



**V Edycja Biegu
Babskim Lasem
28/01/2024**

REGULAMIN

V BIEGU BABSKIM LASEM

Mogilno(Szerzawy), 28.01.2024r.

- Patronat honorowy : Burmistrz Miasta Mogilna – Leszek Duszyński
- Patronat medialny : Tygodnik Pałuki, Portal CMG.24, Wasze Radio FM

1) CEL ZAWODÓW:

- a) popularyzacja biegania oraz marszu nordic walking jako najprostszej formy ruchu;
- b) promocja zdrowego trybu życia i kształtowanie postaw prozdrowotnych;
- c) promocja powiatu mogileńskiego.

2) ORGANIZATOR:

- Mogileński Klub lekkoatletyczny Tlen Mogilno

3) WSPÓLORGANIZATORZY:

- Zespół Placówek Specjalnych w Szerzawach;
- Ochotnicza Straż Pożarna Dąbrowa;
- Gmina Mogilno
- Mogilno Sport Sp. z o.o.

4) TERMIN I MIEJSCE:

- 28.01.2024 r. godzina 11.00 (start 10km), godzina 11.15 (start 5 km), godzina 11.20 (start NW 5 km)
- Szerzawy k.Mogilna: START, META oraz biuro zawodów (budynek Zespołu Placówek Specjalnych w Szerzawach)

5) DYSTANS I TRASA:

- a) 5 km (1 mała pętla,); 50% asfalt/50% dukty leśne
- b) 10 km (1 duża pętla);25% asfalt, 75% dukty leśne

6) WARUNKI UCZESTNICTWA:

- a) Prawo uczestnictwa w biegu oraz marszu Nordic Walking na dystansie 5 km mają osoby



pełnoletnie oraz osoby w wieku 13- 17 lat, posiadające pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych.

- b) Prawo uczestnictwa w biegu na dystansie 10 km mają osoby pełnoletnie, które w dniu biegu mają ukończone 18 lat oraz okażą się dokumentem tożsamości.
- c) Warunkiem udziału w biegu jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu długim lub własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem do udziału w tym biegu na własną odpowiedzialność.
- d) Wszyscy zawodnicy startujący w V Biegu Babskim Lasem muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów.
- e) Zawodnik podczas weryfikacji musi posiadać dowód tożsamości (dowód osobisty, paszport, prawo jazdy lub legitymacja szkolna) oraz dowód opłaty startowej.
- f) Zgłoszenie do udziału w biegu jest jednoznaczne z akceptacją Regulaminu Biegu, którego zobowiązuje się przestrzegać.
- g) Uczestnik Biegu wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystanie swojego wizerunku na potrzeby Biegu.
- h) Odbiór pakietów startowych w dniu biegu od godziny 9.00 - 10.30

NORDIC WALKING: (trasa ta sama co bieg na 5 km)

Marsz Nordic Walking polega na przemieszczaniu się z zachowaniem naprzemiennej pracy rąk i nóg krokami do przodu, z jednoczesnym odpychaniem się kijami i z zachowaniem stałego kontaktu przynajmniej jednej stopy z podłożem.

Na trasie rajdu pojawi się sędzia !!!

Jeżeli sędzia zauważy, że zawodnik odrywa jednocześnie obydwie nogi od podłoża (następuje tzw. faza lotu) lub podbiega – daje zawodnikowi ostrzeżenie ustne, spisuje jego numer startowy i odnotowuje fakt w protokole. Ponowne upomnienie tego samego zawodnika spowoduje jego dyskwalifikację.

Podczas Rajdu Nordic Walking niedozwolone jest:

- podbieganie,
- marsz z uniesionymi w górze kijami,
- niesportowe zachowanie,
- skracanie dystansu.

7) ZGŁOSZENIA:

- a) Zgłoszenia do udziału w V Biegu Babskim Lasem, w formie elektronicznej, poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego, umieszczonego na stronie internetowej www.maratończykpomiarczasu.pl
- b) Zawodnik zobowiązany jest dokonać opłaty wpisowej za start w zawodach.
- c) Ustalony jest następujący limit zawodników : w obu biegach oraz marszu NW łącznie może pobiec 250 osób (DECYDUJE KOLEJNOŚĆ WPŁAT)

8) POMIAR CZASU:

- a) Pomiaru dokonuje firma: Maratończyk Pomiar Czasu
- b) Numer startowy należy przymocować na przedniej części koszulki. Zasłanianie numer startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona. Zawodnicy bez numeru startowego mogą zostać usunięci z trasy biegu.
- c) Zawodnicy na mecie nie posiadający numeru startowego i elektronicznego chipu do pomiaru czasu, nie będą sklasyfikowani oraz nie otrzymają pamiątkowego medalu;



- d) Zabrania się modyfikacji chipa zintegrowanego z numerem startowym, skutkować to może brakiem odczytu z mat pomiarowych a w rezultacie brak umieszczenia w wynikach.
- e) Limit ukończenia biegu na 10 km- 1 godz. 40 min;
- f) Limit ukończenia biegu na 5 km- 55 min;
- g) Limit ukończenia marszu NW 5 km – 60 min

9) OPŁATY:

- a) **Dla biegu na 5 i 10 km oraz marszu Nordic Walking :**
- b) Do 17 grudnia 2023 r. - 50zł;
- c) Od 18 grudnia do 7 stycznia 2024 r. – 60zł
- d) Od 8 stycznia do 24 stycznia 2024r. – 70zł
- e) W dniu zawodów - 100 zł
- f) **W przypadku rezygnacji z uczestnictwa w biegu opłata startowa nie podlega zwrotowi.**

Płatność przez przelewy24.pl na stronie: www.maratonczykpomiarczasu.pl

10) KLASYFIKACJA KOŃCOWA:

- a) Oficjalnym czasem w klasyfikacji jest czas netto
- b) W klasyfikacji końcowej Nordic Walking 5 km wyróżnione zostaną kategorie OPEN kobiet i mężczyzn (bez kategorii wiekowych)
- c) W klasyfikacji końcowej biegu wyróżnione zostaną kategorie:
 - OPEN mężczyzn i kobiet;
 - indywidualne kategorie wiekowe mężczyzn i kobiet;

- **Kategorie wiekowe w kategorii kobiet i mężczyzn: (bieg 5 i 10 km)**

5 km – 13-17; 18-29; 30-39; 40-49; 50-59; 60-69; 70+ - kobiety

10 km – 16-29; 30-39; 40-49; 50-59; 60-69; 70+ - kobiety

5 km – 13-17; 18-29; 30-39; 40-49; 50-59; 60-69; 70+ - mężczyźni

10 km – 18-29; 30-39; 40-49; 50-59; 60-69; 70+ - mężczyźni.

11) NAGRODY:

- a) Każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy medal;
- b) W kategorii OPEN- statuetki oraz nagrody rzeczowe za pierwsze 3 miejsca;
- c) W kategoriach wiekowych- statuetki dla pierwszych 3 zawodników;
- d) Nagrody nie dublują się – zawodnicy nagrodzeni w kategorii OPEN nie są dekorowani w kategoriach wiekowych.

12) POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- a) Bieg odbędzie się bez względu na pogodę za wyjątkiem ogłoszenia na dzień 28.01.2024r., do godziny 9.00, 3 stopnia zagrożenia meteorologicznego dla województwa kujawsko-pomorskiego (ewentualna informacja na FB- wydarzenie biegu);
- b) Podczas biegu należy liczyć się z śliskimi, oblodzonymi lub błotnistymi fragmentami trasy;



- c) Organizator zastrzega sobie prawo zmiany trasy w sytuacji trwającego zakazu wstępu do lasu;
- d) Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas biegów;
- e) Organizator nie zapewnia uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci lub szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem w Biegu.
- f) Organizator zapewnia:
 - Ciepły napój i posiłek dla wszystkich startujących;
 - Komunikat z wynikami po biegu;
 - Pomieszczenie do depozytu (za cenne rzeczy pozostawione w depozycie, organizator nie ponosi odpowiedzialności);
 - Elektroniczny pomiar czasu;
 - Pamiątkowy medal.

13) REKLAMACJE:

- Reklamacje można składać w biurze zawodów do 30 minut od ogłoszenia wyników.
- Wszelkie protesty i zażalenia dotyczące kolejności uczestników należy zgłaszać do organizatorów, a jego decyzje są ostateczne i nieodwoławalne.

14) KONTAKT:

Adam Krasicki- 695 477 118

Piotr Dobrzyński – 697 712 720



POLUB FB: Fanpejdź : *Biegi Mogilno i okolice*

– tam znajdziesz wszelkie info o biegu ;)

15) KLAUZULA INFORMACYJNA DLA ZAWODNIKÓW:

- a) Administratorem danych osobowych w rozumieniu Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady Europy (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE jest Mogileński Klub Lekkoatletyczny TLEN Mogilno, ul.Padniewo 65 b, 88-300 Mogilno,
- b) Celem przetwarzania danych zgodnie z deklaracją udziału i złożonymi oświadczeniami jest organizacja Biegu Babskim Lasem 5 / 10 km.
- c) Przekazanie danych osobowych przez zawodnika Organizatorowi jest dobrowolne, jednakże stanowi warunek uczestnictwa w biegu.
- d) Administrator może przekazać lub udostępnić dane osobowe wyłącznie tym podmiotom lub osobom /firma maratonczykpomiarczasu/ (w celu pomiaru czasu oraz publikacji wyników lub wolontariuszom wydającym pakiety), które realizują na



zlecenie Organizatora czynności związane z organizacją i przebiegiem biegu, wyłącznie w zakresie niezbędnym do realizacji biegu.

- e) Każdej osobie, której dane dotyczą, przysługuje także prawo do uzyskania informacji o zasadach przetwarzania i zabezpieczania danych oraz kontroli ich przetwarzania.
- f) Posiada Pani/Pan prawo dostępu do treści swoich danych osobowych oraz prawo żądania ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo wniesienia sprzeciwu, o ile jest to zgodne z przepisami powszechnie obowiązującego prawa.
- g) Skorzystanie z prawa do wycofania zgody na przetwarzanie danych w dowolnym momencie lub ograniczenia ich przetwarzania nie ma wpływu na zgodność przetwarzania, którego dokonano na jej podstawie przed cofnięciem zgody lub ograniczeniem przetwarzania.
- h) Ma Pani/Pan prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, gdy uzna Pani/Pan, że przetwarzanie jego danych osobowych narusza obowiązujące przepisy.