



Regulamin Auto Śliwka Piekarskiego Półmaratonu oraz Nocnej ZaDyszki

1. CELE IMPREZY :

- Promocja zdrowego stylu życia
- Promocja Piekarskich Śląskich oraz okolic

2. ORGANIZATOR:

- Stowarzyszenie „Lecymy Durś”

3. TERMIN I MIEJSCE :

Wspólny start Piekarskiego Półmaratonu oraz Nocnej ZaDyszki odbędzie się o godzinie 21:00 dnia 20.07.2019 r. / Nordic Walking 21:10

Start oraz Meta usytuowane będą na stadionie MOSiR przy ul. Olimpijskiej 3 w Piekarach Śląskich

4. TRASA I DYSTANS :

Trasa zawodów będzie wiodła w 100% po drodze asfaltowej oraz zostanie poprowadzona po piekarskich ulicach przy wyłączonym ruchu samochodowym.

Dystans Piekarskiego Półmaratonu : 21,0975 km

Dystans Nocnej ZaDyszki : 10 km

Dystans zawodów Nordic Walking : ok 8 km

Podczas imprezy przewidywane są również biegi dla dzieci.

5. BIURO ZAWODÓW :

Czynne będzie od godziny 12:00 do 20:00 w dniu imprezy przy ulicy Olimpijskiej 3.

W okolicy biura zawodów usytuowane będą również szatnia , depozyt oraz WC.

6. ZGŁOSZENIA :

Na stronie www.elektronicznezapisy.pl do dnia 16 .07.2019 r.

Zapisy w dniu zawodów , wiążą się z wyższą opłatą startową oraz ograniczoną liczbą dostępnych pakietów startowych.

Na trasie biegu wyznaczony jest limit czasu na pokonanie biegu i wynosi on 2 godziny 45 minut. Przekroczenie limitu jednoznacznie jest z dyskwalifikacją zawodnika.

Limit uczestników Piekarskiego Półmaratonu , Nocnej ZaDyszki oraz zawodów NW wynosi 1000 opłaconych osób.

7. OPŁATA STARTOWA :

50 zł płatne do dnia 05.05.2019 r.

55 zł płatne do dnia 30.06.2019 r.

65 zł płatne do dnia 16.07.2019 r.

100 zł płatne w dniu zawodów tj. 20.07.2019 r. (w tym przypadku koszulka zostanie dosłana pocztą do uczestnika po zawodach)

na konto :

Numer rachunku : 22 1020 2368 0000 2502 0535 7811

PKO Bank Polski , odbiorca Stowarzyszenie Lecymy Durś , ul. Roździeńskiego 3/II/1 ,
41-946 Piekary Śl.

Tytuł : Opłata za zawody (imię i nazwisko uczestnika + dystans)

Istnieje możliwość zapisów oraz opłaty w dniu zawodów , jednak w takim wypadku opłata wyniesie 100 zł.

Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. Do dnia 13.07.2019 istnieje możliwość przekazania swojego wpisowego na rzecz innej osoby startującej po wcześniejszym skutecznym dostarczeniu danych tej osoby.

W ramach opłaty startowej każdy uczestnik otrzymuje :

- Pamiątkowy medal z zawodów wręczony na mecie biegu
- Posiłek regeneracyjny
- Wodę
- Pakiet startowy zawierający oficjalną koszulkę zawodów
- Udział w losowaniu nagród w tym nagrody głównej samochodu osobowego.
- Profesjonalny pomiar czasu : firma Timing4u (chip startowy zwrotny po biegu)
- Obsługę medyczną
- Zdjęcia w trakcie biegu oraz na ścianie po biegu

8. KLASYFIKACJA :

1. Kategoria OPEN kobiet i mężczyzn na dystansie 21,095 km
2. Kategoria OPEN kobiet i mężczyzn na dystansie 10 km
3. Kategoria OPEN kobiet i mężczyzn Marsz Nordic Walking 8 km
4. Kategoria najlepszy mieszkaniec/mieszkanica Piekar Śląskich
5. Kategorie wiekowe :
 - K16 oraz M16 (16 – 34 lat)
 - K35 oraz M35 (35 – 49 lat)
 - K50 oraz M50 (50 lat i więcej)

Wszystkie klasyfikacje biegowe będą przeprowadzone na podstawie czasów brutto.
Wszystkie klasyfikacje Nordic Walking będą przeprowadzone na podstawie czasów netto.

