

# REGULAMIN

Święto Niepodległości to wyjątkowe święto obchodzone corocznie 11 listopada dla upamiętnienia odzyskania przez Polskę niepodległości w 1918, po 123 latach zaborów (1795-1918).

Proponujemy uczcić odzyskania niepodległości na sportowo. Razem możemy zmanifestować jedność, radość, wolność.

Impreza jest pełna symboliki - start biegu nastąpi tradycyjnie o godzinie 11.11. Zanim wyruszymy na trasę wspólnie odśpiewamy hymn Polski, a na starcie utworzymy biało czerwoną flagę.

## I. INFORMACJE O ZAWODACH

1. Trasa biegu prowadzić będzie po ulicach miasta Gostynina. Długość trasy wynosi ok. 2,6km.(2 pętle po 1,300km) Trasa nie jest atestowana.
2. Bieg ma charakter amatorski, nie będzie prowadzony profesjonalny pomiar czasu w celu ustalenia ostatecznej klasyfikacji.
3. Limit czasu przebycia całej trasy biegu (2,6 km) wynosi 30 minut.
4. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
5. Formularz zapisów zostaje otwarty dla wszystkich chcących wziąć udział w biegu.
6. Limit startujących uczestników na dystansie 2,6 km to: 70 osób, dystans mini bieg 130 osób.

## II. CEL IMPREZY

1. Upamiętnienie odzyskania przez Polskę Niepodległości.
2. Poszerzenie i popularyzacja wiedzy na temat rocznicy odzyskania niepodległości.
3. Upowszechnienie biegania jako najprostszej formy ruchu.
4. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia wśród dzieci, młodzież, dorosłych i osób starszych.
5. Upowszechnienie idei wolontariatu.
6. Popularyzacja biegania na terenie Gostynina.
7. Promowanie zdrowego stylu życia oraz integracja pokoleń mieszkańców miasta i gminy.

## III. IMPREZY TOWARZYSZĄCE

**Mini bieg rodzinny** - dystans około 900m. Trasa biegu prowadzić będzie ulicami miasta Gostynina. Bieg nie jest formą ścigania, nie są przewidziane nagrody i puchary za pierwsze trzy miejsca. Każdy uczestnik biegu otrzyma pamiątkowy medal i dyplom czas na pokonanie całej trasy - 15 minut. Dzieci na trasie z rocznika 2014 i młodsze mogą brać udział w biegu wraz z opiekunem (lat 16). Trasa jest przystosowana do biegu z wózkiem. Bieg jest kierowany do osób dorosłych jak i dzieci.

Każdy uczestnik biegu wypełnia w biurze zawodów oświadczenia i zgody na bieg (900m, 2,6 km) w przypadku osób niepełnoletnich wypełnia opiekun osoba pełnoletnia .

#### **IV. ORGANIZATORZY**

Urząd Miasta Gostynina  
Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gostyninie  
Miejskie Centrum Handlowe Stara Betoniarnia

#### **V. TERMIN MIEJSCE I PROGRAM MINUTOWY**

Impreza odbędzie się w dniu 10.11.2024r. w godzinach 10:15 - 12:05. Start i meta znajdują się przy Ratuszu Miejskim. Start Mini biegu rodzinnego (900m) przewidziany jest o godzinie 10:20, o godzinie 11:11 przewidziany start biegu głównego (2,6 km).

Program minutowy

9:30 - otwarcie biura zawodów

10:20 - start biegu na dystansie 900m

10:35 - zamknięcie trasy biegu na 900m

11:00 - zamknięcie biura zawodów

11:05 - odśpiewanie hymnu

11:11- start biegu głównego 2,6 km

11:45 - zamknięcie trasy biegu

12:00 - dekoracja zwycięzców

12:05- zamknięcie zawodów.

#### **VI. MIEJSCE I POMIAR CZASU:**

1. Start/meta będą znajdować się w okolicach Ratusza Miejskiego, ul Rynek 1. Szczegółowa trasa zostanie zaprezentowana przez organizatora nie później niż 14 dni przed imprezą.
2. Trasa biegu będzie oznakowana przez wolontariuszy bieg dodatkowo poprowadzi samochód policyjny.
3. Bieg odbędzie się bez profesjonalnego pomiaru czasu dotyczy to dystansu 900m i 2,6 km .
4. Obowiązuje limit czasu na ukończenie biegu głównego 30min. Mini bieg rodzinny 900m – 15 minut. Jeżeli zawodnik/czka nie ukończy biegu przed upływem powyższego limitu czasowego, nie zostanie sklasyfikowany/a i zobowiązany/a jest do zejścia z trasy.

#### **VI. KLASYFIKACJE**

Podczas biegu na dystansie 2,6 km prowadzona będzie klasyfikacja generalna OPEN.

## VII. NAGRODY

1. Każdy zawodnik, który ukończy bieg na dystansie 900m i 2,6 km w regulaminowym czasie otrzyma pamiątkowy medal i dyplom.
2. Puchary otrzymają zawodnicy biegu głównego 2,600 km
  - Kat OPEN
  - I miejsce K/M
  - II miejsce K/M
  - III miejsce K/M
  - Każda szkoła podstawowa i przedszkole z terenu miasta Gostynin otrzyma puchar za udział w wydarzeniu minimum 10 osób z każdej placówki.

