów prawa, nie będą podlegały zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji, w tym profilowaniu,
- 8) dane osobowe uczestników będą przetwarzane do czasu realizacji obowiązku wynikającego z przepisów prawa oraz w razie złożenia ewentualnych roszczeń – do chwili ich przedawnienia,
- 9) uczestnik posiada prawo: dostępu do danych osobowych; sprostowania danych osobowych, do przenoszenia, usunięcia, ograniczenia przetwarzania i wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania danych osobowych oraz do cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem,
- 10) cofnięcie zgody jest możliwe wyłącznie przed startem w biegu i wiąże się z wykreśleniem uczestnika z listy startowej,
- 11) uczestnik ma prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, gdy uzna, iż dane osobowe przetwarzane są przez administratora niezgodnie z przepisami ochrony danych osobowych.

14. Postanowienia końcowe:

- 1) Bieg odbędzie się bez względu na pogodę,
- 2) organizator posiada ubezpieczenie OC i nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia NNW, każdy uczestnik może ubezpieczyć się indywidualnie,
- 3) organizator oraz wszystkie osoby z nim współpracujące nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za wypadki, kolizje, szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpią przed, w trakcie lub po zawodach spowodowane przez i z winy uczestników wydarzenia,
- 4) organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione podczas wydarzenia,
- 5) organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie biegu oraz 3-4 punkty nawadniania.
- 6) uczestnik, który zrezygnuje z udziału w Biegu w trakcie jego trwania winien niezwłocznie zgłosić się do obsługi biegu (na trasie) lub do Biura Organizacyjnego Biegu,
- 7) interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do organizatora, a w sprawach nieujętych w regulaminie ostateczną decyzję podejmuje organizator,
- 8) zgłoszenie się do Biegu Bez Spiny jest równoznaczne z akceptacją regulaminu wydarzenia,
- 9) informacje na temat biegu udzielane są pod numerem tel. 94 314 05 85.

15. Informacje dodatkowe:

V Biegowi bez Spiny w dniu 25 sierpnia 2024 r. towarzyszyć będą:

1) II Bieg bez Spinki

To biegi dziecięco-młodzieżowe w kilku kategoriach wiekowych na różnych dystansach, rozgrywane na boisku trawiastym przy Szkole Podstawowej w Niemicy w dniu 25 sierpnia 2024 r.
Program:

09:00 – zapisy w miejscu rozgrywania zawodów (boisko w Niemicy),

10:00 – start pierwszego z biegów,

12:30 – dekoracja zwycięzców (park przy Szkole Podstawowej w Niemicy).

Obowiązuje odrębny regulamin zawodów.

2) I Rekreacyjny Marsz Nordic Walking

Rekreacyjny spacer z kijkami nordic walking z udziałem instruktora w tej dyscyplinie, po urokliwych lasach w okolicy Niemicy, na dystansie ok. 3 km – poprzedzony nauką, instruktażem i praktycznymi wskazówkami.

Biuro Organizacyjne Biegu (park przy Szkole Podstawowej w Niemicy) przyjmuje zgłoszenia uczestników marszu w dniu wydarzenia w godz.: 11.30-12:45. Wymarsz o godz. 13:10.

Istnieje możliwość wypożyczenia kijów (ilość ograniczona).