

REGULAMIN



**“GĘSIA DYCHA”
27 kwietnia 2025**

I. Organizatorzy :

1. Gmina i Miasto Ślesin
2. Miejsko Gminny Ośrodek Kultury w Ślesinie

II. Cel :

1. Popularyzacja biegania jako najprostszej formy aktywności fizycznej
2. Popularyzacja Nordic Walking
3. Propagowanie zdrowego stylu życia wśród lokalnej społeczności
4. Promocja Gminy i Miasta Ślesin

III. Termin i miejsce zawodów :

1. Termin : 27 kwietnia 2025 r. (niedziela) godz. 12:00
2. Miejsce : Start i Meta w parku miejskim, trasa ulicami gminy i miasta Ślesin

IV. Biuro zawodów :

Biuro zawodów mieści się w restauracji Mozaikowy Piec - ul. Napoleona
Biuro zawodów czynne w dniu imprezy tj. 27 kwietnia w godz. 08:30 - 11:30.
Pakiet startowy zawodnik może odebrać osobiście po okazaniu dowodu tożsamości.

V. Dystans, trasa biegu i marszu nordic walking

Bieg główny "Gęsia Dycha" - 10 km.

1. Trasa : START - Park Miejski ⇨ ul. Czekalskiego ⇨ ul. Napoleona ⇨ ul. Kościelna ⇨ ul. Kliny ⇨ ul. Działki ⇨ ul. Kościelna ⇨ ul. Żwirki i Wigury ⇨ ul. Knieja ⇨ ul. Krótka ⇨ ul. Nowomiejska ⇨ ul. Spokojna ⇨ ul. Powstańców Wielkopolskich ⇨ Bulwar Ślesiński ⇨ Przystępka ⇨ Berwińskiego ⇨ Sadowa ⇨ Czekalskiego ⇨ Parki Miejski - META
2. Nawierzchnia - Asfalt - 80%, Chodnik - 20%
3. Trasa oznaczona znakami poziomymi i pionowymi co 1 km.
4. Trasa biegu będzie wyłączona z ruchu ulicznego.
5. Cała trasa zabezpieczona będzie przez odpowiednie służby porządkowe.
6. Punkty z wodą zlokalizowane będą w okolicach 4 km i 7,5 km.
7. Z uwagi na prace remontowe mostu przy ul. Napoleona, trasa biegu nie będzie objęta atestem PZLA.

Bieg towarzyszący i marsz Nordic Walking - 5 km.

1. Trasa : START - Park Miejski ⇨ ul. Czekalskiego ⇨ ul. Napoleona ⇨ ul. Kościelna ⇨ ul. Żwirki i Wigury ⇨ ul. Knieja ⇨ ul. Krótka ⇨ ul. Nowomiejska ⇨ ul. Spokojna ⇨ ul. Powstańców Wielkopolskich ⇨ Przystępka ⇨ Berwińskiego ⇨ Sadowa ⇨ Czekalskiego ⇨ Park Miejski - META
2. Nawierzchnia - Asfalt - 80%, Chodnik - 20%
3. Trasa oznaczona znakami poziomymi i pionowymi co 1 km.
4. Trasa biegu będzie wyłączona z ruchu ulicznego
5. Cała trasa będzie zabezpieczona przez odpowiednie służby porządkowe.

Biegi dziecięce :

1. Biegi dziecięce odbędą się na dwóch dystansach :
 - 100m (dzieci 3 - 6 lat)
 - 300m (chłopcy i dziewczynki 7 - 9 lat)
2. Trasa biegu - Park Miejski
3. Nawierzchnia - Chodnik - 100%
4. Trasa biegu będzie wyłączona z ruchu ulicznego
5. W zależności od udzielonego wsparcia finansowego przez sponsorów, organizator może ufundować takie same nagrody dla każdego startującego w zawodach dziecka. Organizator nie przewiduje klasyfikacji 1-3 w kategoriach wiekowych. Biegi dla dzieci mają być zachętą do podjęcia aktywności fizycznej i zaszczepienia w nich pasji do sportu.