## VIII. ZGŁOSZENIA NA BIEG

Zgłoszenie na bieg będzie się odbywać drogą elektroniczną wysyłając zgłoszenie na adres email: [biuro@mosirgostynin.pl](mailto:biuro@mosirgostynin.pl) podając dane: **imię nazwisko, pełną datę urodzenia przynależność do klubu/szkoły**, forma zapisów obowiązuje dystans biegu głównego jak i również mini biegu rodzinnego.

Zgłoszenia na bieg ruszają od **07.10.2024**

Limit uczestników wynosi 130 osób na mini bieg rodzinny oraz 70 osób na bieg główny (można ilość miejsc przesuwać z mini biegu na główny i odwrotnie).

Jest możliwość zapisania się na dwa dystanse jako opiekun dziecka i dystans 2,6 km uczestnik otrzyma tylko jeden medal.

**BRAK OPŁATY STARTOWEJ  
BIEG JEST DLA KAŻDEGO BEZPŁATNY**

## IX. BIURO ZAWODÓW

1. Termin pracy biura zawodów: 10.11.2024r. w godzinach 9:30 - 12:10 (przy Ratuszu Miejskim - okolice startu/mety).
2. Numery startowe będą wydawane w biurze zawodów po okazaniu dokumentu tożsamości (dowodu osobistego).
3. Odbiór pakietu startowego w imieniu osoby trzeciej możliwy jest na podstawie podpisanego oświadczenia tej osoby oraz kserokopii dowodu osobistego (do wglądu) zgłoszonego zawodnika.

## X. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. Wszyscy pełnoletni zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów w dniu biegu i złożyć własnoręczny podpis pod oświadczeniem o udziale w biegu na własną odpowiedzialność. W przypadku niepodpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych uczestnik nie zostanie dopuszczony do udziału w biegu.

2. Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwością odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Osobiste potwierdzenie udziału w biegu oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w biegu.
3. Za osobę zgłoszoną uważa się osobę, która wysłała swoje zgłoszenie imię nazwisko, pełny rok urodzenia, ewentualną przynależność do klubu na adres e-mail: [biuro@mosirgostynin.pl](mailto:biuro@mosirgostynin.pl) . W odpowiedzi zwrotnej Zgłaszający otrzyma potwierdzenie zapisu, a w przypadku wolnych miejsc – poprawnie wypełni i złoży w biurze zawodów formularz zgłoszeniowy (zapisy w dniu startu).
4. Organizator zaleca uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegu.
5. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania przepisów Kodeksu Ruchu Drogowego oraz bezwzględnego wykonywania poleceń służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem drogowym w tym Policji, a także pozostałych służb zabezpieczających trasę biegu z ramienia organizatora.
6. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb organizatora oraz na wykorzystywanie ich wizerunku w celu promocji oraz dokumentowania zawodów.
7. Uczestnicy wyrażają zgodę na wykorzystywanie danych osobowych zawartych na karcie zgłoszeniowej (zgodnie z warunkami określonymi w rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE) przez Organizatora w zakresie i przez okres niezbędny dla organizacji, przeprowadzenia i promocji Biegu Niepodległości przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gostyninie. Przetwarzanie danych obejmuje także publikację wizerunku uczestnika, imienia i nazwiska wraz z datą urodzenia – każdy sposób, w jaki publikowana lub rozpowszechniana będzie taka informacja dla potrzeb organizacji biegu.
8. Zgoda na wykorzystywanie danych osobowych jak i publikacja jest dobrowolna, ale niewyrażenie na to zgody, uniemożliwia wzięcie udziału w biegu. Uczestnik ma prawo cofnąć zgodę w każdym czasie (dane przetwarzane są do czasu cofnięcia zgody) wysyłając informację na adres: [biuro@mosirgostynin.pl](mailto:biuro@mosirgostynin.pl) bądź na dane adresowe MOSiR w Gostyninie. Uczestnik ma prawo do:
  - a) dostępu do danych,
  - b) sprostowania,
  - c) usunięcie lub ograniczenie przetwarzania,

- d) sprzeciwu,
  - e) wniesienia skargi do organu nadzoru – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych lub przeniesienia danych.
9. Obowiązuje całkowity zakaz startowania w biegu na dystansie 900m i 2,6 km ze zwierzętami.
  10. Wszyscy uczestnicy zawodów, którzy zapiszą się na bieg i zostaną zweryfikowani w biurze zawodów za okazaniem numeru startowego po biegu przysługuje uczestnikowi posiłek regeneracyjny.

## **XI. INNE POSTANOWIENIA**

1. Interpretacja niniejszego Regulaminu należy wyłącznie do Organizatora Biegu.
2. Protesty dotyczące imprezy można wnieść pisemnie na miejscu do Biura Zawodów w czasie do 10 minut od zakończenia Biegu. Protesty wniesione po tym czasie nie będą rozstrzygane.
3. Informacje nt. biegu udzielane będą w biurze zawodów.
4. Wyniki Biegu dostępne będą na stronie organizatora.
5. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników Biegu.
6. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.
7. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione przez zawodników w innych miejscach niż depozyt.
8. Organizator zastrzega sobie prawo zmian Regulaminu w każdym czasie.

### **Kontakt do organizatora:**

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gostyninie

09-500 Gostynin, ul. Sportowa 1

Tel.: 24 235 33 97

Email: [biuro@mosirgostynin.pl](mailto:biuro@mosirgostynin.pl)