

VII Elbląski Bieg i Marsz Nadziei REGULAMIN

I. Organizatorzy

1. Stowarzyszenie na Rzecz Hospicjum Elbląskiego
2. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Elblągu

II. Patronat Honorowy

1. Prezydent Elbląga - Michał Missan

III. Cele

1. Propagowanie idei opieki hospicyjnej w społeczeństwie.
2. Pozyskanie środków finansowych na działalność statutową Stowarzyszenia na rzecz Hospicjum Elbląskiego.
3. Propagowanie zdrowego stylu życia.
4. Integracja mieszkańców Elbląga.

IV. Termin i miejsce

1. Zawody odbędą się 17.05.2026 roku w Elblągu - las miejski Bażantarnia ul. Marymoncka.
2. Start do biegów i marszu odbędzie się z polany przy ul. Sybiraków w Elblągu.
3. Meta wszystkich biegów i marszu znajdować się będzie na głównej polanie w Bażantarni.

V. Dystans i trasa

1. 5 km – jedna pętla, leśne ścieżki Bażantarni, trasa lekko pofałdowana
2. 10 km – dwie pętle, leśne ścieżki Bażantarni, trasa lekko pofałdowana
3. Bieg dla dzieci – bieg terenowy na dystansie do 300 m, z dostosowanymi trasami i przeszkodami, w tym z wykorzystaniem rzeczki
4. Marsz Nadziei – ok. 3 km, chodnik i leśne ścieżki Bażantarni

VI. Zgłoszenia i uczestnictwo

1. Zgłoszenia przez www.elektronicznezapisy.pl do 12.05.2026 r.
2. Udział w biegach i marszu jest dobrowolny.
3. Opłata startowa:
 - minimum 70 zł dla uczestników od 12 r.ż.
 - minimum 35 zł dla dzieci do 12 r.ż.
4. W ramach opłaty startowej zawodnik otrzymuje: o numer startowy o oznaczoną trasę biegu o depozyt o medal na mecie o koszulkę o posiłek regeneracyjny
5. Możliwość wpłaty wyższej kwoty, całość zostanie przeznaczona na wsparcie Hospicjum Elbląskiego.
6. Liczba miejsc jest ograniczona.
7. Opłatę należy wnieść w ciągu 3 dni od zapisania się.
8. Dochód z wpisowego zostanie przekazany na wsparcie działalności Hospicjum Elbląskiego.

VII. Biuro zawodów

1. Czynne 17.05.2026 r. na polanie głównej w Bażantarni od 9:00 do 12:30.

VIII. Pomiar czasu i klasyfikacja

1. Nie będzie pomiaru czasu.
2. Klasyfikacja OPEN – 6 najlepszych kobiet i mężczyzn na dystansie 5 i 10 km otrzyma statuetki.
3. Limit czasu:
 - 5 km i 10 km – 90 minut
 - Marsz Nadziei – 60 minut

X. Toalety i punkty nawadniania

1. Toalety w okolicach startu i mety. Jeden punkt nawadniania przy starcie/mecie.

X. Program imprezy

9:00-11:00 Rejestracja uczestników

10:00 Piknik Rodzinny

11:00 Start biegu na 5 km

11:10 Start biegu na 10 km

11:30 Początek wydawania posiłków

11:30 Start Marszu Nadziei

12:45 Start biegu dla dzieci

14:00 Dekoracja zwycięzców

14:30 Zakończenie Pikniku

Podczas pikniku możliwość wpłacenia darowizny na Hospicjum Elbląskie

XI. Postanowienia końcowe

1. Uczestnicy biorą udział w biegu i marszu na własną odpowiedzialność oraz oświadczają, że ich stan zdrowia pozwala na udział w wydarzeniu.
2. Osoby niepełnoletnie mogą uczestniczyć w wydarzeniu wyłącznie za zgodą rodzica lub opiekuna prawnego.
3. Dane osobowe uczestników będą przetwarzane przez Organizatorów wyłącznie w celu przeprowadzenia wydarzenia, zgodnie z obowiązującymi przepisami dotyczącymi ochrony danych osobowych.
4. Udział w wydarzeniu jest równoznaczny z wyrażeniem zgody na nieodpłatne wykorzystanie wizerunku uczestnika w materiałach informacyjnych i promocyjnych dotyczących wydarzenia.
5. Organizator nie odpowiada za rzeczy zagubione lub pozostawione przez uczestników na terenie imprezy.
6. Uczestnicy zobowiązani są do poruszania się wyłącznie wyznaczoną trasą oraz do przestrzegania poleceń Organizatorów, wolontariuszy i służb porządkowych.
7. Zabrania się przekazywania numeru startowego osobie trzeciej bez zgody Organizatora.
8. Osoby bez ważnego numeru startowego nie mogą uczestniczyć w biegu ani marszu i mogą zostać usunięte z trasy przez obsługę wydarzenia.
9. Zabrania się poruszania po trasie zawodów na rowerach oraz innych urządzeniach mechanicznych bez zgody Organizatora.

10. Podczas wydarzenia zapewniona będzie opieka medyczna. Decyzje służb medycznych dotyczące możliwości kontynuowania biegu przez uczestnika są ostateczne.
11. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w regulaminie oraz programie wydarzenia.
12. W przypadku wystąpienia niekorzystnych warunków pogodowych lub innych zdarzeń zagrażających bezpieczeństwu uczestników Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania lub przerwania imprezy.
13. W sprawach nieobjętych niniejszym regulaminem decyzje podejmuje Organizator.
14. Udział w wydarzeniu jest równoznaczny z akceptacją niniejszego regulaminu.