VI. Zgłoszenia i Zapisy

1. Zgłoszenia do biegu przyjmowane będą poprzez formularz zgłoszeniowy online dostępny na stronie internetowej www.maratonczykpomiarczasu.pl
2. Wszyscy uczestnicy zawodów muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów.
3. Zamknięcie zapisów online nastąpi 13.04.2025 r.
4. Organizator zastrzega sobie prawo do wcześniejszego zamknięcia zapisów w przypadku osiągnięcia limitu uczestników.
5. Organizator nie przewiduje sprzedaży nr. startowych w dniu zawodów.

VII. Limity czasowe i pomiar czasu

1. W biegu głównym "Gęsia Dycha" limit czasu wynosi - 1 godzina 30 minut.
2. W biegu towarzyszącym i marszu nordic walking limit czasu wynosi - 1 godzina.
3. Uczestnicy, którzy nie ukończą biegu lub marszu w wyznaczonym limicie czasowym zobowiązani są do przerwania udziału w zawodach i zejścia z trasy.
4. Za pomiar czasu odpowiedzialna jest firma zewnętrzna "Maratończyk Pomiar Czasu"
5. Chipy do pomiaru czasu umieszczone są na numerze startowym uczestnika zawodów.

VIII. Zasady uczestnictwa

1. Organizator ustanawia limit startujących - 500 osób.
2. Warunkiem uczestnictwa w zawodach jest wypełnienie formularza zgłoszeniowego i uiszczenie opłaty startowej do dnia 13.04. 2025 r.
3. W zawodach mogą startować uczestnicy, którzy do dnia 27.04.2025 r. ukończyli 16 lat. Zawodnicy w wieku 16-18 lat muszą posiadać pisemną zgodę rodzica/opiekuna prawnego na udział w zawodach.
4. Osobę niepełnoletnią zgłasza pisemnie rodzic/opiekun prawny, który ponosi pełną odpowiedzialność za jej start w zawodach.
5. Do udziału w zawodach może przystąpić każda osoba, która nie posiada przeciwwskazań lekarskich do uprawiania sportu. Uczestnicy zgłaszając się do udziału w zawodach oświadczają, że nie mają żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do startu w imprezie. Wszyscy zawodnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność.
6. Zawodnicy zgłaszając swój udział w imprezie, akceptują jej regulamin.
7. Organizator nie zapewnia uczestnikom zawodów ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.

IX. Zasady zachowania uczestników imprezy istotne dla bezpieczeństwa ruchu drogowego.

1. W czasie trwania zawodów uczestnicy są zobowiązani stosować się do poleceń osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo, służb porządkowych i osób działających w imieniu organizatora.
2. W czasie trwania zawodów uczestnicy zobowiązani są podążać trasą biegu wyznaczoną przez organizatora.
3. Łączność pomiędzy służbą informacyjną i porządkową będzie za pomocą telefonii komórkowej.
4. Uczestnicy zawodów są zobowiązani stosować się do poleceń służb porządkowych.
5. Numery zawodników, którzy nie zastosują się do pkt. 2 będą przekazywane przez służby porządkowe do organizatora.
6. Uczestnik zawodów który nie będzie przestrzegał zasad bezpieczeństwa może zostać usunięty z trasy zawodów przez służby porządkowe.

X. Program zawodów

- 08:30 - 11:30 - wydawanie pakietów startowych w biurze zawodów (Park Miejski w Ślesinie)
- 11:00 - 11:30 - Biegi dziecięce
- 11:40 - 11:55 - Rozgrzewka
- 11:55 - Powitanie zawodników i uroczyste otwarcie zawodów
- 12:00 - Start biegu głównego "Gęsia Dycha", oraz biegu towarzyszącego i marszu NW
- 13:30 - Zamknięcie trasy
- 13:45 - 14:30 - Ceremonia dekoracji zwycięzców, oraz zakończenie zawodów.

