

REGULAMIN BIEGU "III SUCHOLESKA zaDYSHKA"
organizowanego w dniu 28 września 2025 w Suchym Lesie
na dystansie 10 km oraz 5 km (Nordic Walking oraz bieg)

I. ORGANIZATOR

1. Gminny Ośrodek Sportu w Suchym Lesie, ul. Szkolna 20. 62-002 Suchy Las. Dane kontaktowe: email: gos@gos.suchylas.pl

II. CELE

1. Popularyzacja biegania oraz Nordic Walking jako najprostszyc form rekreacji fizycznej (bieg i Nordic Walking dalej zwane Biegiem).
2. Propagowanie aktywnego stylu życia oraz podnoszenie sprawności fizycznej.
3. Promocja Gminy Suchy Las.
4. Integracja lokalnej społeczności poprzez wspólne spędzanie wolnego czasu.
5. Wizerunkowa promocja Gminnego Ośrodka Sportu w Suchym Lesie.

III. TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się w dniu 28 września 2025 roku (niedziela) w Suchym Lesie.
2. Dystanse:
 - Nordic Walking 5 km z atestem trasy PZLA – rocznik 2012 i starsi
 - Bieg 5 km z atestem trasy PZLA – rocznik 2012 i starsi
 - Bieg 10 km z atestem trasy PZLA – rocznik 2009 i starsi
3. Start nastąpi o godzinie 12:00 z bieżni boiska Gminnego Ośrodka Sportu, meta również będzie na bieżni boiska Gminnego ośrodka Sportu.
4. Trasa:
 - bieg/Nordic Walking 5km – prowadzić będzie drogą asfaltową – następującymi ulicami Suchego Lasu: boisko GOS (start biegu) – Jagodowa – Promienista – Miła – Szkolna – Nektarowa – Sosnowa – Podgrzybkowa – Muchomorowa – Szkółkarska – Borówkowa – Stefańskiego – Jagodowa – Powstańców Wlkp. – Poziomkowa – boisko GOS (meta biegu) zgodnie z trasą pokazaną na załączonym rysunku. Niedopuszczalne jest skracanie trasy biegu. Trasa będzie oznaczona znakami pionowymi co 1 kilometr (1 pętla).
 - bieg 10km – prowadzić będzie drogą asfaltową – ulicami Suchego Lasu (2 pętla trasą tą samą co bieg /Nordic Walking 5km).
 - biegi towarzyszące dla dzieci (rocznik 2013 i młodszy) odbywać się będą na bieżni boiska Gminnego Ośrodka Sportu:
 - bieg 200m dla dzieci do 6lat (rocznik 2019 i młodszy)
 - bieg 400m dla dzieci 7-12lat (rocznik 2013 - 2018)

IV. LIMIT CZASU

1. Limit czasu na pokonanie dystansu w biegu 5km wynosi 60 minut, w Nordic Walking 5km -75 minut, w biegu 10km wynosi 90 minut.
2. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie czasu zobowiązani są do zejścia z trasy.

V. ZGŁOSZENIA

1. Warunkiem uczestnictwa w biegu/Nordic Walking jest dokonanie rejestracji elektronicznej, opłacenie pakietu startowego (oprócz biegów towarzyszących dla dzieci) przelewem elektronicznym lub kartą kredytową oraz podpisanie deklaracji uczestnictwa podczas odbioru pakietu w dniu zawodów.
2. Opłacenie pakietu startowego nie dotyczy biegów towarzyszących dla dzieci (rocznik 2013 i młodszy) odbywających się na bieżni boiska Gminnego Ośrodka Sportu. Warunkiem uczestnictwa dziecka w biegu towarzyszącym jest dokonanie rejestracji

elektronicznej oraz wyrażenie zgody przez rodzica dziecka w dniu biegu. Limit dzieci biorących udział w biegach towarzyszących to 75 uczestników.

