



## V STAROPOLSKI BIEG I MARSZ NORDIC WALKING „ŻYJ ZDROWO” 14 WRZEŚNIA 2024

### REGULAMIN

#### 1. ORGANIZATOR:

- Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu

kontakt: e-mail: [gokis11@wp.pl](mailto:gokis11@wp.pl) ; tel. 55 271 35 10 (w godz. 12.00-17.00)

#### 2. WSPÓŁORGANIZATOR:

- Urząd Gminy Stare Pole
- Szkoła Podstawowa w Starym Polu

#### 3. CEL:

- Promocja gminy Stare Pole oraz uczestnictwo w imprezach masowych.
- Rozpowszechnianie biegów ulicznych i sportu masowego.
- Propagowanie aktywnych form wypoczynku i uczestnictwa w zamierzeniach sportu powszechnego.
- Upowszechnienie biegania i marszu, jako najprostszej formy ruchu.
- Popularyzacja biegania jako najbardziej dostępnej formy rekreacji wśród wszystkich grup wiekowych.
- Promocja aktywności fizycznej wśród mieszkańców gminy Stare Pole.

#### 4. PATRONAT HONOROWY:

- Wójt Gminy Stare Pole

#### 5. PATRONAT MEDIALNY

- TV Malbork
- Radio Malbork
- Gmina Stare Pole

- Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu

## **6. TERMIN I MIESIĄC:**

### **• 14 września 2024, Stare Pole**

- Start i meta biegu głównego i marszu NW: Stare Pole - stadion sportowo – rekreacyjny, ul. Bema 6
- Trasa biegu i marszu: - ta sama co bieg, na dystansie **5 km 830 m**
- Trasa będzie posiadała oznaczony każdy kilometr
- Zapisy do biegu głównego i marszu NW do dnia **31 sierpnia 2024 roku**

**Zgłoszenia do biegu głównego i marszu NW przez portal [elektronicznezapisy.pl](https://elektronicznezapisy.pl).**

Limit czasu:

- Limit czasu dla biegu i marszu wynosi 2 h (słownie: dwie godziny).
- Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy i zdjęcia numeru startowego.
- Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosowne do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.

**Punkty medyczne** – na trasie biegu będą usytuowane stanowiska ratowników medycznych  
Organizator zapewnia punkt medyczny i karetkę na mecie biegu i marszu.

## **7. ZASADY UCZESTNICTWA:**

- W biegu i marszu Nordic Walking na dystansie **5 km 830 m** może wziąć udział każda osoba, która najpóźniej w dniu rozgrywania imprezy ukończy 16 lat.
- W Nordic Walking wszystkie roczniki (osoby niepełnoletnie pod warunkiem opieki osoby dorosłej).
- Zawodnicy dokonujący rejestracji i startujący w zawodach oświadczają, że biorą w nich udział na własną odpowiedzialność.
- **UWAGA!** Limit uczestników w biegu i marszu wynosi – brak limitu!
- Podczas odbioru pakietu startowego, zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych.
- Biuro zawodów będzie czynne: w sobotę, **14 września 2024 r. w godzinach 09:00 – 11:30.**
- Organizator zwraca uwagę uczestnikom biegu i marszu na wielość niebezpieczeństw i zagrożeń wynikających z uczestnictwa w imprezie sportowej, związanych z dużym wysiłkiem fizycznym, które mogą polegać m.in. na ryzyku utraty życia i zdrowia. Organizator

zaleca przed rozpoczęciem przygotowań do biegu oraz w ich trakcie dokonanie stosownych badań medycznych lub konsultacji lekarskiej, w zależności od wieku oraz kondycji fizycznej uczestnika. Akceptując niniejszy regulamin, uczestnik oświadcza, że nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych/lekarskich do udziału w biegu i marszu.

- Warunkiem dopuszczenia do biegu i marszu będzie przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w przedmiotowym biegu lub złożenie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu podpisanego własnoręcznie (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej w sprawie szczegółowych zasad i warunków prowadzenia działalności w dziedzinie rekreacji ruchowej Dz. U. Nr 101 poz. 1095 z dn. 12.09.2001).
- Decyzje lekarskie dotyczące dopuszczenia do biegu oraz marszu i jego kontynuowania są ostateczne i nieodwołalne.
- Uczestnicy imprezy biorą udział w biegu i marszu na własną odpowiedzialność i wskazane jest ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.
- Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i marszu i jest zobowiązany do jego przestrzegania.
- Pobranie numeru startowego i podpisanie oświadczenia przez zawodnika jest równoważne z akceptacją regulaminu biegu i marszu.
- W dniu biegu będzie czynny magazyn depozytów, gdzie będzie można złożyć rzeczy osobiste zawodników zapakowane do worków dostarczonych przez organizatora. **Magazyn będzie czynny w godzinach 09:00 – 15:00.** Wydawanie worków z depozytu będzie się odbywało za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia organizatora z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę.
- Zawodnicy będą mieć możliwość bezpłatnego korzystania z umywalni i toalet znajdujących się na stadionie sportowym, oraz przy hali sportowej Szkoły Podstawowej w Starym Polu.