XI. Klasyfikacja i nagrody

1. Bieg główny "Gęsia Dycha" - 10 km.

Kategoria OPEN:

- Kobiety I - III
- Mężczyźni I - III

Kategorie wiekowe :

Kobiety :	Mężczyźni :
16 - 19 lat	16 - 19 lat
20 - 29 lat	20 - 29 lat
30 - 39 lat	30 - 39 lat
40 - 49 lat	40 - 49 lat
50 lat i więcej	50 - 59 lat
	60 lat i więcej

Kategoria Mieszkaniec Gminy i Miasta Ślesin

- Kobiety I - III
- Mężczyźni I - III

Kategorie wiekowe mogą ulec zmianie w zależności od ilości osób zgłoszonych do biegu. Organizator zastrzega sobie prawo do usunięcia danej kategorii wiekowej jeżeli do dn. 13.04.2024 liczba zgłoszonych i opłaconych zawodników do danej kategorii będzie mniejsza niż 5 osób.

Przykład: Jeżeli liczba zgłoszonych i opłaconych zawodników w kategorii mężczyzn 60+ do dn. 13.04.2024 będzie mniejsza niż 5 to ww kategoria zostaje usunięta, a wyniki zostaną sklasyfikowane w kategorii 50+.

2. Bieg towarzyszący - 5 km.

Kategoria OPEN

- Kobiety I - III
- Mężczyźni I - III

Kategoria Mieszkaniec Gminy i Miasta Ślesin

- Kobiety I - III
- Mężczyźni I - III

3. Marsz Nordic Walking

Kategoria OPEN

- Kobiety I - III
- Mężczyźni I - III

Kategoria Mieszkaniec Gminy i Miasta Ślesin

- Kobiety I - III
- Mężczyźni I - III

Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą zawody otrzymają pamiątkowy medal, a zwycięzcy poszczególnych kategorii pamiątkowe statuetki.

Zawodnicy, którzy w kategorii OPEN uzyskali miejsca I - III nie będą nagradzani w kategoriach wiekowych.

W zależności od udzielonego wsparcia finansowego przez sponsorów, organizator może ufundować dodatkowe nagrody w poszczególnych kategoriach.

XII. Opłata startowa

1. Wniesienie opłaty startowej umożliwia zawodnikowi uczestnictwo w zawodach oraz otrzymanie pakietu startowego zawierającego :

Pakiet bez koszulki okolicznościowej biegu - 50,00 zł

- numer startowy z chipem do pomiaru czasu
- posiłek regeneracyjny
- medal po ukończeniu zawodów

Pakiet z koszulką okolicznościową biegu - 85,00 zł

- numer startowy z chipem do pomiaru czasu
- posiłek regeneracyjny
- medal po ukończeniu zawodów
- koszulka okolicznościowa biegu Attiq Ultra Light

Pakiet startowy - biegi dziecięce - 25,00 zł

- numer startowy z chipem do pomiaru czasu (kategoria 3-6 lat nr. startowy bez chipu)
- medal po ukończeniu zawodów

Pakiet startowy - biegi dziecięce z koszulką okolicznościową biegu - 75,00zł

- medal po ukończeniu zawodów
- koszulka okolicznościowa biegu Attiq Ultra Light

2. W zależności od udzielonego wsparcie przez sponsorów pakiet startowy może zostać wzbogacony o dodatkowe produkty / gadżety.

3. Organizator zapewnia pakiet startowy z koszulką okolicznościową uczestnikom, którzy dokonają opłaty startowej do dnia 09.04.2025 r.

4. Opłatę startową podczas rejestracji należy uiścić na rachunek bankowy Miejsko Gminnego Ośrodka Kultury w Ślesinie.

5. Opłata startowa dla uczestników biegu "Gęsia Dycha", biegu towarzyszącego na 5 km. i marszu nordic walking do dnia 13.04.2025 r. wynosi 50,00 zł. bez koszulki startowej, oraz 85,00 zł z koszulką startową. W przypadku pozostania wolnych numerów startowych po dniu 15.04.2025 r. opłata wynosi 85,00 zł bez koszulki startowej.

