

## **Regulamin XIV Zimowego Biegu Dębowego w Dąbrowie**

### **I. Cel imprezy**

- propagowanie zdrowego stylu życia
- upowszechnianie i popularyzacja biegania oraz Nordic Walking
- promocja Gminy Dąbrowa
- upowszechnianie kultury fizycznej i sportu wśród dzieci i dorosłych

### **II. Organizatorzy i współorganizatorzy:**

- Stowarzyszenie „Młode Dęby” z siedzibą w Słaboszewku, Słaboszewko 9, 88-306 Dąbrowa, wpisanym do Rejestru Stowarzyszeń Krajowego Rejestru Sądowego prowadzonego przez Sąd Rejonowy w Bydgoszczy, XIII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego pod nr KRS: 0000261225, NIP: 5571652690, REGON: 340210783, reprezentowanym w niniejszym porozumieniu przez:  
Panią Małgorzatę Ziółkowską - Kopec, Prezesa Stowarzyszenia „Młode Dęby” w Słaboszewku,  
Panią Magdalenę Nowak, Wiceprezesa Stowarzyszenia „Młode Dęby” w Słaboszewku,
- Gmina Dąbrowa z siedzibą w Dąbrowie, ul. Kasztanowa 16, 88-306 Dąbrowa, NIP 5571648518, REGON 092350820 reprezentowana przez:  
Panią Agnieszkę Ziółkowską, Wójt Gminy Dąbrowa (woj. kujawsko-pomorskie), współpracujących ze sobą przy organizacji Wydarzenia pn. XIV Zimowy Bieg Dębowy w Dąbrowie na podstawie porozumienia o współpracy zawartego w dniu 14 października 2025 r. w Dąbrowie.

oraz

- Zespół Szkół w Dąbrowie
- OSP Dąbrowa, OSP Parlin, OSP Krzekotowo, OSP Mokre
- Sołectwo Dąbrowa
- Sołectwo Parlin
- Sołectwo Parlinek
- Koła Gospodyń Wiejskich (KGW) z Gminy Dąbrowa

Osoby kontaktowe:

w sprawach organizacyjnych:

główny koordynator -

Marek Cyrok, tel. 781 154 571

Jolanta Wolińska, tel. 725 280 778

Dawid Kolasa, tel. 690 890 227

Podstawowe informacje:

- Dąbrowa, 7 marca 2026 r. (sobota)
- Trasa biegów głównych – 15 km oraz 5 km,
- Trasa chodu Nordic Walking – 5 km.

### **III. Biegi zostały zakwalifikowane:**

Do Korony Powiatu Mogileńskiego – bieg główny na dystansie 15 km.

(Korona Powiatu Mogileńskiego to cykl trzech biegów: Zimowy Bieg Dębowy w Dąbrowie, Bieg Przyjaźni w Przyjezierzu i Rozbiegane Mogilno w Mogilnie.

Aby zdobyć wyróżnienie należy ukończyć bieg główny we wszystkich trzech wymienionych imprezach w jednym roku kalendarzowym).

#### IV. Program:

Dzień zawodów: sobota 7 marca 2026 roku.

##### **Bieg główny i Nordic Walking:**

07:00 – Otwarcie biura zawodów (hala sportowa w Dąbrowie, ul. Sportowa)

10:45 – Zamknięcie listy startowej (15 km, 5 km, rajd Nordic Walking 5 km) i zamknięcie biura zapisów

10:45 – Bieg integracyjny/samorządowca dla zaproszonych gości – około 600 m

11:00 – 11:15 – Rozgrzewka przy muzyce (boisko ORLIK)

11:20 - Wspólne zdjęcie na boisku ORLIK

11:30 – **Start biegu głównego Zimowego Biegu Dębowego 15 km** (Zespół Szkół w Dąbrowie)

11:45 - **Start biegu na 5 km** (Zespół Szkół w Dąbrowie)

11:50 - **Start rajdu Nordic Walking 5 km** (Zespół Szkół w Dąbrowie)

13:20 – Dekoracja i wręczenie nagród dla uczestników biegu na 5 km

13:40 – Dekoracja i wręczenie nagród dla uczestników rajdu NW

13:50 – Dekoracja i wręczenie nagród dla uczestników biegu na 15 km

14:00 – Losowanie nagród

Dekoracja zwycięzców odbędzie się na hali sportowej w Dąbrowie, ul. Sportowa.