3. Organizator zastrzega sobie prawo do odrzucenia każdej deklaracji uczestnictwa, co do której istnieje podejrzenie, że została wypełniona niezgodnie z prawdą oraz do zdyskwalifikowania każdego uczestnika, wobec którego istnieje uzasadnione przekonanie, że naruszył warunki niniejszego Regulaminu.
4. Limit uczestników „III Sucholeskiej zaDyshki” to 350 osób łącznie (bieg i Nordic Walking 5km oraz bieg 10km, wskazany limit nie obejmuje dzieci biorących udział w biegu towarzyszącym).
5. Rejestracje elektroniczne przyjmowane będą do dnia 23 września 2025. Kolejne zgłoszenia będą możliwe w biurze zawodów pod warunkiem dostępnych miejsc w/w limitu. Organizator zastrzega sobie prawo przerywania zgłoszeń w momencie przekroczenia powyższej liczby uczestników biegu.
6. Na liście startowej widoczne są osoby, które dokonały rejestracji i płatności za pakiet startowy. W przypadku dzieci biorących udział w biegach towarzyszących widoczne będą imiona i nazwiska dzieci, które zostały zgłoszone i zarejestrowane przez swoich rodziców.
7. Odbiór pakietów startowych będzie możliwy wyłącznie osobiście w holu hali sportowej GOS przy ul. Szkolnej 20 w dniu 27 września w godz. 17:00-19:00 oraz w dniu 28 września w godz. 09:00-11:00 po okazaniu dokumentu tożsamości oraz podpisaniu deklaracji uczestnictwa. Dzieci biorące udział w biegu towarzyszącym otrzymają wyłącznie numery startowe.
8. Przepisanie pakietu startowego na innego zawodnika nie jest możliwe.

VI. UCZESTNICTWO

1. Prawo uczestnictwa w biegu i marszu z kijami (Nordic Walking) mają osoby, które ukończyły 13 rok życia, zgodnie ze schematem podanym w pkt. III. 2 niniejszego Regulaminu (Dystanse). Prawo uczestnictwa w biegu towarzyszącym mają dzieci do ukończenia 13 roku życia.
2. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do przedstawienia „Zgody do udziału w Biegu” podpisanej przez rodzica lub prawnego opiekuna podczas odbioru pakietu startowego lub w przypadku dzieci biorących udział w biegu towarzyszącym, przed wzięciem udziału w biegu.
3. Podpisując deklarację uczestnictwa Uczestnik zaświadcza, że stan jego zdrowia umożliwi mu udział w zawodach. Organizator nie zapewnia uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu chorób, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem uczestnika w imprezie, oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.
4. W pakiecie startowym biegu znajduje się numer startowy zintegrowany z chipem oraz gadżety od Organizatora (GOS), a po ukończeniu biegu pamiątkowy medal i poczęstunek (bufet) na mecie.
5. Pomiar czasu dokonywany będzie za pomocą chipów w numerze startowym. Brak chipa podczas biegu skutkować będzie dyskwalifikacją. Zabrania się modyfikacji chipa przyklejonego do numeru startowego co może spowodować brak odczytu z mety.
6. Na przedniej części koszulki należy przymocować numer startowy. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona.
7. Zawodnicy na mecie nie posiadający numeru startowego i elektronicznego chipa do pomiaru czasu nie będą sklasyfikowani oraz nie otrzymają pamiątkowego medalu.
8. W dniu biegu zostanie zorganizowany depozyt dla zawodników.

VII. OPŁATY

1. Opłata startowa za udział w imprezie wynosi:
 - do 23 września 2025 – **70 zł**
 - w biurze zawodów 27/28 września 2025 – **100 zł (pod warunkiem wolnych miejsc)**
2. Zapisy elektroniczne kończymy 23 września 2025 o godzinie 23:59 lub po wyczerpaniu limitu miejsc.
3. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi z wyjątkiem sytuacji określonej w punkcie IX.1 niniejszego Regulaminu.
4. Operatorem płatności jest tpay.com System płatności Tpay.com należąca do spółki Krajowy Integrator Płatności S.A., ul. Św. Marcin 73/6, 61-808 Poznań, NIP: 7773061579, REGON: 300878437, KRS: 0000412357
5. Opłat można dokonywać:
 - podczas rejestracji za pomocą płatności elektronicznej Tpay.com. Do 23 września 2025 do godziny 23:59 po tym terminie płatność nie będzie możliwa
 - przy odbiorze pakietów startowych 27 września w godz. 17:00-19:00 oraz 28 września w godz. 09:00-11:00 – gotówką w biurze zawodów (**pod warunkiem wolnych miejsc**).