6. Opłata startowa nie podlega zwrotowi.

7. Konto do wpłat :

Miejsko Gminny Ośrodek Kultury w Ślesinie
ul. Młodzieżowa 11
62-561 Ślesin
nr. konta : 31 8534 0006 0000 1791 2000 0050

W tytule przelewu proszę podać Imię i Nazwisko uczestnika z dopiskiem "Gęsia Dycha 2025"

XIII. Informacje o przetwarzaniu danych osobowych

1. Administratorem danych osobowych, które uczestnik podaje w procesie rejestracji konta na portalu, a następnie zapisu na bieg/marsz jest firma Maratończyk pomiar czasu udostępnia dane zarejestrowanych uczestników Organizatorowi na potrzeby przeprowadzenia biegu/marszu.

2. Administratorem danych osobowych uczestników udostępnionych mu przez Maratończyk pomiar czasu oraz uczestników, którzy dokonali swojego zgłoszenia bez rejestracji konta jest Miejsko Gminny Ośrodek Kultury w Ślesinie ul. Młodzieżowa 11, 62-561 Ślesin

3. Nadzór nad przestrzeganiem zasad ochrony danych osobowych pełni wyznaczony inspektor ochrony danych, z którym można się skontaktować wysyłając e-mail na adres: gesiadycha@gmail.com. Dane osobowe uczestników wydarzenia sportowego przetwarzane są w następujących celach: - rozpatrzenia zgłoszenia na podstawie art. 6 ust. 1 lit. e RODO* (przetwarzanie jest niezbędne do wykonania zadania realizowanego w interesie publicznym przez administratora), - realizacji zgłoszenia i umożliwienia uczestnictwa w biegu/marszu na podstawie art. 6 ust. 1 lit. b (przetwarzanie jest niezbędne do wykonania umowy, której stroną jest osoba, której dane dotyczą, lub do podjęcia działań na żądanie osoby, której dane dotyczą przed zawarciem umowy), - wypełnienia obowiązku prawnego względem organów publicznych sprawujących nadzór nad działalnością statutową MGOK w Ślesinie na podstawie art. 6 ust. 1 lit. c RODO* (przetwarzanie jest niezbędne w celu wypełnienia obowiązku prawnego ciążącego na administratorze) i w związku z ustawą z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym oraz ustawami dotyczącymi kultury fizycznej, - obrony przed roszczeniami i dochodzeniem roszczeń na podstawie art. 6 ust. 1 lit. c RODO* (przetwarzanie jest niezbędne w celu wypełnienia obowiązku prawnego ciążącego na Administratorze) w związku z przepisami obligującymi administratora do dbania o swój wizerunek i mienie, w tym ustawą o samorządzie gminnym, przepisami dotyczącymi finansów publicznych oraz innymi ustawami obligującymi administratora do dbania o swój wizerunek, - rozpatrzeniem reklamacji, skarg, wniosków na podstawie art. 6 ust. 1 lit. e RODO* (przetwarzanie jest niezbędne do wykonania zadania realizowanego w interesie publicznym przez administratora), - publikacji informacji o wynikach osiągniętych przez poszczególnych uczestników na podstawie art. 6 ust. 1 lit. e RODO* (przetwarzanie jest niezbędne do zadania realizowanego w interesie publicznym, jakim w przypadku jest pokazanie transparentności działalności MGOK w Ślesinie, popularyzacji sportu jak i samego wydarzenia), - publikacje wizerunku na podstawie art. 6 ust. 1 lit. a RODO* (zgoda osoby, której dane dotyczą).

5. Dane osobowe mogą być przekazywane podmiotom upoważnionym do odbioru tych danych na podstawie przepisów prawa, zaufanym dostawcom rozwiązań technologicznych (hosting poczty, płatności online, dostawcy usług IT wspomagających zarządzanie niniejszym wydarzeniem sportowym), firmie wykonującej usługę pomiaru czasu, relacji video, dostawcom usług pocztowych, prawnych.