##### **Biegi towarzyszące:**

1. Godzina 8:00 – 9:00 - zapisy w biurze zawodów (hala sportowa w Dąbrowie)
2. Godzina 9:00 – 11:30 - biegi towarzyszące na (60 m, 100 m, 200 m, 300 m, 600 m, 1000 m) – wzdłuż ul. Sportowej, w kierunku Orlika
3. Szczegółowy program biegów dziecięcych:

07:00 – Otwarcie biura zawodów

09:15 – Zamknięcie biura zawodów

Rozgrzewka

09:35 – Start do biegu na 60 m (rocznik 2022 – 2024)

09:45 – Start do biegu na 100 m (rocznik 2019 – 2021)

09:55 – Start do biegu na 200 m (rocznik 2017 - 2018)

10:05 – Start do biegu na 300 m (rocznik 2015 – 2016)

10:15 – Start do biegu na 600 m (rocznik 2013 – 2014)

10:25 – Start do biegu na 1000 m (rocznik 2011 – 2012)

4. Zgoda rodzica lub opiekuna w załącznikach do pobrania.
5. Dekoracja zwycięzców – sukcesywnie nie wcześniej niż o 11:45 (wręczenie nagród w hali sportowej po zakończeniu biegu roczników 2011 - 2012).
6. Losowanie nagród wśród wszystkich uczestników biegów dziecięcych.

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany programu zawodów.

## V. Trasa zawodów i przebieg zawodów

1. Trasa zawodów posiada atest PZLA
2. Nawierzchnia asfaltowa
3. Oznaczenie trasy znakami pionowymi co kilometr
4. Pomiar czasu netto w systemie elektronicznym na podstawie chipa w numerze startowym, który pozostaje własnością zawodnika bez konieczności zwrotu.
5. Start i meta przy boisku Zespołu Szkół w Dąbrowie (ul. Sportowa)
6. Zawodnicy na starcie ustawiają się wg kolejności:
  - Uczestnicy biegu głównego na 15 km – start godzina 11:30
  - Uczestnicy biegu na 5 km – start 11:45
  - Uczestnicy rajdu Nordic Walking na 5 km – start 11:50
7. Limit ukończenia:
  - biegu głównego na 15 km: 2,5 godziny,
  - biegu na 5 km: 1 godzina,
  - rajdu Nordic Walking na 5 km: 1,5 godziny
8. Na trasie będą się znajdowały punkty kontrolne
9. Zawodnicy skracający trasę będą zdyskwalifikowani
10. Punkty z wodą będą znajdowały się: Parlin (4 km, 11 km), Parlinek (6 km, 9 km)
11. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu / chodu w wyznaczonych limitach czasowych zobowiązani są do przerywania biegu / chodu i zejścia z trasy

## VI. Uczestnictwo

Obowiązuje limit uczestników:

- dla biegu głównego na 15 km i rajdu Nordic Walking: 400 osób,
- dla biegu na 5 km: 250 osób,
- biegi dziecięce: 350 osób.

Uczestnikiem XIV Zimowego Biegu Dębowego w Dąbrowie może być:

1. Osoba, która dokona rejestracji na stronie internetowej - rejestracja możliwa jest do 04.03.2026 r. (środa).
2. Osoba, która dokona opłaty startowej w wysokości zgodnej z regulaminem.
3. Weryfikacja zawodnika odbywa się poprzez złożenie własnoręcznego podpisu na liście startowej, co stanowi jednocześnie zgodę na udział w zawodach na własną odpowiedzialność i pokwitowanie odbioru numeru startowego i pakietu startowego. Organizator ma prawo do weryfikacji zgodności osoby odbierającej pakiet z danymi osoby zapisanej na bieg.
4. **Pobranie numeru startowego będzie równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.**
5. W zawodach mogą wziąć udział tylko osoby pełnoletnie. W biegu na 15 km oraz na 5 km możliwy jest udział osób w wieku od 16 r.ż, za pisemną zgodą rodziców lub opiekunów

prawnych, a w Rajdzie NW osób w wieku od 13 r.ż., tylko za pisemną zgodą rodziców lub opiekunów prawnych.

