Regulamin

„Bieg po MIÓD” + „Bieg Tropem Wilczym”

oraz regulamin Grand Prix „Aktywna Piątka Gminy Łomża 2022”

o Puchar Wójta Gminy Łomża

pod Honorowym Patronatem Marszałka Województwa Podlaskiego.

I. ORGANIZATOR :

Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Sportu dla Wszystkich „Biegamy dla Zdrowia” wpisana do Krajowego Rejestru Sądowego pod numerem KRS 0000531362 z siedzibą w Łomży

Współorganizator :

Urząd Gminy Łomża ul. Marii Skłodowskiej Curie 1a 18-400 Łomża

www.gminalomza.pl , www.fb.com/gminalomza oraz

organizator i koordynator akcji ogólnopolskiej: Fundacja Wolność i Demokracja Al. Jerozolimskie 30 lok. 14 00-024 Warszawa tel/fax: +48 226291536, +48 22 628 85 05 fundacja@wid.org.pl

II. CEL

1. Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu wśród mieszkańców Gminy Łomża.
2. Upowszechnianie kultury fizycznej i sportu.
3. Promocja Gminy Łomża.

4. Upowszechnianie i przybliżanie mieszkańcom Gminy Łomża historii Dnia Żołnierzy Wyklętych.
5. Rozpoczęcie sezonu biegowego Grand Prix „Aktywna Piątka Gminy Łomża 2022”.

III. TERMIN, MIEJSCE, DYSTANS

1.Biegi odbędą się dnia 06.03.2022 roku godz. 12:00 – 1963m oraz o godz. 12:30 10km

2.Start i meta do biegu głównego 10 km znajduje się w Giełczynie przy ul. Leśnej.

3.Biuro zawodów znajduje się w świetlicy gminnej w Giełczynie przy ul. Spokojna

4.Biuro zawodów czynne w dniu zawodów w godzinach od 10:00 do 15:30

IV . KLASYFIKACJA

Klasyfikacja OPEN Kobiet i Mężczyzn
Klasyfikacje wiekowe : Kobiety / Mężczyźni I-18-24; II-25-29; III-30-34; IV-35-39; V-40-44; VI-45-49; VII-50-54; VIII-55-59; IX-60-64; X-65-69; XI – 70lat i starsi.

V. NAGRODY

1. Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg na 1963 m, otrzymają pamiątkowy medal + koszulka oraz puchar dla zwycięzców I M-ce OPEN.
2. Zwycięzcy i nie tylko otrzymają dodatkowo nagrody od firmy „TMT” Sp. z o.o. zlokalizowanej w Łomży, przy ulicy Wojska Polskiego 161. TMT Sp. Z o.o. od ponad 30 lat zajmuje się przetwarzaniem i pakowaniem serów dojrzewających. Obecnie w firmie zatrudnionych jest ponad 150 osób. Spółka zaangażowana jest również w sprawy społeczne. Wspiera szereg działań charytatywnych, chętnie i aktywnie bierze udział w różnych wydarzeniach sportowych. TMT Sp. Z o.o. posiada szeroką gamę produktów pod logo TMT, Dolina Narwi, TMT Gastro czy też TMT Vegan. Produkty są obecne na półkach sklepowych w całym kraju i za granicą.



3. Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg na 10km otrzymają pamiątkowy medal.
4. Tylko w kategoriach wiekowych przewidziane są miody dla zawodników z miejsc z I-III.
5. Warunkiem otrzymania nagród jest ukończenie biegu i stawienie się na ceremonii dekoracji o godz. ok. 14: 30

6. Zawodnicy na 10km otrzymują : miód,
   medal na mecie / a w cyklu Grand Prix medal składający się z 5 mniejszych medali które po złożeniu /połączeniu medali ze sobą tworzą jeden większy medal typu „PUZZLE”,

nr startowy do zwrotu po ukończonym biegu a my rozdajemy 5szt. kilogramowych sękaczy.

Pakiety, które nie zostaną odebrane w godzinach pracy Biura Zawodów, nie będą wydawane ani rozsyłane w późniejszym terminie. Brak odbioru pakietu, pucharów, nagród przez uczestnika biegu nie uprawnia go do dochodzenia jakichkolwiek roszczeń ze strony Organizatora. Wszystkie pakiety, puchary i nagrody po imprezie zostają przekazane na cele charytatywne.