VIII. KLASYFIKACJA I NAGRODY

1. Bieg 5km
 - Podstawą ustalenia klasyfikacji generalnej biegu będą uzyskane wyniki według elektronicznego pomiaru czasu brutto.
 - W biegu 5km prowadzona będzie klasyfikacja Open (3 pierwsze miejsca kobiet i mężczyzn) oraz w kategoriach wiekowych (3 pierwsze miejsca) kobiet K20 (13-29 lat), K30 (30-39 lat), K40 (40-49 lat), K50 (50-59 lat), K60 (60 lat i starsze) i mężczyzn M20 (13-29 lat), M30 (30-39 lat), M40 (40-49 lat), M50 (50-59 lat), M60 (60 i starsi). O przynależności do danej kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia.
 - Nagrody nie dublują się to znaczy zawodnik nagrodzony w kategorii OPEN nie otrzymuje nagrody w kategorii wiekowej. Nagrody będą wręczane wg stanu wyników z godz. 13:30. Odbiór nagród może nastąpić tylko osobiście i wyłącznie w dniu zawodów.
2. Nordic Walking 5km
 - Podstawą ustalenia klasyfikacji generalnej biegu będą uzyskane wyniki według elektronicznego pomiaru czasu brutto.
 - W marszu z kijami 5km prowadzona będzie klasyfikacja Open (3 pierwsze miejsca kobiet i mężczyzn) oraz w kategoriach wiekowych (3 pierwsze miejsca) kobiet K20 (13-29 lat), K30 (30-39 lat), K40 (40-49 lat), K50 (50-59 lat), K60 (60 i starsze) i mężczyzn M20 (13-29 lat), M30 (30-39 lat), M40 (40-49 lat), M50 (50-59 lat), M60 (60 i starsi). O przynależności do danej kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia.
 - Nagrody nie dublują się to znaczy zawodnik nagrodzony w kategorii OPEN nie otrzymuje nagrody w kategorii wiekowej. Nagrody będą wręczane wg stanu wyników z godz. 13:30. Odbiór nagród może nastąpić tylko osobiście i wyłącznie w dniu zawodów..
3. Bieg 10km
 - Podstawą ustalenia klasyfikacji generalnej biegu będą uzyskane wyniki według elektronicznego pomiaru czasu brutto.
 - W biegu 10km prowadzona będzie klasyfikacja Open (3 pierwsze miejsca kobiet i mężczyzn) oraz w kategoriach wiekowych (3 pierwsze miejsca) kobiet K20 (16-29 lat), K30 (30-39 lat), K40 (40-49 lat), K50 (50-59 lat), K60 (60 i

starsze) i mężczyźni M20 (16-29 lat), M30 (30-39 lat), M40 (40-49 lat), M50 (50-59 lat), M60 (60 i starsi). O przynależności do danej kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia.

- Nagrody nie dublują się to znaczy zawodnik nagrodzony w kategorii OPEN nie otrzymuje nagrody w kategorii wiekowej. Nagrody będą wręczane wg stanu wyników z godz. 13:30. Odbiór nagród może nastąpić tylko osobiście i wyłącznie w dniu zawodów.

IX. ZWROTY I REKLAMACJE

1. Opłata rejestracyjna może zostać zwrócona po pomniejszeniu kosztów przygotowania imprezy – prośbę należy wysłać na kontakt@maratonczykpomiarczasu.pl – zostanie rozpatrzona w ciągu 7 dni od otrzymania wiadomości.
2. Reklamacje dotyczące rejestracji elektronicznej, opłacenia pakietu startowego, pomiaru czasu można złożyć wysyłając wiadomość na adres kontakt@maratonczykpomiarczasu.pl. Reklamacje będą rozpatrywane w terminie 7 dni.
3. Reklamacje dotyczące pozostałych kwestii należy składać wysyłając wiadomość do Organizatora na adres: gos@gos.suchylas.pl. Reklamacje będą rozpatrywane w terminie 7 dni.
4. Wszelkie protesty i zażalenia dotyczące kolejności uczestników należy zgłaszać do Organizatora, a jego decyzje są ostateczne i nieodwołalne.

