

Regulamin

10 KonstantyNOVA Dycha *by NIGHT*

Mosina 21.03.2026 r. (SOBOTA)

10 KonstantyNOVA Dycha *by NIGHT* na dystansie 10 km jest biegiem nocnym.

Biegi dla dzieci i młodzieży odbywają się w ciągu dnia.

Na potrzeby niniejszego regulaminu organizator posługuje się nazwą skróconą „10 KonstantyNOVA Dycha” lub „KonstantyNOVA Dycha”.

Cele i założenia biegu

- Popularyzacja biegania, jako najprostszej formy rekreacji fizycznej
- Promocja gminy Mosina
- Propagowanie zdrowego trybu życia

Organizatorzy

Klub Sportowy „IDMAR”

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mosinie

Partnerzy:

- Gmina Mosina
- Nadleśnictwo Konstantynowo
- Jednostki Ochotniczej Straż Pożarnej Gminy Mosina
- Straż Miejska w Mosinie

Termin, miejsce i trasa – 10 km

- Impreza odbędzie się w dniu 21.03.2026 roku (sobota) na terenie Gminy Mosiny oraz Nadleśnictwa Konstantynowo.
- Start/Meta: **62-050 KROSNO, UL. PRZEMYSŁOWA,**
- Dystans 10 kilometrów. **Start po zachodzie słońca, ok godz. 20:30 – Dokładna godzina startu zostanie podana na początku marca**
- **Limit czasowy ukończenia biegu 1h 45min**
- **Limit uczestników 250 osób. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany limitu.**
- Elektroniczny pomiar czasu
- Klasyfikacja następuje na podstawie czasu netto.
- Trasa biegu będzie przebiegała w 100% po terenach leśnych. Trasa nie jest oświetlona.
- Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do posiadania własnego źródła światła: czołówka/latarka. Zalecamy posiadanie również drugiego źródła światła.

Termin, miejsce i trasa – biegi dziecięce i młodzieżowe

- Impreza odbędzie się w dniu 21.03.2026 roku (sobota) na terenie Gminy Mosiny oraz Nadleśnictwa Konstantynowo.
- Start/Meta: **62-050 KROSNO, UL. PRZEMYSŁOWA**
- **Start ok godz. 17:00-19:00 – Dokładna godzina startu zostanie podana na początku marca**
- **Limit uczestników 250 osób. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany limitu.**
- Elektroniczny pomiar czasu. Chip zwrotny, wiązany do buta.
- Klasyfikacja końcowa na podstawie czasu brutto.
- Roczники oraz dystanse:
 - ✓ **KIDS MINI MINI** – Roczники 2021 i młodsze na dystansie 150 m.
 - ✓ **KIDS MINI** – Roczники 2020 -2019. Bieg na dystansie 150 m.

- ✓ **KIDS JUNIOR** – Roczniaki 2018-2016. Bieg na dystansie 300 m.
- ✓ **JUNIOR** – Roczniaki 2015-2013. Bieg na dystansie 1000 m.
- ✓ **JUNIOR MAXI** – Roczniaki 2012-2011. Bieg na dystansie 1000 m
- ✓ **JUNIOR MASTERS** – Roczniaki 2010-2007. Bieg na dystansie 1000 metrów.

Szczegółowy harmonogram startów zostanie podany po zamknięciu listy zgłoszeń w Informatorze publikowanym przed biegiem.

- Biegi będzie prowadziła i zamykała osoba wyznaczona z ramienia organizatora.
- Klasyfikacja końcowa odbywa się po czasie brutto. Decyduje pierwszeństwo wbiegnięcia na metę.
- Klasyfikacja końcowa prowadzona jest w poszczególnych kategoriach osobno dla chłopców i dziewczynek.
- Trasy poszczególnych biegów prowadzą ścieżkami leśnymi.
- Biegi KIDS MINI MINI oraz KIDS MINI. Dzieci mogą biec z jednym rodzicem/prawnym opiekunem. Dziecko, które biegnie z rodzicem za rękę nie może zająć miejsca na podium. Na podium mogą stanąć dzieci, które biegną same.
- Biegi KIDS JUNIOR, JUNIOR oraz JUNIOR MAXI – Dzieci cały dystans przebiegają samodzielnie, bez asysty rodziców.

