

# REGULAMIN WIRTUALNEGO CHARYTATYWNEGO BIEGU I NIE TYLKO... „PROSTO DO CELU” dla Oli, zwany w regulaminie biegiem

## ORGANIZATOR

Elżbieta Pindral

## TERMIN i MIEJSCE

4.09.2020 – 10.10.2020, cała Polska, cały świat

## CELE IMPREZY

1. Zbiórka pieniędzy na operację skoliozy w niemieckiej Eifelkliniek St. Brigida w Simmerath oraz rehabilitację 14-letniej Oli Pindral. Operacja metodą Vertebral Body Tethering (VBT) pozwala skorygować skoliozę zachowując ruchomości kręgosłupa co jest ogromnie ważne dla tancerki, osoby bardzo aktywnej fizycznie.
2. Szerzenie empatycznej postawy i wrażliwości na drugiego człowieka.
3. Promocja biegania i integracja środowiska biegaczy.
4. Aktywizacja sportowa osób w każdym wieku.

## WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W biegu mogą wziąć udział osoby bez ograniczeń wiekowych,
2. Osoby niepełnoletnie mogą wziąć udział w „biegu” pod opieką osób dorosłych. Zgłoszenia osób niepełnoletnich mogą się odbywać tylko przez ich opiekunów/osoby dorosłe.
3. W biegu mogą wziąć udział osoby bez przeciwwskazań lekarskich do udziału w wybranym przez siebie sposobie udziału.
4. Bieg nie zakłada rywalizacji a jedynie ukończenie dystansu w dowolnym czasie, dowolną techniką używając siły własnych lub wykonanie dowolnej aktywności fizycznej, w której uda się policzyć ilość powtórzeń.
5. W biegu mogą wziąć udział osoby, które dokonały rejestracji i wniosły opłatę startową.

## ZASADY BIEGU

1. Bieg ma charakter towarzyski. Wszystkie jego zasady mają charakter dżentelmeński, co oznacza, że solidaryzujemy się, wspieramy, doceniamy podjęty wysiłek, chwalimy i oklaskujemy. Bieg nie jest biegiem/impresą masową.
2. Bieg ma charakter wirtualny. Co oznacza, że każdy uczestnik sam wybiera rodzaj podejmowanej aktywności/sam wyznacza sobie rodzaj dystans i czas biegu, przy uwzględnieniu punktu poniżej. Można również, z zachowaniem bieżących zasad epidemiologicznych, zorganizować wspólny bieg kilku osób.
3. Dystans (podjętą aktywność fizyczną) należy pokonać w dniach pomiędzy 4 września a 10 października 2020 roku. Oznacza to, że dystans można przebiec jednorazowo w którykolwiek dzień we wskazanym przedziale czasowym albo na raty przez kilka dni.
4. Uczestnicy w wieku do 16 lat zobowiązują się przebiec dystans minimum 1 km, pozostali do wyboru – 1km, 5km lub 10 km. Dystans można pokonać biegiem, marszem, marszobiegiem, nordic walking, przejechać na rowerze, przejechać na rolkach, na deskorolce, wózkiem inwalidzkim, przepłynąć, przejechać konno czy przebiec jeszcze inaczej używając siły własnych mięśni.

Uczestnicy, zamiast pokonywania dystansu mogą podjąć dowolną aktywność fizyczną, w której wykonają minimum 50 powtórzeń np. skoki na skakance, kręcenie hula hoop, pompki, przysiady, żonglerka/podbijanie piłką (głowa, noga itp.) lub wykonają pełny trening np. zumba, stretching, pilates, joga, taniec lub mecz np. koszykówka, piłka nożna, tenis, badminton.

W biegu mogą uczestniczyć czworonożni pupile - psy, koty ☺

5. Podczas pokonywania dystansu można dowolnie mieszać i łączyć powyższe techniki.
6. Nie zakłada się pomiaru czasu przez organizatora, ani limitu czasu. Każdy dokonuje pomiarów za pomocą swoich urządzeń/aplikacji.
7. Po ukończeniu biegu mile widziane o umieszczenie screenów lub zdjęć z biegu <https://www.facebook.com/Operacja-i-rehabilitacja-Oli-102787688205771/> pod wpisem dotyczącym podsumowania biegu. Albo przesłania mailowo: [prostodocelu2020@gmail.com](mailto:prostodocelu2020@gmail.com)  
Chętni proszeni są o wrzucenie screenów/zdjęć na swoje profile społecznościowe na Fb/Instagramie oraz otagowanie ich hasztagiem: #doceludlaOli

## NAGRODY

Organizator przewiduje następujące nagrody.

Nagrody dla zawodników biegających:

1. Najlepszy czas na 1 km dla kobiet,
2. Najlepszy czas na 1 km dla mężczyzn,
3. Najlepszy czas na 5 km dla kobiet,
4. Najlepszy czas na 5 km dla mężczyzn,
5. Najlepszy czas na 10 km dla kobiet,
6. Najlepszy czas na 10 km dla mężczyzn.
7. Najlepszy czas dla dziewczynki do 16 roku życia.
8. Najlepszy czas dla chłopca do 16 roku życia.