6. Dane osobowe przetwarzane będą przez następujący okres: - w celu rozpatrzenia zgłoszenia – do czasu zakończenia rozpatrywania zgłoszenia, - w celu realizacji zgłoszenia i umożliwienia uczestnictwa w biegu/marszu – do momentu zakończenia biegu/marszu, - w celu wypełnienia obowiązku prawnego względem organów publicznych – 5 pełnych lat od momentu zakończenia biegu/marszu, - w celu obrony przed roszczeniami i dochodzeniem roszczeń – 6 lat od zakończenia biegu/marszu, - w celu rozpatrzenia reklamacji, skarg, wniosków – 30 dni od złożenia reklamacji, skargi, wniosku, - w celu publikacji wizerunku – do czasu wycofania zgody jednakże nie dłużej niż przez okres 3 lat od zakończenia biegu/marszu, nawet jeśli zgoda nie zostanie wycofana, - w celu publikacji informacji o wynikach osiągniętych przez poszczególnych uczestników –18 miesięcy od zakończenia biegu/marszu.

7. Każdy uczestnik biegu/marszu posiada następujące prawa wynikające z RODO*: - prawo żądania dostępu do swoich danych osobowych, - prawo żądania sprostowania swoich danych osobowych, - prawo żądania usunięcia lub ograniczenia przetwarzania swoich danych osobowych, - prawo wniesienia sprzeciwu co do przetwarzania swoich danych osobowych (danych przetwarzanych wyłącznie na podstawie art. 6 ust. 1 lit. e RODO*), - prawo do przenoszenia swoich danych osobowych (danych przetwarzanych na podstawie art. 6 ust. 1 lit. b RODO*), - prawo do wycofania

zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem (danych przetwarzanych na podstawie udzielonej zgody tj. art. 6 ust. 1 lit. a RODO*), - prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego, którym jest Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

8. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednakże konieczne w celu umożliwienia MGOK rozpatrzenia oraz dalszej realizacji zgłoszenia. W przypadku niepodania danych osobowych nie będzie możliwe wykonanie powyższych celów. Podanie danych osobowych na podstawie zgody pozostaje bez wpływu na pozostałe cele, w tym możliwość uczestniczenia w przedmiotowych zawodach sportowych.

9. Przetwarzanie danych osobowych nie wiąże się z automatycznym podejmowaniem decyzji, w tym profilowaniem.

XIV. Dokumentowanie przebiegu zawodów oraz sposób publikacji

1. MGOK w Ślesinie w celu promocji samego wydarzenia, promocji kultury fizycznej i sportu, jak i informowaniu o przebiegu samego wydarzenia oraz w celu pokazania transparentności swojego działania będzie wykonywał zdjęcia, nagrania głosowe i video z przebiegu zawodów. Zdjęcia oraz nagrania, o których mowa w pkt. 1 będą publikowane na stronie internetowej www.mgok.slesin.pl, na profilu: <https://www.facebook.com/mgokslesin>, profilu: <https://www.facebook.com/gminaslesin> www.facebook.com/Gęsia-Dycha-114121904638229

2. MGOK w Ślesinie dochowa możliwie najlepszej staranności w pozyskiwaniu zgody na publikację wizerunku utrwalonego na przedmiotowych zdjęciach lub nagraniach video, jednakże od osób, od których zgody nie będzie w stanie uzyskać poprzez np. brak możliwości identyfikacji osoby w momencie zbierania zgody, MGOK będzie stosował zapisy art. 81 ust. 2 pkt 2 ustawy z dnia 2 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych.

3. W celu ułatwienia dostępu do informacji dla osób zainteresowanych wydarzeniem, promocji wydarzenia, popularyzacji kultury fizycznej, jak i zapewnienia transparentności działalności, MGOK Ślesin będzie publikował informacje o uczestnikach wydarzenia na stronie internetowej www.mgok.slesin.pl, na profilu: <https://www.facebook.com/mgokslesin>, profilu: <https://www.facebook.com/gminaslesin>. www.facebook.com/Gęsia-Dycha-114121904638229, oraz na stronie internetowej firmy mierzącej czas.