VI. ZGŁOSZENIA DO BIEGU I PŁATNOŚCI

1. Warunkiem uczestnictwa w Biegu jest prawidłowe wypełnienie formularza rejestrowego do dnia 5 marca 2022 roku.
2. Wypełnienie formularza rejestracyjnego i dokonanie opłaty wpisowej jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
3. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani **w Biurze Zawodów –** Świetlica w Giełczynie ul. Spokojna w dniu 6 marca 2022 w godz. 10:00 – 11:30. Po godz. 11:30 biuro wydawania pakietów startowych zostaje zamknięte.
4. Ustala się limit uczestników – 150 zawodników + (10 pakietów organizatora).
5. Podstawą odbioru pakietu startowego z numerem jest okazanie przez zawodnika w Biurze Zawodów dokumentu tożsamości ze zdjęciem.
6. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do podpisanej przez rodzica lub prawnego opiekuna zgody.
7. Zgłoszenia tylko elektronicznie poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie : https://elektronicznezapisy.pl/event/6593/strona.html do dnia 05.03.2022 r.
8. Opłata startowa wynosi 10zł za „Bieg Tropem Wilczym” a po 28.02.2022 wynosi 20zł. Opłaty startowe na 10km + 1963m wynoszą: pierwszych 100 uczestników opłaca po 50zł potem 60zł a w terminie od 22 do 30 stycznia opłata wynosi 70zł. od jednego uczestnika na konto organizatora Stowarzyszenie ”Biegamy dla Zdrowia” :
   nr **40 2030 0045 1110 0000 0396 6200** z dopiskiem „Giełczyn”. Przelew na rachunek powinien zostać wykonany w terminie 3 dni od dnia zgłoszenia. W przypadku braku wpłaty w wyznaczonym terminie zgłoszenie zostanie usunięte. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.

VII. SPRAWY SANITARNE

Bieg odbędzie się z zachowaniem wszystkich aktualnych wymogów sanitarnych określonych w przepisach. Nie posiadamy pryszniców, jedynie toalety z umywalkami.

VIII. OŚWIADCZENIA

1. Każdy uczestnik jest zobowiązany do podpisania oświadczenia o znajomości regulaminu. Podpisując ww. oświadczenie, uczestnik wyraża zgodę na udzielenie pierwszej pomocy medycznej, wykonanie innych zabiegów medycznych oraz transport poszkodowanego w bezpieczne miejsce przez personel medyczny działający w imieniu organizatora.

2. Uczestnik oświadcza, że jest zdolny do udziału w biegu, nie są mu znane żadne powody o charakterze zdrowotnym wykluczające go z udziału w biegu oraz że startuje na własną odpowiedzialność, przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowych. Ponadto, z udziałem w zawodach mogą wiązać się inne, niemożliwe w tej chwili do przewidzenia, czynniki ryzyka. Podpisanie oświadczenia o znajomości regulaminu oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił zakres i charakter ryzyka wiążącego się z udziałem w biegu, startuje dobrowolnie i wyłącznie na własną odpowiedzialność.

3.Decyzje lekarzy dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.

4.Organizator zaleca Uczestnikom Biegu wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w Biegu.

Ochrona danych osobowych:

1.Administratorem danych osobowych uczestników Biegu jest Stowarzyszenie „ Biegamy dla Zdrowia” oraz administrator strony zgłoszeń elektronicznezapisy.pl Krzysztof Walczak, przedsiębiorca prowadzący działalność gospodarczą pod nazwą Krzysztof Walczak The North Event wpisany do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej prowadzonej przez Ministra Rozwoju i Finansów, NIP 9581469044 , nr REGON 220782162, ul. Wiceadmirała Kazimierza Porębskiego 7B/6, 81-185 Gdynia

2. Dane osobowe uczestników Biegu przetwarzane będą w celach organizacji i przeprowadzenia biegu, wyłonienia zwycięzcy i przyznania, wydania, odbioru i rozliczenia

nagrody oraz innych czynności związanych z prowadzoną działalnością gospodarczą i nie będą udostępniane innym odbiorcom.

3. W celu realizacji pomiaru czasu, stworzenia wyników, przesłania informacji o numerze startowym oraz uzyskanym rezultacie, dane uczestników (imię, nazwisko, rok urodzenia, płeć, miejscowość, e-mail oraz numer telefonu), zostaną przekazane do Biura serwisu elektroniczne zapisy.pl .

4. Uczestnik posiada prawo dostępu do treści swoich danych oraz ich poprawiania. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, ale niezbędne do realizacji wskazanych wyżej celów. Niepodanie danych lub brak zgody na ich przetwarzanie, uniemożliwia udział w Biegach. Informujemy, że wyrażona zgoda może zostać w każdym czasie odwołana.

5. Przetwarzanie danych uczestników, w związku z udziałem w Biegu obejmuje także publikację imienia i nazwiska, roku urodzenia, klubu uczestnika wraz z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje – w każdy sposób, w jaki publikowany będzie komunikat z biegu.

6. Wszystkie informacje dotyczące uczestników uzyskane przez Organizatora i zawarte w formularzu rejestracyjnym zostaną zapisane w sposób elektroniczny i w każdym wypadku będą wykorzystywane zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa.

IX. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1.Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulek sportowych. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości lub jego modyfikacja (obcinanie, zaginanie, itp.) jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji.

2.Przebywanie na trasie Biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone.

3. Ze względów bezpieczeństwa w biegu zabroniony jest udział osób poruszających się na wózkach. Uczestnik jest zobowiązany do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowania do uczestnictwa w Biegu, w szczególności zasad fair play oraz niniejszego regulaminu.