Zasady uczestnictwa i zgłoszenia

- Zgłoszenia do biegu przyjmowane będą **WYŁĄCZNIE** drogą elektroniczną na stronie www.mosinskiegp.pl - **do dnia 16.03.2026 r. do godz. 22:00 (poniedziałek)**
- Od 20 marca 2026 r. możliwe będą zapisy do biegu w biurze zawodów tylko w przypadku nie osiągnięcia limitu zgłoszeń
- Udział w biegu jest płatny:
 - Bieg na 10 km - 65 zł
 - Biegi dziecięce i młodzieżowe – 35 zł
- Do biegu na dystansie 10 km dopuszczeni zostaną zawodnicy urodzeni w roku 2010 i starsi
- Za zgłoszenie uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie internetowej oraz wpłacenie opłaty startowej.
- Do startu dopuszczeni zostaną zawodnicy, którzy:
 - Dokonają weryfikacji w Biurze Zawodów. Odbieranie pakietów i numerów startowych odbywać się będzie osobiście na podstawie dokumentu tożsamości z datą urodzenia oraz zdjęciem lub na podstawie upoważnienia zamieszczonego na stronie www.mosinskiegp.pl. Należy je wydrukować, uzupełnić i przekazać podpisaną przez siebie kartę osobie, która odbiera pakiet za zawodnika.
 - Przedstawiać zaświadczenie lekarskie stwierdzające zdolność do udziału w biegu długodystansowym lub złożyć oświadczenie wyrażające zgodę na udział w biegu na własną odpowiedzialność podpisane własnoręcznie (oświadczenie jest dostępne w biurze zawodów).
 - wyrażą pisemną zgodę na przetwarzanie danych osobowych na potrzeby organizacji 10 KonstancyNOVEJ Dychy w dniu 21.03.2026 r.
 - Dokonają opłaty startowej w terminie 3 dni od dnia rejestracji na konto organizatora zawodów po wypełnieniu zgłoszenia elektronicznego. Opłata za udział w biegu jest opłatą manipulacyjną organizatora biegu na rzecz realizacji zadania. W przypadku rezygnacji ze startu w zawodach uczestnikowi nie przysługuje zwrot wpisowego. **Organizatorzy biegu nie wystawiają faktur VAT.**
 - Istnieje możliwość przeniesienia opłaty na inną osobę. Przeniesienie opłaty startowej jest możliwe do dnia 16.03.2026 r. r. do godz. 12:00 po wcześniejszym zgłoszeniu mailowym na osobnym formularzu dostępnym na stronie www.mosinskiegp.pl
 - **Osoby w wieku poniżej 18 lat, (które w dniu biegu tj. 21 marca 2026 r. nie osiągnęły jeszcze pełnoletności) zobowiązane są do posiadania pisemnego pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem. Oświadczenie podpisuje rodzic w biurze zawodów przy odbiorze pakietu startowego. Oświadczenie jest dostępne na stronie www.mosinskiegp.pl**
- Pobranie numeru startowego przez zawodnika będzie równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu
- Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania

- Po zarejestrowaniu zgłoszenia i zaksięgowaniu opłaty startowej dane zawodnika (imię i nazwisko, miejsce zamieszkania - miejscowość, przynależność klubowa, płeć, rok urodzenia) zostaną opublikowane na liście zgłoszeń na stronie internetowej www.mosinskiexp.pl, www.osirmosina.pl oraz www.maratonczykpomiarczasu.pl. Do biegu głównego zostają dopuszczeni zawodnicy, którzy terminowo dokonali opłaty startowej i widnieją na liście startowej.
- Numery startowe będą wydawane w biurze zawodów po złożeniu oświadczenia o zdolności do biegu, które należy podpisać w biurze zawodów.
- **Otwarcie Biura zawodów(akredytacja zawodników, wydawanie numerów startowych, itd.):**
 - **Hala OSiR w Mosinie przy ul. Krasickiego 16:**
Piątek 20.03.2026 r. w godz. 18:00-20:00
 - **Miasteczko biegowe, KROSNO, UL. PRZEMYSŁOWA**
Sobota 21.03.2026 r. w godzinach 16:00-20:00
- Numer startowy musi być przypięty z przodu na koszulce.
- Chip pomiarowy należy przypiąć do buta. Chip podlega zwrotowi.
- W przypadku rezygnacji z udziału w biegu prosimy o informacje na e-mail: estera.wekwert@mosina.pl
- Wszyscy uczestnicy 10 KonstanyNOVEJ Dychy są zobowiązani do stosowania się do poleceń osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo, służb porządkowych oraz obsługi z ramienia Organizatora.
- Decyzje obsługi medycznej co do kontynuowania biegu są ostateczne i niezmiennie.
- Jeśli zawodnik spóźni się na start, może wystartować z 15 minutowym opóźnieniem. Po tym czasie zawodnik może wziąć udział w biegu, jednak jego czas nie będzie brany do klasyfikacji końcowej.
- Bieg z psem jest dozwolony. Zawodnik biegnący z psem ustawia się na końcu stawki. Zawodnik nie może zająć miejsca na podium.