W kategoriach OPEN pierwsze 3 miejsca zostaną nagrodzone finansowo.

Piekarski Półmaraton : 1 miejsce – 800 zł , 2 miejsce – 500 zł , 3 miejsce – 250 zł

Nocna ZaDyszka : 1 miejsce – 400 zł , 2 miejsce – 200 zł , 3 miejsce – 100 zł

Nordic Walking : 1 miejsce – 400 zł , 2 miejsce – 200 zł , 3 miejsce – 100 zł

Pierwsze 3 osoby w każdej kategorii wiekowej oraz najlepszy mieszkaniec oraz mieszkanica Piekar Śląskich otrzymają pamiątkowe statuetki oraz dyplomy.

9. WARUNKI UCZESTNICTWA :

W biegu mogą uczestniczyć osoby , które do dnia 20.07.2019 zapoznały się z regulaminem zawodów i akceptują warunki w nim zawarte , ukończyły 16 lat i podpiszą oświadczenie potwierdzające zdolność do udziału w biegu. Podpisanie zgłoszenia do zawodów jest równoznaczne z wydaniem numeru startowego i akceptacją niniejszego regulaminu.

Za osoby niepełnoletnie oświadczenie podpisuje rodzic lub opiekun prawny.

Wszystkie objawy złego samopoczucia należy zgłosić organizatorom.

Wszyscy zawodnicy startujący w zawodach muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów a zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dowód tożsamości ze zdjęciem.

Podczas zawodów , zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte z przodu.

Wszyscy zawodnicy muszą przestrzegać regulaminu zawodów.

Zawodnicy startujący w Nordic Walking proszeni są o stosowanie w trakcie marszu techniki Nordic Walking. Na trasie rozstawieni będą sędziowie. W przypadku rażących naruszeń zasad marszu , w szczególności podbiegania , grozi dyskwalifikacja Uczestnika łamiącego zasady marszu. Decyzja Organizatora odnośnie dyskwalifikacji jest ostateczna i nie podlega odwołaniu.

Zasady obowiązujące w zawodach Nordic Walking zostały przedstawione w załączniku poniżej.

Uczestnicy będący pod wpływem alkoholu , bądź innych środków odurzających zostaną niezwłocznie zdyskwalifikowani.

10. PRZETWARZANIE DANYCH OSOBOWYCH

1. Zgłoszenie uczestnictwa w Piekarskim Półmaratonie i Nocnej zaDysce oznacza wyrażenie zgody na przetwarzanie przez Stowarzyszenie „Lecymy Durś”, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Piekarach Śląskich oraz, danych osobowych zawartych w formularzu zgłoszeniowym, w celach przeprowadzenia imprezy, wyłonienia zwycięzców i przyznania, wydania, odbioru oraz rozliczenia nagród. Ponadto Uczestnik zgadza się również na ujawnienie swojego imienia, nazwiska, nazwy miejscowości zamieszkania , klubu oraz wizerunku bez ograniczenia czasowego - w każdy sposób, w jaki publikowana lub rozpowszechniana będzie impreza.

2. Administratorami danych osobowych przetwarzanych w związku z uczestnictwem w ww. wydarzeniach są:

a) Stowarzyszenie „Lecymy Durś” w Piekarach Śląskich , z siedzibą przy ul. Roździeńskiego 3/II/1, 41-946 Piekary Śląskie, REGON : 367407467, NIP: 4980266825

b) Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Piekarach Śląskich, z siedzibą przy ul. Olimpijskiej 31, 41-943 Piekary Śląskie, REGON: 272100096, NIP: 6530012149.

3. Wyznaczeni zostali inspektorzy ochrony danych, z którymi można się skontaktować w sprawach ochrony swoich danych osobowych pod adresem:

a) Inspektor ochrony danych Stowarzyszenia „Lecymy Durś” – email: lecymydurś@gmail.com

b) Inspektor ochrony danych Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Piekarach Śląskich, email: sportpiekary@mosir.piekary.pl, telefon:32 768 11 00.