6. Rodzice lub opiekunowie prawni osób nieletnich 13-17 lat muszą dostarczyć zgodę osobiście do organizatora.
7. Każdy uczestnik przed startem w zawodach ma obowiązek zapoznać się z regulaminem zawodów.
8. Regulamin zawodów jest dostępny na stronie internetowej organizatora: <https://biegdebowy.pl> oraz w biurze zawodów.
9. Zawodnicy dokonujący zgłoszenia i udziału w XIV Zimowym Biegu Dębowym wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku, imienia i nazwiska, roku urodzenia bądź kategorii wiekowej oraz nazwy drużyny na materiałach promocyjnych i reklamowych Organizatora, a także zgodę na przetwarzanie danych osobowych w celu organizacji cyklu biegowego Korona Powiatu Mogileńskiego.
10. Z uwagi na bezpieczeństwo uczestników biegu zabrania się udziału Zawodników biegnących z psem.
11. Szatnie i depozyty dla uczestników znajdować się będą na hali sportowej w Dąbrowie (ul. Sportowa).

W przypadku pytań technicznych związanych z zapisami lub płatnością należy skontaktować się z firmą Maratończyk mailowo pod adresem: [kontakt@maratonczykpomiarczasu.pl](mailto:kontakt@maratonczykpomiarczasu.pl)

## **VII. Opłata startowa**

1. Opłata startowa za udział w biegu wynosi:
  - 80 zł** – opłata dokonana do 31 grudnia 2025 r.
  - 90 zł** - opłata dokonana do 31 stycznia 2026 r.
  - 100 zł** - opłata dokonana do 4 marca 2026 r.
2. Opłata startowa za udział w rajdzie Nordic Walking wynosi:
  - 80 zł** – opłata dokonana do 31 grudnia 2025 r.
  - 90 zł** - opłata dokonana do 31 stycznia 2026 r.
  - 100 zł** - opłata dokonana do 4 marca 2026 r.
3. Dla osób zamieszkujących gminę Dąbrowa, które ukończyły 60 r.ż. opłata startowa za udział w rajdzie Nordic Walking wynosi 50% opłaty standardowej. W celu pozyskania kodu rabatowego należy skontaktować się z organizatorem.
4. Udział w biegach towarzyszących dla dzieci z terenu Gminy Dąbrowa jest bezpłatny. Opłata dla dzieci spoza Gminy Dąbrowa wynosi 15 zł.
5. Dzieci z Gminy Dąbrowa zapisują się u swojego nauczyciela wychowania-fizycznego. Dzieci spoza gminy Dąbrowa zapisują się przez panel maratończyk i dokonują opłaty.
6. Opłatę startową należy wnieść w momencie zapisu za pośrednictwem platformy do zapisów prowadzonej przez firmę Maratończyk.
7. Operatorem płatności jest system płatności przelewy24 PayPro SA, ul. Pastelowa 8, 60-198 Poznań, NIP 779-236-98-87, REGON: 301345068, KRS: 0000347935.
8. **Nie ma możliwości zapisów i wnoszenia opłaty startowej w dniu zawodów również dla biegów dziecięcych.**

9. Organizator nie zwraca opłaty wpisowej osobom, które nie przystąpiły lub nie ukończyły zawodów, tzn. opłata startowa jest bezzwrotna.
10. Reklamacje dotyczące płatności rozpatrywane są w ciągu 7 dni od zgłoszenia pod adres mailowy: zimowybiegdebowy@gmail.com