Wypożyczenie

Zasady oraz obowiązkowe wyposażenie uczestnika biegu na dystansie 10 km

- **Naładowana czołówka/latarka lub inne źródło światła. Trasa biegu nie będzie oświetlona.** Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do posiadania własnego źródła światła: czołówka/latarka. Zalecamy posiadanie również drugiego źródła światła.
- Numer startowy musi być przypięty z przodu na piersiach lub na brzuchu. Numer startowy musi być widoczny, nie może być zakryty.
- Brak numeru startowego skutkuje dyskwalifikacją zawodnika.
- Każdy Uczestnik zobowiązany jest poruszać się i nieść całe potrzebne na czas biegu lub marszu wyposażenie samodzielnie, bez używania jakichkolwiek środków transportu i pomocy osób trzecich.
- Telefon komórkowy z baterią działająca na czas trwania biegu (zaleca się wpisać numer organizatora: Waldemar Demuth – 606 935 360, Paweł Gulcz – 784 025 924. Numer pomocy medycznej, która będzie obsługiwała trasę biegu zostanie udostępniony w dniu zawodów)

Wypożyczenie sugerowane:

- Elementy odblaskowe na odzieży.

Klasyfikacja końcowa 10 KonstanyNOVEJ Dychy

- Generalna Kobiet i Mężczyzn - Puchary za miejsca 1,2,3
- Klasyfikacja kobiet i mężczyzn zameldowanych na terenie Gminy Mosina - Puchary za miejsca 1,2,3

Klasyfikacje wiekowe kobiet i mężczyzn:

M/K 16 – 1997-2010
M/K 30 – 1987-1996
M/K 40 – 1977-1986
M/K 50 – 1967-1976
M/K 60 – 1966 i starsi

Organizator zastrzega sobie prawo łączenia kategorii wiekowych, jeżeli do dnia 16.03.2026 r. na liście startowej będzie mniej niż 5 osób. Wówczas kategoria niższa, zostaje połączona z kategorią wyższą.

Osoba, która otrzyma nagrodę w klasyfikacji generalnej nie będzie uwzględniana kategorii wiekowej.

Osoby, które nie odbiorą pucharów/nagród w dniu zawodów, mogą je odebrać do 7 dni po zakończeniu imprezy w hali OSiR w Mosinie, ul. Krasickiego 16 w Mosinie. Puchary/nagrody mogą zostać wysłane drogą pocztową na koszt uczestnika.

Zasady finansowania

- Koszty związane z przeprowadzeniem imprezy pokrywają organizatorzy oraz sponsorzy
- Zawodnicy przyjeżdżają na koszt własny lub organizacji delegującej.
- Organizator nie wystawia faktur VAT.

Szczególne zasady bezpieczeństwa

- Zabroniony jest start zawodników, którzy są chorzy, przeziębieni, przemęczeni, spożywali alkohol, środki chemiczne wpływające na zdolności psychofizyczne, jakiekolwiek leki bez wiedzy lekarza lub nie posiadają wystarczającej wiedzy odnośnie swojego stanu zdrowia i formy sportowej.
- W przypadku odczucia jakichkolwiek dolegliwości w czasie biegu zawodnicy powinni natychmiast przerwać bieg, poprosić wolontariuszy lub najbliższe osoby o wezwanie pomocy lub osobiście udać się do punktu pomocy medycznej na mecie.
- Bieg jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Organizator zaleca wykupienie ubezpieczenia indywidualnego od następstw nieszczęśliwych wypadków we własnym zakresie.
- Zachęcamy, aby osoby rozpoczynające przygodę z bieganiem lub wracające po kontuzji lub dłuższej przerwie, pokonały trasę biegu rekreacyjnie, marszobiegami dostosowując tempo biegu do aktualnej formy i kondycji.
- Uczestnicy biegu zobowiązani są do poruszania się tylko i wyłącznie po trasie biegu, oznaczonej przez organizatora.
- Uczestnicy biegu zobowiązani są do przestrzegania poleceń policji, służb porządkowych, służb informacyjnych, straży miejskiej, straży pożarnej, służby medycznej oraz innych służb, które zabezpieczają trasę biegu oraz miasteczko biegowe.
- Uczestnicy Biegu biegnąc po terenach leśnych, gdzie - poza wzmożoną uwagą na przeszkody naturalne - zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa pożarowego.
- W sprawach, które nie są uregulowane w regulaminie obowiązują przepisy o ruchu drogowym *Ustawy z dnia 20 czerwca 1997 r. Prawo o ruchu drogowym*.

