

Regulamin IV Nocnego Biegu Terenowo- Przełajowego „Weller 2. Kołaków '44”

I. CELE

1. Uczczenie 75. rocznicy zrzutu Cichociemnych żołnierzy Armii Krajowej na placówkę odbiorczą „Imbryk” pod Kołakowem.
2. Oddanie hołdu 316 Cichociemnym żołnierzom Armii Krajowej.
3. Krzewienie wiedzy historycznej, pamięci o bohaterskich czynach Cichociemnych żołnierzy Armii Krajowej oraz promocja postaw patriotycznych.
4. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.
5. Integracja mieszkańców Gminy Dąbrówka i Powiatu Wołomińskiego.

II. PATRONAT HONOROWY

Minister Obrony Narodowej – Mariusz Błaszczak

III. ORGANIZATORZY

Starosta Wołomiński - Adam Lubiak
Wójt Gminy Dąbrówka – Radosław Korzeniewski
Gminne Centrum Kultury w Dąbrówce

IV. WSPÓŁORGANIZATORZY

Fundacja SPRZYMIERZENI z GROM
MUKS Dąbrówka

V. INSTYTUCJE WSPIERAJĄCE

Urząd Gminy w Dąbrówce
Szkoła Podstawowa im. C. K. Norwida w Dąbrówce

VI. TERMIN i MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się **11 maja 2019 r.** podczas obchodów 75. rocznicy zrzutu Cichociemnych żołnierzy Armii Krajowej na placówkę odbiorczą „Imbryk” pod Kołakowem.
2. Oficjalne rozpoczęcie IV Nocnego Biegu Terenowo - Przełajowego „Weller 2. Kołaków '44” odbędzie się o godz. 15:45, zakończenie przewidziane jest ok godz. 21.00.
3. Start i meta biegu zlokalizowana będzie na terenie leśnej polany, w okolicach miejsca zrzutu Cichociemnych (pomnik Chwały Oręża Polskiego pod Kołakowem).
4. W dniu 11 maja 2019 Biuro Biegu dla wszystkich kategorii zlokalizowane będzie w okolicach START/META.

VII. OPIS ZAWODÓW, TRASA

IV Nocny Bieg Terenowo - Przełajowy „Weller 2. Kołaków '44” odbędzie się w następujących kategoriach wiekowych:

- bieg dla dzieci uczęszczających do przedszkoli (dziewczęta i chłopcy) – dystans ok. 300 m
- bieg dla uczniów klas 1-3 szkół podstawowych (dziewczęta i chłopcy) – dystans ok. 600 m
- bieg dla uczniów klas 4-6 szkół podstawowych (dziewczęta i chłopcy) – dystans ok. 1000 m
- bieg dla uczniów klas 7 i 8 szkół podstawowych oraz gimnazjalistów (dziewczęta i chłopcy) – dystans ok. 2000 m
- **marsz Nordic Walking - dla uczestników powyżej 16 roku (kobiety i mężczyźni) – dystans ok. 5000 m**
- bieg w kategorii „open” – dla uczestników powyżej 16 roku (kobiety i mężczyźni) – dystans ok. 10000 m
 1. **UWAGA !!!! Bieg w kategorii open odbywa się w godzinach wieczornych, w trudnych warunkach terenowych, co wymaga odpowiedniego przygotowania kondycyjnego i technicznego (m.in. latarka czołowa).**
 2. **Uczestnicy będą wybiegali w turach.**
 3. Trasa będzie oznaczona taśmami, zabezpieczona i kontrolowana przez wolontariuszy i instruktorów biegu.
 4. Na trasie będą znajdowały się oznakowane punkty kontrolne, zabezpieczane przez instruktorów. Na punktach tych będą odbywały się poszczególne konkurencje biegu terenowego.
 5. Plan przebiegu trasy zostanie umieszczony na stronie internetowej wydarzenia najpóźniej 2 dni przed biegiem.
 6. Liczy się kolejność przybycia uczestników na metę w założonym limicie oraz poprawne wykonanie założonych konkurencji podczas zawodów.
 7. Sposób wykonania zadania na każdym punkcie oraz poprawność jego wykonania będzie oceniał instruktor znajdujący się na danym punkcie.
 8. Niepoprawne wykonanie zadania lub rezygnacja z jego wykonania będzie karana wykonaniem ekwiwalentu ćwiczeń wydolnościowych (instruktaż będzie przeprowadzony przed biegiem i na punkcie).
 9. Wszystkich uczestników obowiązuje wynik czasowy.
 10. Każdy uczestnik zobowiązany jest do zwrotu chipu od pomiaru czasu.
 11. Na trasie biegu nie będzie punktów odpoczynku, odżywiania i odświeżania.
 12. Nie zezwala się na podawanie napojów i żywności przez osoby trzecie podczas trwania biegu.