4. Dane osobowe uczestników Piekarskiego Półmaratonu i Nocnej zaDyski będą przetwarzane na podstawie art. 6 ust. 1 lit. a Ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych nr 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. (dalej RODO).

5. Dane osobowe uczestników będą ujawniane podmiotom i osobom upoważnionym na podstawie przepisów prawa, kurierowi lub operatorowi pocztowemu w przypadku kontaktu pocztą tradycyjną oraz podmiotom przetwarzającym, z którymi zawarto w tej sprawie stosowne umowy powierzenia przetwarzania danych osobowych, w tym w szczególności podmiotowi prowadzącemu stronę www.elektronicznezapisy.pl - Krzysztof Walczak The North Event ,NIP 9581469044 , nr REGON 220782162, ul. Wiceadmirała Kazimierza Porębskiego 7B/6, 81-185 Gdynia. Ponadto imię, nazwisko i nazwa miejscowości zamieszkania Uczestnika zostanie ujawnione wszystkim zainteresowanym, ze względu na ich upublicznienie.

6. Dane osobowe będą przetwarzane bez ograniczenia czasowego lub do momentu wycofania zgody na przetwarzanie.

7. Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencję na adres jednego z administratorów. Wycofanie zgody pozostaje bez wpływu na przetwarzanie, którego dokonano wcześniej.

8. Uczestnikowi przysługuje również prawo dostępu do treści swoich danych oraz prawo żądania ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania.

9. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w wydarzeniach.

10. Uczestnikowi przysługuje prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego właściwego ds. ochrony danych osobowych – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, jeśli uzna, iż przepisy RODO zostały naruszone.

11. Dane osobowe nie będą wykorzystywane do zautomatyzowanego podejmowania decyzji ani profilowania, o którym mowa w art. 22 RODO. Wzór oświadczenia o wyrażeniu zgody na przetwarzanie danych osobowych stanowi Załącznik do niniejszego Regulaminu.

11. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Zawody odbędą się bez względu na pogodę
- Uczestnik imprezy wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 roku o ochronie danych osobowych (DZ.U.2002r. Nr 101 poz. 926 ze zm.) jednocześnie Organizator informuje , że nie sprzedaje i nie udostępnia osobom i podmiotom trzecim danych osobowych podawanych podczas procesu rejestracji.
- Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości , że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami , możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci) , a także szkód i strat o charakterze majątkowym.
- Nieprawidłowe zamocowanie chipa, jego utrata lub zniszczenie może skutkować dyskwalifikacją zawodnika i nie stanowi podstawy do złożenia protestu
- Problemy , uwagi , wątpliwości prosimy przedstawiać bezpośrednio organizatorom w dniu imprezy. Komisja rewizyjna w przypadku zaistnienia niejasności , postara się rozwiązać każdy problem natychmiastowo.
- Skracanie trasy równa się z automatyczną dyskwalifikacją , zawodnicy pilnują się sami , a o nieprawidłowościach proszę informować organizatorów lub najbliższego wolontariusza na trasie.
- Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za rzeczy uczestników zawodów zgubione , uszkodzone czy zniszczone.
- Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa. Zawodnicy ponoszą pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie.
- Żaden zawodnik nie będzie zwolniony z opłaty startowej
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmian oraz ostatecznej interpretacji regulaminu.

Organizator

PRZEPISY ZAWODÓW NORDIC WALKING

1. Definicja marszu Nordic Walking .

Marsz Nordic Walking (NW) jest to przemieszczanie się z zachowaniem naprzemiennej pracy rąk i nóg, z jednoczesnym odpychaniem się kijami pod kątem ostrym przy zachowaniu stałego kontaktu przynajmniej jednej stopy z podłożem. Faza „lotu”, przeskoki są zabronione.