Ochrona Przyrody

Na całej trasie biegu należy stosować się do zasad ochrony przyrody oraz Regulaminu Nadleśnictwa Konstantynowo, a w szczególności zabrania się:

- zaśmiecania terenu (np. porzucania opakowań po odżywkach, butelek, kubeczków, itp),
- schodzenia z trasy biegu,
- zakłócania ciszy.

Postanowienia końcowe

- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
- Organizator może odwołać bieg ze względu na niekorzystne warunki pogodowe, które mogą zagrażać bezpieczeństwu i zdrowiu uczestników biegu. Wówczas uczestnik może dokonać wyboru:
 - o Odebrać pakiet startowy (numer startowy, medal, okolicznościowy gadżet)
 - o Przepisać pakiet na kolejny bieg – 11 KonstantyNOVĄ Dychę w roku 2027
- Uczestnicy mają obowiązek zachowania zasad fair-play podczas trwania biegu i na terenie imprezy.
- Organizator zastrzega sobie prawo zakończenia przyjmowania zgłoszeń w momencie przekroczenia liczby 250 uczestników na biegu na dystansie 10 km oraz 250 uczestników na dystansach 150 m, 300 m oraz 1000 m.
- W przypadku osiągnięcia limitu zgłoszeń OSiR w Mosinie będzie przyjmował zawodników na listę rezerwową na adres email: estera.wekwert@mosina.pl
- Organizatorzy zapewniają opiekę lekarską w trakcie trwania imprezy biegowej, toalety.

- Organizator zapewnia depozyt w dniu biegu. Szczegóły zostaną udostępnione w Informatorze publikowanym przed zawodami.
- Organizatorzy nie będą odpowiedzialni za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas imprezy.
- Organizatorzy zastrzegają sobie prawo interpretacji niniejszego regulaminu.
- Każdy uczestnik biegu otrzyma pamiątkowy medal, pamiątkowy gadżet, ciepły posiłek (bieg na 10 km), kawę, herbatę.
- Parking dla uczestników biegu: miejsce wyznaczone przez organizatora. Szczegóły zostaną udostępnione w Informatorze publikowanym przed zawodami.
- Uczestnicy biegu oraz osoby towarzyszące są zobowiązane do przestrzegania regulaminu Nadleśnictwa Konstantynowo
- Przy wniesieniu protestu związanego z biegiem obowiązuje opłata manipulacyjna w wysokości 100 zł. Po rozstrzygnięciu sporu na korzyść wnoszącego protest opłata zostanie zwrócona.
- Dane osobowe Uczestników dokonujących rejestracji przetwarzane są na podstawie art. 6 ust. 1 i 7 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (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, oraz art. 81 ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych z dnia 4 lutego 1994 r. (Dz.U. 2017 poz. 880 z późn. Zm.) oraz Ustawy z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych
- 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 na podstawie regulaminu imprezy niemasowej oraz zgody wyrażonej przez uczestnika biegu w biurze zawodów.
- Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania na całym świecie wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników biegu. Mogą one być wykorzystane przez Organizatora poprzez umieszczanie na nośnikach typu CD-Rom, 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 na podstawie zgody wyrażonej przez uczestnika biegu w biurze zawodów.
- Administratorem danych osobowych przetwarzanych w związku z organizacją 10 KonstantyNOVEJ Dychy w dniu 21.03.2026 r., Zgodnie z art. 13 ust. 1 i ust. 2 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... (Dz. Urz. UE L 119/1 z 4.5.2016 r.) oraz Ustawy z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych , jest Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mosinie, ul. Szkolna 1, 62-050 Mosina.

Dane kontaktowe

KS IDMAR

Ul. Krajkowo 1A

62-050 Krajkowo

Tel. 61 1019566

Email: estera.wekwert@mosina.pl

Telefony alarmowe

- Jednolity numer alarmowy - 112
- Policja - 997
- Pogotowie ratunkowe - 999

OSiR w Mosinie