4.Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec Uczestników Biegu.

5.Organizator zastrzega sobie prawo do wysyłania Uczestnikom Biegu informacji dotyczących Biegu oraz innych imprez organizowanych lub współorganizowanych przez Organizatora, a także do wewnętrznych potrzeb administracyjnych i analitycznych.

6. Organizator zastrzega sobie, a także podmiotom z nim powiązanym, prawo do przeprowadzenia z każdym z Uczestników wywiadów, robienia zdjęć i/lub filmowania, używania imion i nazwisk, wizerunku, głosu, oraz innych materiałów pochodzących lub związanych z uczestnictwem w Biegu na potrzeby reklamowe, promocyjne, a także możliwości ich wykorzystania w Internecie lub transmisjach radiowo-telewizyjnych oraz na wszelkie inne potrzeby komercyjne z prawem do ich modyfikowania. Organizator zastrzega sobie , a także podmiotom powiązanym prawo do nieodpłatnego wykorzystania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań przedstawiających Uczestników, które mogą być bezpłatnie umieszczane na wybranych nośnikach elektronicznych, katalogach oraz mediach : telewizja, radio, gazety, magazyny, strony internetowe na potrzeby reklamowe i promocyjne. Uczestnik oświadcza, że Organizator nie jest i nie będzie zobligowany do uiszczenia jakichkolwiek opłat związanych z działaniami opisanymi w niniejszym punkcie, udzielając tym samym nieograniczonej licencji na używanie wypowiedzi, informacji bez powiadomienia w celu reklamy i promocji Biegu.

7.Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w Regulaminie. Wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora. O zmianach w Regulaminie Organizator będzie informował na stronie internetowej Biegu.

8.W sprawach nieujętych Regulaminem rozstrzyga Organizator.

Dyrektor organizacyjny Biegu
Mariusz Pozdrawiam
tel. 608 273 692

Regulamin Grand Prix „Aktywna Piątka Gminy Łomża 2022”

Zapraszamy do wzięcia udziału w rywalizacji Grand Prix Aktywna Piątka Gminy Łomża organizowanych przez Gminę Łomża i Stowarzyszenie Biegamy dla Zdrowia w roku 2022r.

Kategorie wiekowe co 5 lat. Zaczynamy w marcu, ostatni bieg w którym można zdobyć punkty to sierpień a zakończenie i podsumowanie w listopadzie.

Będą też nagrody SPECJALNE dla uczestników którzy zaliczą wszystkie 5 imprez z cyklu. Aby być sklasyfikowanym w cyklu grand prix, trzeba zaliczyć minimum 3 biegi, prowadzona będzie tylko klasyfikacja w kat. wiekowych co 5 lat, punkty będą zliczane wg zajętych miejsc w kat. wiekowych i sumowane np. startowało w kat. wiekowej 3 zawodników – pierwszy otrzymuje 3pkt. , drugi otrzymuje 2pkt. , trzeci otrzymuje 1pkt. wygrywa zawodnik który uzyska największa ilość punktów w 3 najlepszych biegach.

Dodatkowo nagrodzimy uczestników którzy wezmą udział w 5 biegach. Ostatnie zawody, które nie wliczają się do cyklu odbędą się 13.11.2022r o godz. 12:00 w Giełczynie.

I bieg 06.03.2022r. z cyklu Grand Prix pod nazwą Aktywna Piątka Gminy Łomża 10km Giełczyn k. Łomży „Bieg po Miód" + „Bieg Tropem Wilczym" na dystansie 1963m

II bieg 08.05.2022r. 10km Jednaczewo „Bieg Stacha Konwy"

III bieg 12.06.2022r. 10km Pniewo „Charytatywny Bieg Strażaka"

IV bieg 07.08.2022r. ok. 9km Stara Łomża nad rzeką - „Bieg na Królową Bonę"

V bieg - Zakończenie 13.11.2022r. 10km Giełczyn k. Łomży „Bieg Niepodległości"

Nagroda Wójta Gminy Łomży dla najlepszego zawodnika z Gminy Łomża na każdym biegu, miejscowości w Gminie Łomża to :
Andrzejki, Bacze Suche, Boguszyce, Bożenica,
Chojny Młode, Czaplice, Dłużniewo, Gać, Giełczyn,
Grzymały Szczepankowskie, Janowo, Jarnuty, Jednaczewo,
Kisiołki, Konarzyce, Koty, Lutostań, Łochtynowo, Mikołajki, Milewo,
Modzele-Skudosze , Modzele-Wypychy, Nowe Kupiski, Nowe Wyrzyki,
Pniewo, Podgórze, Puchały, Rybno, Siemień Nadrzeczny,
Siemień-Rowy, Sierzputy Młode, Stara Łomża nad Rzeką,
Stara Łomża przy Szosie, Stare Chojny, Stare Kupiski, Stare Modzele,
Stare Sierzputy, Wygoda, Zawady, Zosin.