2. Dodatkowo warunki techniki marszu NW:

- obszerna praca ramion z wyraźnym minięciem całej dłoni biodra w płaszczyźnie strzałkowej (wyjątek stanowi nachylenie terenu powyżej 20%). Wyraźne minięcie linii bioder oznacza, że cała dłoń łącznie z kciukiem znajduje się za biodrem i została przemieszczona w pozycji strzałkowej.

- odpychanie się kijami następuje w wyniku naprzemiennej pracy ramion w płaszczyźnie strzałkowej wahadłowo przód – tył, a nie na boki ,

- aktywne wbicie kijów i wyraźne odepchnięcie się kijami ,

- po odepchnięciu kije są przenoszone w powietrzu , niedozwolone jest ciągnięcie po podłożu.

3. W czasie marszu NW nie dozwolone jest :

- bieg, podbieganie, skoki, faza lotu

- używanie wulgaryzmów

- nadmierne pochylenie ciała w przód ponad 15 % (za wyjątkiem podejść pod górki , wzniesienia wyższe niż 7%)

- wbijanie kijów pod kątem prostym (przed linią ciała)

- wbijanie kijów na boki

- obniżanie środka ciężkości,

- skracanie trasy lub jej opuszczenie bez zgody sędziego,

- ciągnięcie (wleczenie) za sobą kijów

- utrudnianie wyprzedzania innych zawodnikom, popychanie, agresywne zachowanie

4. Sprzęt używany przez zawodników :kije, sprzęt elektroniczny, pojemniki na płyny

a) zaleca się stosowanie kijów przeznaczonych do NW, których długość powinna być dobrana w taki sposób ,że trzymając kij za rękę, można oprzeć go pionowo o podłoże i ustawić się tak, by kąt między ramieniem, a przedramieniem wynosił 90 stopni z tolerancją +/- 10 stopni.

b) sprzęt elektroniczny : dozwolone jest używanie wszelkiego typu urządzeń pomiarowych - elektronicznych, jeśli nie przeszkadzają one w marszu innym zawodnikom.

c) - Zakazuje się używania słuchawek nagłownych na trasie. Dopuszcza się używania wyłącznie JEDNEJ słuchawki dousznej w czasie zawodów. Słuchawki (pełne) nagłowne są zakazane .

d) pojemniki na wodę – można korzystać z własnych pojemników na wodę dostarczyć własne napoje na punkty odświeżania

5.Trasa zawodów

1. Przy każdej zmianie rodzaju podłoża dopuszczalna jest zmiana końcówek w strefie o długości ok. 50m, w której zawodnik może nałożyć lub zdjąć końcówki na kije. W tej strefie sędziowie nie oceniają pracy ramion zawodników.

2. Zawodnik wykonujący manewr wyprzedzania nie może przy tym przeszkadzać, względnie utrudniać ruchu zawodnikowi przez niego wyprzedzanemu. Zawodnik wyprzedzany zobowiązany jest do utrzymania przyjętego toru marszu.

3. Zaleca się, by każdy kilometr trasy był oznakowany.

4. Ostateczną decyzję o dopuszczeniu trasy podejmuje sędzia główny zawodów.

5. Zawodnik może opuścić trasę za zgodą sędziego, pod warunkiem, że zejście z trasy nie spowoduje skrócenia dystansu, który zawodnik musi przejść.

a) Jeśli sędzia główny zawodów otrzyma informację od sędziego, że zawodnik opuścił oznakowaną trasę, skracając dystans, jaki powinien pokonać i uzna ją za wystarczająco uzasadnioną wówczas powinien podjąć decyzję o dyskwalifikacji.

6.Sędziowie

1. Sędziowie działają i podejmują decyzje samodzielnie, niezależnie od siebie. Wyjątek stanowi sytuacja, gdy sędzia nie może udzielić ostrzeżenia zawodnikowi, który go już minął i oddalił się. W takiej sytuacji może przekazać telefonicznie lub przez radio walkie talkie swoją „karę” kolejnemu sędziemu na swoje konto.

2. Powodem do udzielenia kary może być materiał filmowy dostarczony sędziemu przez osoby postronne.

3. W zawodach NW powinno być minimum 6 sędziów oceniających, łącznie z sędzią głównym.

7.Ostrzeżenia i dyskwalifikacje

Zawodnik powinien być poinformowany werbalnie lub graficznie, gdy sposób jego marszu nordic walking nie spełnia warunków określonych w Regulaminie Zawodów .