## **VIII. Klasyfikacja główna**

1. Generalna kobiet i mężczyzn OPEN

## **IX. Klasyfikacje wiekowe**

### **1. Mężczyźni:**

#### **Bieg Główny na 15 km**

- Kategoria M20 – od 16 do 29 lat
- Kategoria M30 – od 30 do 39 lat
- Kategoria M40 – od 40 do 49 lat
- Kategoria M50 – od 50 do 59 lat
- Kategoria M60 – od 60 do 69 lat
- Kategoria M70 + – od 70 lat i więcej

#### **Bieg na 5 km**

- Kategoria M20 – od 16 do 29 lat
- Kategoria M30 – od 30 do 39 lat
- Kategoria M40 – od 40 do 49 lat
- Kategoria M50 – od 50 do 59 lat
- Kategoria M60 – od 60 lat i więcej

#### **Rajd Nordic Walking na 5 km**

- Kategoria M13 – od 13 do 19 lat
- Kategoria M20 – od 20 do 29 lat
- Kategoria M30 – od 30 do 39 lat
- Kategoria M40 – od 40 do 49 lat
- Kategoria M50 – od 50 lat i więcej

### **2. Kobiety**

#### **Bieg Główny na 15 km**

- Kategoria K20 – od 16 do 29 lat
- Kategoria K30 – od 30 do 39 lat
- Kategoria K40 – od 40 do 49 lat
- Kategoria K50 – od 50 do 59 lat
- Kategoria K60 – od 60 do 69 lat
- Kategoria K70 + – od 70 lat i więcej

#### **Bieg na 5 km**

- Kategoria K20 – od 16 do 29 lat
- Kategoria K30 – od 30 do 39 lat
- Kategoria K40 – od 40 do 49 lat

- Kategoria K50 – od 50 do 59 lat
- Kategoria K60 – od 60 lat i więcej

#### Rajd Nordic Walking na 5 km

- Kategoria K13 – od 13 do 19 lat
- Kategoria K20 – od 20 do 29 lat
- Kategoria K30 – od 30 do 39 lat
- Kategoria K40 – od 40 do 49 lat
- Kategoria K50 – od 50 lat i więcej

#### Biegi dla dzieci i młodzieży do 15 roku życia – kategorie rocznikowe (chłopców i dziewcząt):

- 60 m rocznik 2022 – 2024
- 100 m rocznik 2019 – 2021
- 200 m rocznik 2017 - 2018
- 300 m rocznik 2015 – 2016
- 600 m rocznik 2013 – 2014
- 1000 m rocznik 2011 – 2012

### 3. Organizator przewiduje kategorie dodatkowe:

- Najlepszy zawodnik z Gminy Dąbrowa w biegu głównym (15 km), biegu na 5 km i rajdzie Nordic Walking (5 km) – I, II, III miejsce wśród kobiet i mężczyzn
- Najlepszy zawodnik z Powiatu Mogileńskiego (15 km) – I, II, III miejsce wśród kobiet i mężczyzn
- Najstarszy zawodnik i zawodniczka biegu głównego na 15 km, 5 km i NW 5 km
- Najlepsza drużyna biegu głównego na 15 km (nagradzane są 4 najszybsze drużyny pucharami). Drużyny są czteroosobowe (w składzie drużyny musi być co najmniej jedna kobieta). Wygrywa drużyna, której łączny czas czterech zawodników będzie najszybszy.

### 4. W biegu nie mogą startować uczestnicy poniżej 13 roku życia.

## X. Nagrody

1. Uroczysta dekoracja zwycięzców odbędzie się o godz. 14:00 na hali sportowej w Dąbrowie (ul. Sportowa).

2. Dla laureatów miejsc I, II III w kategorii mężczyzn i kobiet **OPEN** przewidziano nagrody pieniężne oraz puchary:

#### Klasyfikacja generalna – bieg główny 15 km:

Mężczyźni:

I – 500 zł + puchar

II – 400 zł + puchar

III – 300 zł + puchar

Kobiety:

I – 500 zł + puchar

II – 400 zł + puchar

III – 300 zł + puchar

#### Klasyfikacja wiekowa:

- statuetki i nagrody rzeczowe za pierwsze trzy miejsca w każdej grupie wiekowej kobiet i mężczyzn,

Kategorie dodatkowe:

- Najlepszy zawodnik z Gminy Dąbrowa – w kategorii kobiet i mężczyzn (I, II, III miejsce 15 km, 5 km, NW 5 km) – statuetka + nagroda rzeczowa,
- Najlepszy zawodnik z Powiatu Mogileńskiego w kategorii kobiet i mężczyzn (I, II, III miejsce 15 km),
- Najstarszy zawodnik i zawodniczka biegu głównego na 15 km – statuetka + nagroda rzeczowa,
- Najlepsza drużyna biegu głównego na 15 km – 4 najszybsze drużyny – puchary.