X. ZASADY BEZPECZEŃSTWA

1. Uczestnicy biegu są zobowiązani do przestrzegania należytej ostrożności na całej trasie biegu.
2. Bieg będzie odbywał się drogami asfaltowymi w Suchym Lesie. Trasa będzie oznakowana i zabezpieczona przez uprawnione służby oraz policję w newralgicznych miejscach.
3. Organizator zabrania korzystania z urządzeń odtwarzających muzykę, w tym słuchawkowych, przez uczestników i nie ponosi odpowiedzialności za żadne incydenty spowodowane korzystaniem z tych urządzeń.
4. Bieg odbywać się będzie prawostronnie.
5. Ruch uliczny będzie wstrzymywany jedynie na czas przebiegnięcia zawodników. Na trasie mogą pojawić się pojazdy mechaniczne.
6. Zawodnicy, kibice oraz inne osoby przebywające na trasie biegu są zobowiązani do bezwzględnego przestrzegania poleceń służb porządkowych.
7. Organizator ma prawo usunąć z trasy zawodów oraz terenu imprezy osoby, które w jakikolwiek sposób zakłócają porządek publiczny, przebieg zawodów lub zachowują się niezgodnie z Regulaminem.
8. Organizator jest zobowiązany do poinformowania przed startem zawodników o zasadach bezpieczeństwa wynikających z Regulaminu.

XI. DANE OSOBOWE

1. Dane osobowe przetwarzane są 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 (ogólne

rozporządzenie o ochronie danych) – RODO. Administratorem danych osobowych przetwarzającym dane w związku z organizacją biegu w rozumieniu RODO oraz niniejszego Regulaminu jest: Gminny Ośrodek Sportu w Suchym Lesie, ul. Szkolna 20, 62-002 Suchy Las.

2. Inspektor Ochrony danych osobowych: Krzysztof Kowal, e-mail: iod@gos.suchylas.pl.
3. Administrator przetwarza dane osobowe zawodników w celach:
 - rejestracji zawodników Biegu i organizacji Biegu zgodnie z regulaminem – na podstawie zgody - art. 6 ust 1 lit a RODO;
 - przekazywania informacji dotyczących organizacji biegu – na podstawie zgody – art. 6 ust. 1 lit. a RODO;
 - dokumentacji i promocji przebiegu Biegu w postaci rejestracji obrazu i dźwięku, za pomocą których może zostać utrwalony wizerunek, co stanowi prawnie uzasadniony interes Administratora – art. 6 ust. 1 lit. f RODO;
 - publikacji wizerunku w celu promocji wydarzenia na podstawie zgody wyrażonej przez osobę, której fotografia ma być publikowana bądź w przypadku osób nieletnich, zgody ich opiekunów prawnych na publikację wizerunku – art. 6 ust. 1 lit. a RODO;
 - ochrony przed roszczeniami, co stanowi prawnie uzasadniony interes Administratora – art. 6 ust. 1 lit. f RODO;
 - rozpatrzenia reklamacji, co stanowi prawnie uzasadniony interes Administratora – art. 6 ust. 1 lit. f RODO.
4. Administrator przetwarza dane osobowe rodziców bądź opiekunów prawnych uczestnika, który nie ukończył 18 roku życia, w celu weryfikacji udzielenia zgody na uczestnictwo uczestnika w Biegu lub biegu towarzyszącym, co stanowi prawnie uzasadniony interes Administratora (art. 6 ust. 1 lit f RODO).
5. Państwa dane osobowe przechowywane będą do czasu zrealizowania celu, a jeśli będzie to niezbędne dla celów dowodowych - dane osobowe mogą być przechowywane także do czasu przedawnienia roszczeń związanych z organizowanym wydarzeniem lub zakończenia postępowania sądowego z nim związanego. W przypadku przetwarzania na podstawie wyrażonej zgody, dane przechowywane będą do czasu jej cofnięcia.
6. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednak niezbędne by wziąć udział w Biegu. Konsekwencją niepodania danych osobowych będzie brak możliwości uczestnictwa w organizowanym Biegu.
7. Przysługują Państwu następujące prawa:
 - jeżeli podstawą prawną jest art. 6 ust. 1 lit a lub b RODO:
 - prawo dostępu do treści danych
 - prawo do sprostowania danych
 - prawo do usunięcia danych (prawo do bycia zapomnianym)
 - prawo do ograniczenia przetwarzania danych
 - prawo do przenoszenia danych
 - jeżeli podstawą prawną jest art. 6 ust. 1 lit f RODO:
 - prawo dostępu do treści danych
 - prawo do sprostowania danych
 - prawo do usunięcia danych (prawo do bycia zapomnianym)
 - prawo do ograniczenia przetwarzania danych
 - prawo do sprzeciwu wobec przetwarzania danych
8. Jeżeli przetwarzanie odbywa się, na podstawie zgody (art. 6 ust. 1 lit. a RODO) przysługuje Państwu prawo do wycofania zgody w dowolnym momencie. Zgodę można wycofać w każdej chwili, przesyłając wiadomość e-mail na adres