8.Rodzaje ostrzeżeń i kar :

1. UPOMNIENIE USTNE – informacja dla zawodnika o popełnianych błędach technicznych, bez konieczności zatrzymania zawodnika.

2. Ostrzeżenie żółtą kartką –wymaga zatrzymania zawodnika, pokazanie żółtej kartki, podanie przyczyny udzielonej kartki ,odnotowanie w protokole sędziowskim numeru zawodnika i rodzaju wykroczenia, poinformowanie (wezwanie) zawodnika do kontynuacji zawodów.

a) trzy żółte kartki (łącznie) od wszystkich sędziów i wpisy w protokołach sędziowskich skutkują wnioskiem do sędziego głównego zawodów o dyskwalifikację zawodnika.

b) żółta kartka skutkuje naliczeniem kary czasowej w wysokości 1 minuty doliczanej do czasu netto

9. Rodzaje wykroczeń kwalifikowane do żółtej kartki :

- brak minięcia dłonią linii bioder w płaszczyźnie strzałkowej
- brak obszernej pracy ramion w czasie marszu
- brak aktywnego odpychania (wypchnięcia) kijami w płaszczyźnie strzałkowej
- nierównoległe odpychanie się kijami
- wbijanie kijów pod kątem prostym,
- nadmierne pochylenie ciała w przód

- obniżenie środka ciężkości (zginanie)
- ciągnięcie kijów po podłożu
- utrudnianie wyprzedzania, zachodzenie trasy marszu innym zawodnikom, popychanie,
- używanie słuchawek podczas marszu (za wyjątkiem jednej dousznej)
- inne wskazane przez sędziego

10. Rodzaje wykroczeń kwalifikowane do czerwonej kartki – dyskwalifikacja - podbieganie, bieg , skoki , faza lotu

- wulgaryzmy
- skracanie trasy lub jej opuszczenie bez zgody sędziego,
- nie zatrzymanie się zawodnika na trasie na wezwanie sędziego
- agresja, przemoc , niesportowe zachowanie wobec innych zawodników na trasie zawodów
- alkohol
- 3 żółte kartki skutkują dyskwalifikacją

11. Zasada postępowania podczas udzielenia czerwonej kartki

- a) zatrzymanie zawodnika, pokazanie czerwonej kartki
- b) podanie przyczyny udzielenia kartki (dyskwalifikacji)
- c) odnotowanie w protokole sędziowskim.

Po okazaniu czerwonej kartki zawodnika można dopuścić do kontynuacji zawodów, jednak bez uwzględniania jego czasu w klasyfikacji końcowej. O ile sędzia uzna za stosowne np. ze względu na bezpieczeństwo innych zawodników i przebieg zawodów , po ukazaniu czerwonej kartki można nakazać zawodnikowi opuszczenie trasy zawodów .

12. Protesty i odwołania Protesty dotyczące wyniku uzyskanego na danych zawodach należy zgłaszać w ciągu 30 minut od momentu ogłoszenia wstępnych wyników. Każdy protest należy w pierwszej kolejności zgłaszać ustnie do sędziego głównego zawodów przez samego zawodnika. Od decyzji podjętej przez sędziego głównego przysługuje prawo odwołania się do komisji odwoławczej. Odwołanie musi być złożone w ciągu 30 minut od ogłoszenia wstępnych wyników. Odwołanie należy składać na piśmie, z podpisem zawodnika wraz z kaucją 200 zł. W przypadku nie uznania protestu kaucja przepada.

Komisja odwoławcza składa się z przedstawiciela organizatora, sędziego pomocniczego oraz sędziego głównego zawodów. Skład osobowy komisji odwoławczej musi zostać podany przed rozpoczęciem zawodów. Decyzja komisji odwoławczej jest ostateczna. Nie istnieje dalsza możliwość składania odwołań do innych ciał.

13. Interpretacja niniejszych przepisów należy do organizatora zawodów.