3. Wszyscy uczestnicy otrzymają:

- numer startowy, pakiet startowy, ciepły posiłek,
- pamiątkowe medale,
- wynik swojego biegu po ukończeniu trasy za pośrednictwem SMS (po podaniu prawidłowego numeru telefonu przy zgłoszeniu).

4. Osoby nagrodzone w klasyfikacji generalnej nie będą nagradzane w kategoriach wiekowych.

#### **- Biegi:**

1. Zwycięzcami we wszystkich kategoriach, w których wyróżnia się podział na wiek i płeć zostaną uczestnicy, którzy w najkrótszym czasie pokonają trasę oraz nie pominą żadnego punktu kontrolnego.
2. W każdej kategorii wiekowej od miejsca 1 do 3 zostaną wręczone nagrody rzeczowe oraz puchary.
3. W kategorii OPEN bieg główny na 15 km najlepszym zawodnikom zostaną wręczone puchary i nagrody pieniężne.
4. W kategoriach OPEN bieg na 5 km i rajd Nordic Walking na 5 km najlepszym zawodnikom wręczone zostaną puchary i nagrody rzeczowe.
5. Zwycięzcy kategorii OPEN nie będą klasyfikowani w kategoriach wiekowych.
6. Każdy zawodnik, który ukończy bieg w regulaminowym czasie otrzyma na mecie okolicznościowy medal.
7. Każdy zawodnik, który ukończy bieg weźmie udział w losowaniu nagród rzeczowych. Warunkiem odbioru nagrody jest stawienie się u organizatora osobiście wraz z numerem startowym wyczytanym przez osobę prowadzącą losowanie. Zabronione jest przekazywanie numeru startowego innej osobie w celu jej odbioru.

#### **-Biegi towarzyszące:**

1. W biegach dla dzieci i młodzieży do 15 roku życia Organizator przewiduje nagrody oraz statuetki dla najlepszych zawodników na dystansie 60 m, 100 m, 200 m, 300 m, 600 m, 1000 m osobno w kategorii dziewcząt i chłopców.

#### **XI. Świadczenia dla uczestników:**

Wszyscy uczestnicy otrzymują:

1. Numer startowy
2. Medal pamiątkowy bez względu na zajęte miejsce

3. Prawo do udziału w losowaniu nagród rzeczowych
4. Prawo do udziału w zawodach: bieg główny na 15 km, bieg na 5 km, rajd Nordic Walking na 5 km
5. Prawo do korzystania z punktów nawadniania na trasie
6. Wynik swojego biegu po ukończeniu trasy za pośrednictwem SMS (po podaniu prawidłowego numeru telefonu przy zgłoszeniu). Pełne wyniki pomiaru czasu będą dostępne na stronie internetowej: <https://www.maratonczyk pomiarczasu.pl/wyniki>; oraz na tablicy ogłoszeń w miejscu mety zawodów
7. Pełne zabezpieczenie medyczne podczas zawodów
8. Posiłek regeneracyjny po zawodach
9. Pakiet startowy

## **XII. Kibice**

Osoby kibicujące uczestnikom biegów zobowiązane są do:

1. Przestrzegania regulaminu biegu,
2. Przebywania wyłącznie w miejscach przeznaczonych dla kibiców,
3. Wykonywania poleceń przedstawicieli organizatora,
4. Przestrzegania zasad porządku publicznego.
5. Dzieci przebywające na terenie zawodów powinny pozostawać pod opieką osób dorosłych.