iod@gos.suchylas.pl lub osobiście w siedzibie Administratora. Cofnięcie zgody nie ma wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem.

9. Przysługuje Państwu także prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego zajmującego się ochroną danych osobowych, tj. do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych. Aktualny adres organu nadzorczego to: Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa.
10. W związku z przetwarzaniem danych, Państwa dane osobowe będą udostępniane innym odbiorcom lub kategoriom odbiorców, takim jak:
 - Organom i instytucjom oraz właściwym podmiotom administracji publicznej i samorządowej w zakresie i w celach, które wynikają z przepisów powszechnie obowiązującego prawa.
 - Firmom świadczącym usługi na rzecz ADO, a w szczególności w zakresie: obsługi informatycznej, oprogramowania komputerowego, finansowej, ubezpieczeń, serwisu urządzeń, korespondencyjne, płatności online (System płatności Tpay.com).
 - Innym podmiotom, które na podstawie stosownych umów przetwarzają dane osobowe dla administratora w związku z organizacją biegu: Maratończyk Maciej Łucyk (dostawca systemu pomiaru czasu), Avangarde Group.
11. Państwa dane nie będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany w tym również w formie profilowania. Państwa dane nie są przetwarzane poza obszarem EOG.
12. Dane związane z procesem płatności, tj. numery i dane kart kredytowych oraz kody dostępu do internetowych kont bankowych nie są zapisywane przez Administratora. Celem zabezpieczenia poufnych danych transakcje dokonywane przez zewnętrzny system płatności internetowej są szyfrowane.
13. Po zarejestrowaniu zgłoszenia i zaksięgowaniu opłaty startowej dane zawodnika (imię i nazwisko, miejsce zamieszkania – miejscowość, rok urodzenia, przynależność klubowa, płeć) zostaną opublikowane na liście startowej oraz wynikach na stronie internetowej www.zapisy.maratonczykpomiarczasu.pl

XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Kontakt do Organizatora – gos@gos.suchylas.pl, a w przypadku zwrotów i reklamacji - kontakt@maratonczykpomiarczasu.pl.
2. Stanowiska wydawania medali, wody i pakietu upominków będą wspólne dla wszystkich uczestników.
3. Organizator zapewnia uczestnikom obsługę medyczną na czas trwania biegu.
4. 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.
5. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej.
6. Organizator nie zapewnia uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu chorób, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem uczestnika w imprezie, oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności. Uczestnikom doradza się, by, jeśli uznają to za konieczne, dokonali swojego ubezpieczenia we własnym zakresie.
7. Organizator nie pokrywa kosztów medycznych lub transportu związanych z obecnością lub uczestnictwem w biegu.
8. Organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe pozostawione w szatni i depozycie.

9. Oficjalne wyniki zawodów zostaną umieszczone na stronie internetowej www.maratonczyk pomiarczasu.pl w ciągu 7 dni od imprezy, wiadomości SMS z nieoficjalnymi wynikami zawodnicy otrzymają po przekroczeniu mety.
10. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania lub zmiany terminu imprezy z ważnych przyczyn, w szczególności dotyczących bezpieczeństwa uczestników.
11. Organizator nie zwraca opłaty startowej w przypadku odwołania imprezy z przyczyn niezależnych od Organizatora.
12. Nierespektowanie Regulaminu może być powodem dyskwalifikacji zawodnika.
13. Każdy uczestnik biegu akceptuje Regulamin i zobowiązuje się do przestrzegania zapisów ustawy Prawo o ruchu drogowym. Uczestnicy na trasie biegu mają obowiązek stosowania się do poleceń Policji, Straży Gminnej oraz pozostałych osób zabezpieczających trasę biegu.
14. We wszystkich sprawach nieujętych Regulaminem decyduje Organizator biegu.