Regulamin

„Charytatywny Bieg Strażaka w Pniewie”

oraz regulamin Grand Prix „Aktywna Piątka Gminy Łomża 2022”

o Puchar Wójta Gminy Łomża

pod Honorowym Patronatem Marszałka Województwa Podlaskiego.

całość imprezy jest współfinansowane z środków Gminy Łomża

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

II. **CEL** : Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu wśród mieszkańców Gminy Łomża. Upowszechnianie kultury fizycznej i sportu. Promocja Gminy Łomża.

III. **TERMIN -** 12 czerwca 2022 – godz.12:00

MIEJSCE Pniewo k. Łomży , **DYSTANS** ok. 10km – drogi gruntowe

Trasa - start i meta na terenie OSP Pniewo ul. Krótka potem w lewo w ul. Spokojna potem skręt w lewo na tereny przełajowe (w razie wystąpienia rozmokłego terenu możliwa zmiana drogi gruntowej na asfalt)

IV . KLASYFIKACJA tylko 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 I ŚWIADCZENIA dla zawodników

1. 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.

2. Dekoracja zwycięzców ok. godz. 15:00 podczas piknikowego spotkania zapraszamy całe rodziny.
3. Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg otrzymają pamiątkowy medal oraz puchary tylko w kat. wiekowych za M-ce I-III.

nr startowy (**do zwrotu po ukończonym biegu**),

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 10 czerwca 2022roku.

2. Wypełnienie formularza rejestracyjnego i dokonanie opłaty wpisowej jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.

3. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani **w Biurze Zawodów Pniewo k. Łomży** na terenie świetlicy Gminy Łomża w dniu 12 czerwca 2022 w godz. 10:00 – 11:50. Po godz. 11:50 biuro wydawania pakietów startowych zostaje zamknięte.

4. Podstawą odbioru pakietu startowego z numerem jest okazanie przez zawodnika w Biurze

Zawodów dokumentu tożsamości ze zdjęciem.
5. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do podpisanej przez rodzica lub prawnego opiekuna zgody.
6. Zgłoszenia tylko elektronicznie poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie : https://elektronicznezapisy.pl/event/7004/strona.html do dnia 10 czerwca 2022 r.
7. Opłata startowa wynosi : pierwszych 100 uczestników opłaca po 50zł potem 60zł a w terminie od 5 czerwca do 10 czerwca opłata wynosi 70zł. od jednego uczestnika - płatne w terminie 3 dni od dnia zgłoszenia na konto organizatora Stowarzyszenie ”Biegamy dla Zdrowia: nr **40 2030 0045 1110 0000 0396 6200** z dopiskiem „Pniewo”. 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

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 2022”organizowanych przez Gminę Łomża i Stowarzyszenie Biegamy dla Zdrowia. Kategorie wiekowe co 5 lat. Zaczynamy w lutym, 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 3zawodników – 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 tzn. podsumowanie

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.