Służby porządkowe organizatora mają prawo do:

1. Usunięcia osób z terenu imprezy pod wpływem alkoholu lub środków odurzających, a także posiadających materiały pirotechniczne, broń, przedmioty szklane i inne, które mogłyby stanowić zagrożenie dla pozostałych osób będących uczestnikami imprezy oraz takich, które wkroczyły lub próbują wkroczyć na trasę biegu.
2. Ujęcia osób, które szczególnie zagrażają bezpieczeństwu uczestników i przekazaniu ich Policji.

Widzowie mają prawo do:

1. Obserwacji przebiegu imprezy z miejsc do tego wyznaczonych przez organizatora,
2. Skorzystania z pierwszej pomocy, gdy nastąpi taka potrzeba,
3. Korzystania z urządzeń sanitarnych będących na wyposażeniu miejsca organizacji imprezy, przeznaczonych na potrzeby widzów.

## **XIII. Informacje o przetwarzaniu danych osobowych:**

1. Współadministratorami Danych Osobowych są:
  - Wójt Gminy Dąbrowa, ul. Kasztanowa 16, 88-306 Dąbrowa,
  - Stowarzyszenie „Młode Dęby”, Słaboszewko 9, 88-306 Dąbrowa.
2. Ze Współadministratorami można się kontaktować pisemnie, za pomocą poczty tradycyjnej na w/w adresy lub drogą e-mailową pod adresem: Gmina Dąbrowa, ul. Kasztanowa 16, 88-306 Dąbrowa lub [ug-dabrowa@ug-dabrowa.pl](mailto:ug-dabrowa@ug-dabrowa.pl)
3. Wójt Gminy Dąbrowa wyznaczył Inspektora Ochrony Danych, z którym można się skontaktować pod adresem mailowym: [ewelina.szczepanska@rt-net.pl](mailto:ewelina.szczepanska@rt-net.pl).  
Stowarzyszenie „Młode Dęby” nie wyznaczyło Inspektora Ochrony Danych.
4. Dane osobowe są przetwarzane na podstawie 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).

5. Przetwarzanie danych uczestników odbywa się w celu:
  - a) utrwalenia i publikacji wizerunku na stronach internetowych Współadministratorów oraz portalach społecznościowych, w szczególności Facebook, Instagram, YouTube, TikTok - art. 6 ust. 1 lit. a RODO – dane będą przechowywane do czasu wycofania zgody;
  - b) rejestracji i udziału w biegu oraz podjęcia wszelkich czynności z tym związanych, m. in. przygotowania pakietu startowego, objęcia ubezpieczeniem, opracowania i publikacji wyników, przesyłania korespondencji w sprawach organizacyjnych oraz wręczenia nagród - art. 6 ust. 1 lit. b RODO – dane osobowe uczestników przechowywane będą do zakończenia biegów, natomiast zawodników nagradzanych miejsc do czasu wręczenia nagród oraz zgodnie z przepisami dotyczącymi archiwizacji;
  - c) ustalenia i dochodzenia roszczeń lub obrony przed roszczeniami - art. 6 ust. 1 lit. f RODO – dane będą przechowywane 3 lata od zakończenia wydarzenia.
6. Dane osobowe nie pochodzą od stron trzecich.
7. Współadministratorzy nie zamierzają przekazywać danych do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej.
8. Współadministratorzy będą przekazywać dane osobowe innym podmiotom wyłącznie na podstawie przepisów prawa oraz na podstawie zawartych umów powierzenia przetwarzania danych osobowych, w szczególności do firmy Maratończyk Pomiar Czasu ANNA KULIKOWSKA-ŁUCYK. Dane mogą być przekazywane do portali społecznościowych, między innymi Facebook, Instagram, YouTube, które są odrębnymi administratorami danych osobowych.
9. Posiada Pani/Pan prawo do:
  - a) żądania dostępu do danych osobowych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania;
  - b) wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, a także o prawie do przenoszenia danych;
  - c) cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem;
  - d) wniesienia skargi na działania Współadministratorów do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
10. Podanie danych osobowych jest konieczne, aby móc wziąć udział w wydarzeniu organizowanym przez Współadministratorów. Zgoda na utrwalenie i publikację wizerunku jest dobrowolna.
11. Współadministratorzy nie przewidują zautomatyzowanego podejmowania decyzji.
12. Obowiązki informacyjne znajdują się w dokumentach do pobrania.