VIII. ZASADY UCZESTNICTWA

1. Impreza ma charakter otwarty i będzie prowadzona w duchu fair play.
2. **Dla dzieci, młodzieży oraz uczestników nordic walking udział w biegu jest bezpłatny.**
3. **Udział w biegu w kategorii OPEN podlega opłacie w wysokości 50,00 zł.**
4. Obowiązkiem każdego uczestnika (wszystkie kategorie) jest zgłoszenie się do Biura Biegów najpóźniej do pół godziny przed biegiem. Nie zgłoszenie się grozi wypisaniem z biegów. Każdy uczestnik biorący udział w IV Nocnym Biegu Terenowo -Przełajowym „Weller.2 Kołaków ‘44” musi zostać zweryfikowany i zaakceptowany przez Organizatora w Biurze Biegu przed startem.
5. Każdy uczestnik otrzyma zestaw startowy, w tym: talon na posiłek regeneracyjny oraz numer startowy, który będzie musiał umieścić na bluzie ubioru na wysokości klatki piersiowej, obowiązkowo od czasu zarejestrowania się w dniu zawodów do czasu dotarcia do mety lub do czasu podjęcia decyzji o rezygnacji z udziału w biegu. (Uczestnicy kategorii open otrzymują

dotatkowo koszulki oraz chip pomiaru czasu)

6. Warunki dopuszczenia do udziału w zawodach w kategorii open:
 - a. posiadanie ważnego dokumentu ze zdjęciem (dowód osobisty, paszport);
 - b. ukończony 16 rok życia do 11.05.2019 r.;
 - c. wypełnienie karty zgłoszeniowej: na stronie internetowej zapisów do dnia 9 maja lub do wyczerpania limitu miejsc (dla uczestników zgłaszających się w dniu biegu- ręczne wypełnienie formularza w Biurze Biegu w Kołakowie);
 - d. w przypadku osób niepełnoletnich konieczne jest wypełnienie formularza przez opiekuna prawnego.
7. Każdy uczestnik kategorii open musi posiadać obowiązkowo:
 - a. ubiór sportowy (ochronny), który **powinien zabezpieczać termicznie oraz przed przemoczeniem w trudnych warunkach, a przede wszystkim zabezpieczyć przed otarciami na przeszkodach**;
 - b. buty trekkingowe wiązane za kostkę, które zabezpieczą przed uszkodzeniem i skręceniem (przeszkody terenowe mogą być kontuzjogenne);
 - c. **oświetlenie osobiste latarka (lampka umieszczona na czole głowy)**.
8. **Zawody odbędą się bez względu na panujące warunki atmosferyczne.** W przypadku wyjątkowo niekorzystnych warunków atmosferycznych, jak np. burze, tornada, huragany itp. Organizator zastrzega sobie prawo do usunięcia przeszkód, wykluczenia części szlaku lub odwołania imprezy w celu zapewnienia bezpieczeństwa zawodników, wolontariuszy i pracowników.
9. Na miejsce zawodów zabrania się wnoszenia środków odurzających, substancji pobudzających, nielegalnych substancji, środków podnoszących wydajność fizyczną oraz środków/substancji alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju. Uczestnikom zabrania się zażywania takich środków i substancji zarówno przed jak i podczas zawodów pod warunkiem wykluczenia z nich.
10. W wypadku stwierdzenia, że uczestnik narusza powyższy zakaz, Organizator zastrzega sobie możliwość niedopuszczenia go do udziału w biegu lub wykluczenia go w jego trakcie.
11. Na trasę nie wolno zabierać ze sobą szklanych butelek.

IX. ZGŁOSZENIA

1. **Limit zgłoszeń dla wszystkich kategorii wynosi łącznie 500 osób.**
2. **Warunkowo, jeżeli bieg będzie się cieszył dużym zainteresowaniem limit zostanie zwiększony o czym poinformuje Organizator.**
3. Numery startowe przydzielane będą zgodnie z kolejnością zgłoszeń.
4. Biuro Biegów czynne będzie 11 maja 2019 r. w godzinach 14.30 – 21:00 dla wszystkich kategorii w miejscu rozgrywania zawodów.
5. **Zgłoszenia indywidualne** będą przyjmowane:
 - a. w szkołach - osobiście dla kategorii dzieci przedszkolne, uczniowie szkół podstawowych i gimnazjalnych; uczniowie zapisują się w swoich szkołach u nauczyciela wyznaczonego do przyjęcia zgłoszeń;
 - b. w Biurze Biegu, w dniu zawodów – osobiście, dla wszystkich kategorii – najpóźniej na pół godziny przed rozpoczęciem biegu,
 - c. elektronicznie za pomocą formularza umieszczonego na stronie biegu <https://sportmaniacs.com/pl/services/inscription/iv-nocny-bieg-terenowo-przelajowy> do dnia 9 maja.