4. Organizator będzie publikował powyższe informacje w terminie określonym niniejszym regulaminem zaś sam zakres publikowanych danych osobowych obejmuje: imię i nazwisko, numer startowy, zadeklarowaną miejscowość, z której pochodzi uczestnik, nazwa klubu, który reprezentuje uczestnik zawodów, osiągnięty wynik sportowy.

5. Jeżeli zarejestrowany uczestnik zawodów będzie chciał wnieść zastrzeżenia co do publikacji jego danych osobowych, w tym żądać realizacji swoich praw wynikających z RODO*, proszony jest o kontakt z Organizatorem zawodów, czyli Miejsko Gminnym Ośrodkiem Kultury w Ślesinie ul. Młodzieżowa 11, 62-561 Ślesin

XV. Postanowienia końcowe

1. Zawody odbędą się bez względu na panujące warunki atmosferyczne.
2. Wszystkich uczestników zawodów obowiązuje niniejszy regulamin.
3. Każdy uczestnik zawodów zobowiązany jest do zapoznania się z mapą przebiegu trasy.
4. Organizator zapewni doraźną opiekę medyczną na trasie i mecie zawodów.
5. Szatnie, toalety, natryski, oraz depozyt znajdować się będzie w budynku Szkoły Podstawowej w Ślesinie przy ul. Młodzieżowej 1 (Hala Sportowa).
6. Organizator nie odpowiada za rzeczy uczestników zgubione w trakcie imprezy.

7. Sprawy sporne, lub nie objęte niniejszym regulaminem rozstrzyga organizator poprzez Dyrektora Zawodów
8. Organizator zastrzega sobie wyłączność zmian i interpretacji niniejszego regulaminu.
9. Wyniki zawodów zostaną umieszczone na stronie : www.maratonczyk pomiarczasu.pl

XVI. Rozmiary Koszulek

T-shirt damski Ultra Light						
Rozmiar	XS	S	M	L	XL	XXL
Przy obwodzie klatki proponujemy rozmiar	72-78	78-84	84-90	90-96	96-102	102-108
Obwód koszulki w klatce piersiowej	82	88	94	100	106	112
Obwód koszulki w talii	74	80	86	92	98	104
Obwód koszulki na dole	83	89	95	101	107	113
Długość koszulki z tyłu od szyi	57,5	59,5	61,5	63,5	65,5	67,5
Długość boku od pachy	37,5	39	40,5	41,5	43	44,5
Długość rękawa od pachy	8	9	9,5	9,5	10	10
Wymiary podane w tabeli mogą różnić się o +/- 1 cm						

T-shirt męski Ultra Light

Rozmiar	S	M	L	XL	XXL	XXXL
Przy obwodzie klatki proponujemy rozmiar	78-84	84-90	90-98	98-106	106-114	114-124
Obwód koszulki w klatce piersiowej	92	98	104	110	116	122
Obwód koszulki w talii	91	97	103	109	115	121
Obwód koszulki na dole	94	100	106	112	118	124
Długość koszulki z tyłu od szyi	62,5	65	67,5	70	72,5	75
Długość boku od pachy	38	40	41,5	43	44,5	46
Długość rękawa od pachy	11,5	12	12,5	13	13,5	14

Wymiary podane w tabeli mogą różnić się o +/- 1 cm

Rozmiary dziecięce:

rozmiar 1. wzrost 104-110 cm

rozmiar 2. wzrost 116-122 cm

rozmiar 3. wzrost 128-134 cm

rozmiar 4. wzrost 140-146 cm

rozmiar 5. wzrost 152-158 cm

Organizatorzy :

Rafał Starzyński

tel. +48783120430

e-mail : gesiadycha@gmail.com

Marcin Garbaciak

tel. +48698775551

e-mail : gesiadycha@gmail.com