Pozostałe nagrody

1. Za najzabawniejsze zdjęcie na po zakończeniu konkurencji
2. Za najdłuższy pokonany dystans
3. Za najbardziej kreatywną aktywność fizyczną
4. Za najbardziej kreatywny strój
5. Za zdjęcie z towarzyszącym w biegu pupilem
6. Dla pierwszego meldunku, 6 meldunku, 4 meldunku 20 meldunku, 38 meldunku, 101 meldunku (decyduje kolejność umieszczania meldunku pod wpisem dotyczącym podsumowania biegu na FB Operacja i Rehabilitacja Oli)
7. Dla najmłodszego uczestnika
8. Dla najstarszego uczestnika
9. 3 nagrody niespodzianki ze wskazań Organizatora
10. Minimum 20 nagród przyznanych uczestnikom w drodze losowania

## ZGŁOSZENIA, WPŁATY

1. Zgłoszenia do biegu odbywały się będą poprzez zgłoszenie udziału na stronie [www.elektronicznezapisy.pl](http://www.elektronicznezapisy.pl) oraz wniesienie opłaty startowej minimum 25 zł (można więcej☺) na [www.zrzutka.pl/olapindral](http://www.zrzutka.pl/olapindral) w okresie od dnia 4 września godzina 00:00 do 10 października 2020 roku godzina 23:59.

2. Należy zarejestrować swoje konto a następnie zapisać się na „**Wirtualny charytatywny bieg i nie tylko PROSTO DO CELU dla Oli**” i wnieść opłatę startową.
3. Pakiety nieopłacone do tego czasu uznaje się za niewykupione i nie będą zrealizowane.
4. Uczestnicy do 16. roku życia nie mogą posiadać swojego konta; chcąc zapisać uczestnika do 16. roku życia należy zalogować się na swoje konto, kliknąć zakładkę ZAPISZ SIĘ i przycisk ZAPISZ INNĄ OSOBĘ.
5. Każdy uczestnik otrzymuje okazjonalny medal, podziękowania za udział.
6. Medale zostaną rozesłane za pośrednictwem Poczty Polskiej, możliwy jest odbiór osobisty we Wrocławiu po wcześniejszym uzgodnieniu. Medale będą rozsyłane tylko na terenie Polski.
7. Możliwa jest wysyłka wielu medali w jednej paczce, prosba o poinformowanie w wysłanym do nas mailu.
8. Nagrody zostaną rozesłane za pośrednictwem Poczty Polskiej, możliwy jest odbiór osobisty we Wrocławiu po wcześniejszym uzgodnieniu. Nagrody będą rozsyłane tylko na terenie Polski.

### **PRZEZNACZENIE WPŁATY**

Całkowity dochód z „**Wirtualnego charytatywnego bieg i nie tylko PROSTO DO CELU dla Oli**” przeznaczony jest na operację i rehabilitację Oli.

### **PROCES REJESTRACJI**

1. Należy założyć swoje konto na [elektronicznezapisy.pl](http://elektronicznezapisy.pl). a następnie zapisać się na „**Wirtualny charytatywny bieg i nie tylko PROSTO DO CELU dla Oli.**”
2. Dokonać wpłaty [www.zrzutka.pl/olapindral](http://www.zrzutka.pl/olapindral) opisaną właściwym zgłoszeniu imieniem i nazwiskiem (jeśli wpłata będzie zbiorcza za kilka osób proszę przesłać imiona i nazwiska uczestników oraz adres wysyłki mailowo [prostodocelu2020@gmail.com](mailto:prostodocelu2020@gmail.com))

### **ZOBOWIĄZANIA ORGANIZATORA**

Organizatorzy zobowiązują się w terminie najpóźniej 30 dni (od daty poinformowania o zakończeniu biegu) do wysłania uczestnikom medali pod podany adres do wysyłki.

### **OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH**

1. Administratorem danych osobowych uczestników jest Elżbieta Pindral, ul. Oboźna 66/2, 52-244 we Wrocławiu.
2. Dane osobowe uczestników biegu będą przetwarzane w celach, zakresie i przez okres niezbędny dla organizacji, przeprowadzenia niniejszego biegu oraz przesłania medalu i ewentualnej nagrody.
3. Podstawę przetwarzania danych osobowych uczestników stanowi art. 23 ust. 1 pkt 3 UODO oraz art. 6 ust. 1 lit. b) RODO – realizacja umowy (akceptacja Regulaminu i zgłoszenie udziału w wydarzeniu stanowi zawarcie umowy) oraz art. 23 ust. 1 pkt 1 UODO i art. 6 ust. 1 lit. a) RODO – dobrowolna, jednoznaczna, świadoma i konkretna zgoda osoby, której dane dotyczą.
4. Uczestnikom przysługują prawa do: dostępu do danych, sprostowania danych, usunięcia danych, ograniczenie przetwarzania danych, cofnięcia wyrażonej zgody na przetwarzanie danych w dowolnym momencie, co uniemożliwi przesłanie medalu i ewentualnej nagrody.
5. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia wysłanie medalu i ewentualnej nagrody. .
6. Rejestr danych osobowych uczestników biegu zostanie usunięty 21.11.2020.

## **POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Uczestnicy biegu przyjmują do wiadomości, że udział w wydarzeniu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych.'
2. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatorów, w sprawach nie ujętych w regulaminie rozstrzyga organizator.

Kontakt:

Elżbieta Pindral

Tel. 603779156

Mail: [prostodocelu2020@gmail.com](mailto:prostodocelu2020@gmail.com)

## **SPONSORZY**

1. Sylwia i Piotr Sowa, fundatorzy medali
2. Elektronicznezapisy.pl
3. Perfect – Days Ryszard Nagajczyk - fotobudka na imprezy
4. Fundacja Wspieranie i Rozwój Edukacji Sóweczka
5. Fundacja Dolnośląskie Centrum Psychoonkologii i Rehabilitacji
6. Tomasz Jakub Sysło
7. Skrzynia Tajemnic – mobilny escape room
8. Towarzystwo Pomocy im. Św. Brata Alberta Koło Wrocławskie
9. Grawerujemy.com