- d. ze względu na krótki termin zapisów, uczestnicy w kategorii OPEN którzy prześlą formularz zgłoszeniowy do 26 kwietnia, mają możliwość wyboru rozmiaru koszulki. Uczestnicy zgłoszeni po 26 kwietnia otrzymają losowo wybrane rozmiary koszulek.
6. Zgłoszeni zawodnicy, w dniu biegu, powinni złożyć w Biurze Biegu podpisany dokument:
 - a. „Zgodę na udział w biegu” (uczestnicy niepełnoletni - zgoda podpisana przez rodziców lub opiekunów prawnych) stanowiącą **załącznik nr 1** do niniejszego Regulaminu,
 - b. „Oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach sportowych” (uczestnicy dorośli) stanowiące **załącznik nr 2** do niniejszego Regulaminu.
7. Każdy uczestnik kategorii OPEN zobowiązany jest uiścić opłatę za udział w Biegu w wysokości 50,00 zł.
 - a. potwierdzenie dokonania opłaty należy przesłać (jako załącznik pdf. lub jpg.) na adres: kasia.g@gckdabrowka.net.pl w terminie do 10.05.2019 r. do godz. 15.00. (w przeciwnym razie zgłoszenie uznane jest za nieważne)
 - b. płatności dla zapisów na miejscu można dokonać gotówką w dniu biegu w Biurze Biegu.
 - c. terminem kwalifikacji płatności jest dzień 11 maja 2019r.– liczy się data wpływu środków finansowych.
 - d. UWAGA: Wniesiona opłata startowa nie podlega zwrotowi ani przeniesieniu na inną osobę.
 - e. kwota wpisowego pokrywa koszty: numeru startowego, koszulki bawełnianej biegu, ubezpieczenia NNW, opieki medycznej podczas trwania zawodów, cateringu wojskowego (jeden ciepły posiłek) dla uczestników po ukończeniu biegu, pomiaru czasu biegu, przygotowania trasy biegu z przeszkodami.
8. **Informacje dotyczące IV Nocnego Biegu Terenowo -Przełajowego „Weller.2 Kotaków ‘44” kategorii dzieci przedszkolne, uczniowie szkół podstawowych i gimnazjalnych można uzyskać pod numerem telefonu: Dariusz Lorek Tel: 509-721-147; dla kategorii open i nordic walking Katarzyna Gmurczyk 29 757 88 88 wew. 20 lub na stronie internetowej biegu.**

X. WYNIKI I NAGRODY

1. Osoby biorące udział w biegu poprzez swoje aktywne uczestnictwo oddają symbolicznie hołd Cichociemnym żołnierzom Armii Krajowej.
2. Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą swój bieg otrzymają pamiątkowy medal.
3. Dekoracja uczestników, którzy ukończyli bieg będzie miała miejsce w dniu 11 maja 2019 r. na mecie zawodów, po ukończeniu każdej kategorii biegu.
4. **Bieg w kategorii OPEN jest pierwszym z tzw. „Triady biegowej”. Uczestnicy mają możliwość zdobycia kompletnego medalu Triady poprzez udział w dwóch pozostałych wydarzeniach: IV Marszobiegu „WYKUS `43” – 28.09.2019 r. (Starachowice) oraz V Biegu Nocy Listopadowej - 30.XI.2019 r. (Warszawa Bemowo)**
5. Organizator zastrzega sobie prawo do upubliczniania wyników biegów, do publikacji informacji o przebiegu zawodów na stronach internetowych oraz w prasie i w telewizji.
6. Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników wywiadu, robienia mu zdjęć i filmowania na potrzeby reklamowe, promocyjne, wykorzystania w Internecie lub w transmisjach radiowo telewizyjnych oraz na inne potrzeby komercyjne.
7. Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników biegu. Mogą one być wykorzystane przez Organizatora poprzez umieszczanie na nośnikach typu CD,

DVD, w katalogach oraz mediach, na stronach internetowych, w gazetach i na wystawach, jak również na potrzeby promocyjno-reklamowe związane z działalnością prowadzoną przez Organizatora.

XI. SKARGI I WNIOSKI

1. Uczestnik ma prawo wniesienia skargi do Międzyszkolnego Uczniowskiego Klubu Sportowego Dąbrówka po wpłacie gotówką kaucji w wysokości 300 zł. W przypadku skargi odrzuconej kaucja nie podlega zwrotowi.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian oraz ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu.
3. Ostateczna wersja regulaminu będzie dostępna w Biurze Biegu w dniu 11 maja 2019 r.

XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Uczestnik bierze udział w biegu na własną odpowiedzialność.
2. Za bezpieczeństwo niepełnoletnich uczestników zawodów odpowiadają ich rodzice / opiekunowie prawni lub w przypadku zgłoszeń szkolnych - opiekunowie wyznaczeni przez szkoły.
3. Organizator zapewnia ubezpieczenia NNW w czasie biegu.
4. Organizator dołoży wszelkich starań, aby zostały zachowane wszelkie zasady bezpieczeństwa, niemniej jednak odpowiedzialność za powstałe urazy i konsekwencje wychłodzenia organizmu pozostaje po stronie zawodników.
5. Ze względu na charakter biegu, Uczestnik powinien liczyć się z powstaniem otarć, zadrapań, a także drobnych ran powierzchniowych podobnego typu. Warunki atmosferyczne mogą sprzyjać urazom kończyn i/lub przemoczeniu. Odpowiedzialność za powstałe urazy i konsekwencje wychłodzenia organizmu ponosi wyłącznie Uczestnik.
6. Organizator zapewnia uczestnikom zabezpieczenie medyczne w postaci punktu z karetką i ratownikami medycznymi w trakcie trwania imprezy. Punkt ten znajduje się w okolicy Biura Biegu. Na trasie biegu znajdują się punkty z pomocą medyczną (wyszkolony strażak z wyposażeniem medycznym). Organizator nie pokrywa innych kosztów medycznych.
7. Przedmioty wartościowe uczestników biegu, na czas biegu będzie można zdeponować w depozycie. Przedmioty te, powinny mieścić się w formacie torby a3. Za rzeczy pozostawione lub zagubione (poza depozytem) Organizator biegu nie ponosi odpowiedzialności.
8. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie jego danych osobowych zawartych w formularzu zgłoszeniowym dla celów związanych z przeprowadzeniem IV Nocnego Biegu Terenowo – Przełajowego „Weller 2. Kołaków ‘44” w zakresie określonym Regulaminem konkursu (zgodnie z ustawą z dnia 10 maja 2018 roku o ochronie danych osobowych (Dz. Ustaw z 2018, poz. 1000) oraz zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 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 95/46/WE (RODO).
9. Zawodnicy podczas wyścigu zobowiązani są do przestrzegania niniejszego Regulaminu oraz odnoszenia się z należytym szacunkiem do innych uczestników zawodów, organizatorów, służb porządkowych oraz medycznych.
10. We wszystkich sprawach, które nie zostały objęte zapisami niniejszego Regulaminu, decydują

organizatorzy.

11. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian oraz ostatecznej interpretacji niniejszego Regulaminu. Ostateczna wersja Regulaminu będzie dostępna w Biurze Biegu w dniu 11 maja 2019 r.

OBOWIĄZEK INFORMACYJNY

Klauzula Informacyjna

W związku z realizacją wymogów Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 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 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych „RODO”), informujemy o zasadach przetwarzania Pani/Pana danych osobowych oraz o przysługujących Pani/Panu prawach z tym związanych:

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Gminne Centrum Kultury w Dąbrowce z siedzibą w Dąbrowce ul. Tadeusza Kościuszki 14A, zwany dalej Administratorem; Administrator prowadzi operacje przetwarzania Pani/Pana danych osobowych,
2. Administrator powołał Inspektora Danych Osobowych (IOD). Kontakt z Inspektorem e-mail: michal@gckdabrowka.net.pl
3. Pani/Pana dane osobowe przetwarzane będą w celu:
 - a. wypełnienia obowiązków prawnych ciążących na Gminnym Centrum Kultury w Dąbrowce, w szczególności wynikających z ustawy z dn. 25.10.1991r. o organizowaniu i prowadzeniu działalności kulturalnej
 - b. w pozostałych przypadkach Pani/Pana dane osobowe przetwarzane są wyłącznie na podstawie wcześniej udzielonej zgody w zakresie i celu określonym w treści zgody.
4. W związku z przetwarzaniem danych w celach o których mowa w pkt. 3 odbiorcami Pani/Pana danych osobowych mogą być:
 - a. osoby upoważnione przez Administratora do przetwarzania danych w ramach wykonywania swoich obowiązków służbowych;
 - b. podmioty, którym Administrator zleca wykonanie czynności, z którymi wiąże się konieczność przetwarzania danych (podmioty przetwarzające),
5. posiada Pani/Pan prawo do:
 - żądania od Administratora dostępu do swoich danych osobowych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania danych osobowych,
 - wniesienia sprzeciwu wobec takiego przetwarzania,
 - przenoszenia danych,
 - wniesienia skargi do organu nadzorczego,
 - cofnięcia zgody na przetwarzanie danych osobowych.
6. Pani/Pana dane osobowe nie podlegają zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji, w tym profilowaniu,
7. Pani/Pana dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji wskazanych powyżej celów przetwarzania, w tym również obowiązku archiwizacyjnego wynikającego z przepisów prawa
8. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, lecz niezbędne w celu realizacji działań uwzględnionych w pkt. 3.