## **8. PROGRAM IMPREZY:**

### **PROGRAM MINUTOWY DLA BIEGU GŁÓWNEGO I MARSZU NORDIC WALKING:**

09: 00 – 11: 30 – Otwarcie biura zawodów

11: 30 – Wspólna rozgrzewka z instruktorem FITNESS

11: 50 – Uroczyste otwarcie przez Wójta Gminy Stare Pole

12: 00 **Start biegu głównego i marszu Nordic Walking**, w pierwszej kolejności startują biegacze, a tuż za nimi osoby maszerujące, każda forma pokonania jest możliwa: bieg, marsz Nordic Walking

14: 00 – Zakończenie regulaminowe biegu i marszu

**UWAGA!** Zazwyczaj piętnaście minut po przekroczeniu przez ostatniego zawodnika linii mety, odbędzie się dekoracja laureatów, losowanie atrakcyjnych nagród wśród wszystkich uczestników biegu głównego i marszu, zakończenie imprezy.

## **9. OPŁATA STARTOWA:**

- Opłata startowa za udział w biegu i marszu: **11.03. - 11.04.2024 - 30 PLN**
- Opłata startowa za udział w biegu i marszu: **12.04. - 12.05.2024 - 35 PLN**
- Opłata startowa za udział w biegu i marszu: **13.05. - 13.06.2024 - 40 PLN**
- Opłata startowa za udział w biegu i marszu: **14.06. - 14.07.2024 - 45 PLN**
- Opłata startowa za udział w biegu i marszu: **15.07. - 31.08.2024 - 50 PLN**
- Opłata startowa za udział w biegu i marszu w dniu imprezy - **60 PLN**
- Opłata startowa dla mieszkańców gminy Stare Pole (przez cały okres zgłoszeń) - **30 PLN**

W przypadku rezygnacji z uczestnictwa w biegu i marszu opłata startowa nie podlega zwrotowi, nie ma możliwości przeniesienia jej na inną osobę.

• Opłatę należy uiścić na konto:

• **Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu B.S.**

**Malbork o/Stare Pole 93 8303 0006 0040 0400 0521 0002**

z dopiskiem – „Opłata startowa za BIEG lub MARSZ, imię i nazwisko”

• W przypadku opłat startowych wniesionych na konto organizatora po 31.08.2024r. konieczne będzie przedstawienie przy weryfikacji w Biurze Zawodów dowodu wpłaty w formie wydruku oraz wcześniejsze przesłanie na adres mailowy potwierdzenia wpłaty na konto.

• Istnieje możliwość wniesienia opłaty startowej za większą liczbę uczestników na jednym blankiecie wpłaty (jednym przelewem). W tym wypadku w dopisku (w tytule przelewu) należy wpisać „opłata grupowa” oraz imiona i nazwiska wszystkich osób zgłaszanych do biegu.

• W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu i marszu głównego otrzymuje:

- pakiet startowy wraz z numerem i zwrotnym chipem;
- posiłek regeneracyjny;
- unikatowy medal na mecie;

dodatkowo po ceremonii dekoracyjnej udział w losowaniu atrakcyjnych nagród m. in. BONU o wartości **1500 zł.** do zrealizowania w sklepie „FOLTA” ul. Daleka 123, Malbork.  
(aby otrzymać wylosowaną nagrodę jej zwycięzca musi być obecny w trakcie losowania)

#### **10. KLASYFIKACJA BIEGU:**

UWAGA: O zaliczeniu zawodnika do odpowiedniej kategorii wiekowej, decyduje rok urodzenia, a nie dokładna data urodzenia.

##### **• Klasyfikacja w kategorii wiekowej kobiet:**

KAT. ROCZNIK: MIEJSCA:

K-16/30 Roczni 2008-1994 1-3

K-31/40 Roczni 1993-1984 1-3

K-41/50 Roczni 1983-1974 1-3

K-51 Roczni 1973 i starsze 1-3

##### **• Klasyfikacja w kategoriach wiekowych mężczyzn:**

KAT. ROCZNIK: MIEJSCA:

M-16/30 Roczni 2008-1994 1-3

M-31/40 Roczni 1993-1984 1-3

M-41/50 Roczni 1983-1974 1-3

M-51/60 Roczni 1973-1964 1-3

M-61 Roczni 1963 i starsi 1-3

##### **• Klasyfikacja Nordic Walking (open):**

KAT: MIEJSCA:

K 1-3

M 1-3

#### **11. NAGRODY W BIEGU GŁÓWNYM:**

- we wszystkich kategoriach za zajęcie miejsc I – III zawodnicy otrzymują puchary

#### **12. NAGRODY W MARSZU NORDIC WALKING:**

- w kategorii mężczyzn i kobiet najlepszych 3 uczestniczek/uczestników otrzymuje puchary

#### **13. NAGRODY SPECJALNE W BIEGU I MARSZU NORDIC WALKING:**

- dla uczestników – mieszkańców gminy Stare Pole przewidziano puchary dla najlepszego biegacza i maszera w kategorii kobiet i mężczyzn.

