



5 LEŚNE BIEGANIE
DLA ZDROWIA
Wola, 15.05.2021r.

Regulamin V Leśne Bieganie dla Zdrowia w Woli

I. Cel imprezy:

- rozwijanie aktywności ruchowej wśród mieszkańców Gminy Miedzna,
- propagowanie biegania i nordic walking jako najprostszej formy aktywności,
- integracja społeczności lokalnej,
- promocja terenów leśnych Gminy Miedzna.

II. Organizator:

- Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Miedznej z/s w Woli,
- Zespół Szkolno – Przedszkolny w Woli,
- Nadleśnictwo Kobiór.

III. Komitet organizacyjny w składzie:

Ireneusz Mietliński, Sebastian Pyjas, Marcin Domżał.

IV. Miejsce i termin:

- trasa leśna w Woli, gmina Miedzna w pobliżu wiaty grillowej i leśniczówki,
- zawody rozegrane zostaną w konkurencjach biegowych i Nordic Walking,
- miejsce zbiórki przed zawodami – wiaty grillowa w Woli przy ul. Międzyrzeckiej od 9⁰⁰ – 9⁴⁵,
- **termin 15 maja 2021r. (sobota) start do pierwszego biegu godz. 10⁰⁰.**

V. Trasa biegu, marszu i dystans:

- zawody rozegrane zostaną w konkurencjach biegowych i Nordic Walking,
- długość dystansów 4 200 m i 10 000 m z następującymi wytycznymi:
 - a) długość trasy biegowej dla zawodników **pełnoletnich** – dystans 4 200 m lub dystans 10 000 m (wybrany dystans należy zaznaczyć przy zgłoszeniu elektronicznym),
 - b) długość trasy biegowej dla rocznika **2003 i młodszych** – dystans 4 200 m,
 - c) długość marszu Nordic Walking dla wszystkich – dystans 4 200 m.

VI. Zabezpieczenie trasy:

1. Każdy uczestnik zawodów jest ubezpieczony od następstw nieszczęśliwych wypadków.

2. Organizatorzy zapewniają opiekę medyczną.
3. Organizatorzy i osoby zabezpieczające przebieg trasy są oznaczeni koszulkami z dużym napisem na plecach ORGANIZATOR BIEGU.

VII. Zasady uczestnictwa:

UWAGA !!! PODCZAS ZAWODÓW WSZYSTKICH UCZESTNIKÓW OBOWIAZUJE NOSZENIE MASECZEK ZAKRYWAJACYCH NOS I USTA ORAZ UTRZYMYWANIE DYSTANSU 1,5 m. W CZASIE BIEGU/MARSZU NIE MA OBOWIAZKU ZAKRYWANIA NOSA I UST.

Na terenie biura zawodów oraz w okolicy STARTU/METY organizatorzy zapewniają miejsca z płynem do dezynfekcji dłoni.

1. W zawodach mogą uczestniczyć amatorzy i osoby zrzeszone w klubach.
2. **Do zawodów zgłaszamy się tylko i wyłącznie elektronicznie.**
3. Zgłoszenia elektroniczne należy przysyłać poprzez formularz zgłoszeniowy: <https://bgtimesport.pl/zawody/biegi/id/466> podając rodzaj i długość dystansu, kategorię wiekową.
4. Startowe na pokrycie kosztów uczestnictwa należy wpłacić na konto do **10 maja 2021r, do godz. 22⁰⁰, liczy się data uznania rachunku bankowego GOSiR:**
 - dzieci i młodzież do lat 18 – w wysokości 10 zł. - przelewem na konto organizatora,
 - pozostałe osoby – w wysokości 20 zł. - przelewem na konto organizatora,
 - nr konta: **BS Miedźna 27 8446 0006 2001 0000 3095 0002,**
 - w przypadku absencji uczestnika startowe nie będzie zwracane.
5. Prawo startu w zawodach mają osoby, u których nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w biegach długodystansowych. Zgłoszenie się do zawodów jest jednocześnie oświadczeniem o biegu na własną odpowiedzialność. Każdy uczestnik zobowiązany jest do podania swojego nr PESEL w celu ubezpieczenia od NNW.
6. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział w zawodach od rodziców lub prawnych opiekunów. Warunkiem dopuszczenia do startu jest obecność rodzica lub opiekuna wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji zawodnika w biurze zawodów. Rodzic/prawny opiekun pozostaje na starcie/mecie do momentu ukończenia biegu przez dziecko. OŚWIADCZENIE do pobrania na stronie www.basen.miedzna.pl
7. Limit miejsc startowych wynosi **150 osób**, (łącznie biegaczy i Nordic Walking), ale będzie on uzależniony od aktualnych przepisów i obostrzeń covidowych w czasie organizacji zawodów tj. od 01.05. – 15.05.2021r. .
8. Pomiar czasu na wszystkich dystansach – elektroniczny.
9. Organizatorzy **nie wyrażają zgody** na udział zawodniczek/ów biegających z psami.

VIII. Program zawodów:

1. Zapisy internetowe przez stronę: <https://bgtimesport.pl/zawody/biegi/id/466> **od 01 maja 2021r. do 12 maja 2021 r. do godziny 22⁰⁰.**
2. **Uwaga !!! wydawanie numerów startowych (bezwrotnych) odbywać się będzie w wiacie grillowej przy ul. Międzyrzeckiej w Woli w dniu zawodów 15 maja 2021 r. od godziny 9⁰⁰ – 9⁴⁵. Podczas wydawania numerów obowiązuje dystans 1,5 m pomiędzy osobami odbierającymi numery i założone maseczki zasłaniające nos i usta !!!.**
3. W dniu startu:
 - START/META znajduje się w pobliżu wiaty grillowej przy ul. Międzyrzeckiej w Woli. **W oczekiwaniu na start przed biegiem/marszem i po jego**

zakończeniu uczestnicy bezwzględnie mają założone maseczki zakrywające nos i usta.

- organizatorzy zaplanowali w poszczególnych biegach/marszu - start masowy, ale zastrzegają sobie możliwość zmiany formuły startu np. start z podziałem na mniejsze grupy.
- 10⁰⁰ start biegu na dystansie 10 000 m,
- 10¹⁰ start biegu na dystansie 4200 m,
- 10²⁰ start Nordic Walking na dystansie 4200 m,
- po sportowej walce około godziny 12⁰⁰, dekoracja najlepszych zawodniczek i zawodników przy wiacie grillowej.

XI. Klasyfikacje i nagrody

1. Podczas zawodów będą prowadzone następujące klasyfikacje dla kobiet i mężczyzn w biegu i marszu Nordic Walking:
 - kategoria (dziewcząt i chłopców) rocznik 2003 i młodsi w biegu na dyst. - **4 200 m**,
 - klasyfikacja generalna (kobiet i mężczyzn) w Nordic Walking na dyst. - **4 200 m**,
 - klasyfikacja generalna (kobiet i mężczyzn) w konkurencji biegu na dyst. - **4 200 m** (osoby zadeklarowane przy zgłoszeniu do zawodów),
 - klasyfikacja generalna (kobiet i mężczyzn) w konkurencji biegu na dyst. – **10 000 m**,
 - wyłonienie najlepszego wyniku wśród zawodniczek i zawodników z Gminy Miedźna (proszę zaznaczyć przy zgłoszeniu elektronicznym przynależność do Gminy Miedźna) w biegu na dyst. – **10 000 m**, **UWAGA !** w przypadku nie wybrania przy rejestracji „mieszkaniec Gminy Miedźna” ewentualne reklamacje po zakończeniu biegu nie zostaną uwzględnione, UWAGA !!! zamiana numerów startowych z chipem powoduje automatyczną dyskwalifikację zawodnika,
 - medal dla każdej osoby która ukończyła zawody.
- Po zakończeniu zawodów każdy zawodnik otrzyma na mecie napój.

X. Uwagi końcowe:

1. Podczas zawodów wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe przymocowane do koszulek na klatce piersiowej. Po zakończeniu biegu/marszu numer startowy jest własnością uczestnika zawodów.
2. Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe.
3. Uczestnicy, pragnący otrzymać fakturę za wniesioną opłatę startową, mogą w tej sprawie skontaktować się z organizatorem wysyłając e-mail z danymi potrzebnymi do jej wystawienia na sekretariat@basen.miedzna.pl
4. Samochody można parkować przy krytej pływalni w Woli oraz przy kościele Matki Bożej Piekarskiej w Woli (po przeciwnej stronie basenu).
5. Przebieralnia we własnym zakresie.

6. Zgłaszając się na zawody każdy uczestnik **OŚWIADCZA**: *Znam regulamin „V Leśnego Biegania dla Zdrowia” w Woli organizowany przez GOSiR w Miedznej z/s w Woli, Zespół Szkolno – Przedszkolny w Woli i Nadleśnictwo Kobiór i zobowiązuję się do jego przestrzegania. Niniejszym oświadczam, że jestem w pełni zdrowa/zdrowy i zdolna/ny do udziału w zawodach na własną odpowiedzialność. Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych na potrzeby organizatorów, zgodnie z art. 13 ust.1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne o ochronie danych) (Dz.Urz.UE.L NR 119, str. 1), zwanego dalej „RODO”.*
7. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatorów, jak również uzależniona będzie od aktualnych przepisów i obostrzeń covidowych w czasie organizacji zawodów tj. od 01.05. – 15.05.2021r.
8. Dodatkowe pytania kierować do Ireneusza Mietlińskiego tel. 519347291, mail: i.mietlinski@miedzna.pl

Regulamin biegów znajduje się na: www.basen.miedzna.pl www.bgtimesport.pl

OŚWIADCZENIE DLA OSOBY NIEPEŁNOLETNIEJ*

Ja wyrażam zgodę na udział mojego dziecka
(czytelnie imię i nazwisko rodziców/opiekunów)

..... w „V Leśnym Bieganiu dla Zdrowia” w Woli.
(czytelnie imię i nazwisko dziecka)

Oświadczam, że moje dziecko startuje w zawodach na moją odpowiedzialność, oraz że nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do startu. Informuję, że zapoznałem się z regulaminem oraz akceptuję jego postanowienia. Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych na potrzeby organizatorów, zgodnie z art. 13 ust.1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne o ochronie danych) (Dz.Urz.UE.L NR 119, str. 1), zwanego dalej „RODO”.

Wola, 15 maja 2021r.

.....
podpis rodziców/opiekunów

* do pobrania

TRASY BIEGOWE

dystans 4 200 m



dystans 10 000 m