#### **14. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

• Wszystkich uczestników obowiązuje niniejszy regulamin.

- Pomiar czasu zostanie przeprowadzony za pomocą chipów.
- Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z przodu, pod karą dyskwalifikacji.
- Każdy uczestnik biegu i marszu jest zobowiązany do zapoznania się z mapą przebiegu trasy.
- Organizator zapewnia doraźną opiekę medyczną na trasie i mecie biegu i marszu.
- Organizator zapewnia szatnie z natryskami.
- Organizator zapewnia depozyt.
- Uczestnicy zawodów nie są ubezpieczeni od nieszczęśliwych wypadków.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione w trakcie imprezy.
- Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.
- Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.
- W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga organizator. Jego decyzja jest ostateczna.

## **15. INFORMACJA DLA UCZESTNIKÓW O ZASADACH PRZETWARZANIA DANYCH OSOBOWYCH**

Prosimy o zapoznanie się z informacjami o zasadach przetwarzania danych osobowych. Podanie przez uczestnika danych osobowych, wyrażenie zgody na ich przetwarzanie oraz zgody na nieodpłatne rozpowszechnianie wizerunku są dobrowolne, jednakże niezbędne do udziału w Biegu i Marszu Nordic Walking „Żyj zdrowo”. Na podstawie art. 13 ust. 1 i ust. 2 oraz art. 14 ust. 1 i ust. 2 rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/56/WE, informujemy, że:

1. Administratorem danych osobowych uczestnika Staropolskiego Biegu i Marszu Nordic Walking „Żyj zdrowo” jest Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu, ul. Marynarki Wojennej 1 b, a kontakt z przedstawicielem Administratora możliwy jest za pomocą email: [gokis11@wp.pl](mailto:gokis11@wp.pl)
2. Dane osobowe uczestnika będą przetwarzane na podstawie art. 6 ust. 1 litera a) RODO w celu uczestnictwa w zawodach sportowych.
3. Udostępnione dane osobowe uczestnika przetwarzane są na podstawie wyrażonej zgody na przetwarzanie danych osobowych w celu organizacji i przeprowadzania Staropolskiego Biegu i Marszu Nordic Walking „Żyj zdrowo”, a także w celach informacyjnych, marketingowych i promocyjnych.

4. Uczestnik ma prawo dostępu do treści swoich danych oraz prawo do ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo wniesienia sprzeciwu, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie. Wycofanie zgody na przetwarzanie danych osobowych jest możliwe poprzez wysłanie informacji pisemnej na adres email: gokis11@wp.pl. Żądanie usunięcia danych oznacza rezygnację z dalszego udziału w zawodach sportowych (bez ich przetwarzania udział w zawodach nie jest możliwy). Wycofanie zgody nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody, przed jej wycofaniem.

5. Dane osobowe uczestnika nie będą przekazywane innym podmiotom za wyjątkiem podmiotów współpracujących, wyłącznie w zakresie niezbędnym do organizacji Staropolskiego Biegu i Marszu Nordic Walking „Żyj zdrowo”.

6. Dane osobowe uczestnika będą przechowywane przez Administratora danych osobowych przez okres niezbędny do realizacji Staropolskiego Biegu i Marszu Nordic Walking „Żyj zdrowo”.

#### **ZGODA NA PRZETWARZANIE DANYCH OSOBOWYCH**

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez Organizatora dla potrzeb organizacji i przeprowadzenia zawodów sportowych na podstawie art. 6 ust. 1 litera a) rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27.04.2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE.

#### **ZGODA NA WYKORZYSTANIE WIZERUNKU**

Wyrażam zgodę na nieodpłatne wykorzystywanie mojego wizerunku przez Organizatora w celach informacyjnych i promocyjnych. Upoważniam Organizatora do utrwalania oraz zwielokrotniania mojego wizerunku dostępnymi technikami (zdjęcia, materiały video). Zezwalam na rozpowszechnianie mojego wizerunku w dostępnych środkach przekazu, w tym na stronach internetowych. Niniejsza zgoda jest nieodpłatna, nie jest ograniczona ilościowo, czasowo ani terytorialnie.

Dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury i Sportu w Starym Polu