#### **XIV. Postanowienia końcowe.**

1. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas biegu. Punkt opieki medycznej będzie wyraźnie oznaczony.
3. Organizator zapewnia szatnie – przebieralnie dla zawodników w budynku Zespołu Szkół w Dąbrowie ul. Szkolna. Organizator, wszystkie osoby z nim współpracujące, a także osoby związane z przeprowadzeniem i organizacją imprezy nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpią przed, w trakcie lub po zawodach. Zawodnik musi bezwzględnie stosować się do postanowień niniejszego regulaminu oraz wszelkich komunikatów organizatora podczas trwania zawodów.
4. Organizator zapewnia kąpiel/natrysk po zakończeniu imprezy w Zespole Szkół w Dąbrowie.
5. Organizator zapewnia gorącą herbatę i ciepły posiłek.
6. Udział w zawodach jest dobrowolny i każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność niezależnie od warunków pogodowych na trasie.

7. Bieg jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez zawodnika.
8. Warunkiem dopuszczenia osób nieletnich do startu jest obecność rodzica lub opiekuna prawnego (legitymującego się dokumentem ze zdjęciem) w momencie weryfikacji zawodnika w Biurze Zawodów lub posiadanie i przedłożenie podczas weryfikacji zawodnika, pozwolenia na udział w biegach podpisanego przez rodzica lub opiekuna. Zgoda rodzica lub opiekuna w załącznikach do pobrania.
9. Pobranie numeru startowego będzie równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.
10. **Zawodnicy startujący w zawodach zobowiązani są do skontrolowania stanu zdrowia przed zawodami. Przystępując do zawodów, uczestnik potwierdza, że jego stan zdrowia pozwala na uprawianie danej dyscypliny sportu i podejmowanie znaczącego wysiłku fizycznego. Zawodnik startuje na własną odpowiedzialność.**
11. Uczestnicy ponoszą odpowiedzialność cywilną i prawną za spowodowane ewentualne szkody.
12. Przez akceptację niniejszego regulaminu, uczestnicy zrzekają się prawa dochodzenia prawnego lub zdrowotnego od organizatora lub jego zleceńobiorców w razie wypadku lub szkody związanej z zawodami.
13. Każdy uczestnik, który wbiega na metę musi mieć przypięty w widocznym miejscu numer startowy.
14. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego w części lub całości.
15. Organizator zapewnia udział w imprezie służby medycznej.
16. W czasie całej imprezy obowiązuje bezwzględny zakaz spożywania alkoholu.
17. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zagubione podczas imprezy.
18. Za szkody wyrządzone przez uczestników wobec innych uczestników jak i osób trzecich organizator nie odpowiada.
19. Podczas trwania biegów dla dzieci, rajdu Nordic Walking oraz biegu głównego na terenie Zespołu Szkół w Dąbrowie uruchomione zostanie „Przedszkole biegowe”. Będzie można w nim zostawić dzieci pod okiem nauczycieli tak, by dorośli uczestnicy mogli ukończyć zawody.
20. Wszyscy uczestnicy startując w zawodach i biegach towarzyszących wyrażają zgodę na publikację ich wizerunków w relacjach z zawodów zamieszczonych w mediach oraz materiałach promocyjnych organizatorów, sponsorów, partnerów i patronów medialnych. Zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady z uczestnikami zawodów mogą być wykorzystywane przez prasę, radio i telewizję.
21. Organizator zastrzega sobie prawo wstrzymania zapisów elektronicznych po przekroczeniu wyznaczonego limitu.
22. Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.
23. Nieznajomość regulaminu nie zwalnia uczestnika od jego przestrzegania.
24. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu w uzasadnionych przypadkach, o ile nie wpłyną one na istotne warunki uczestnictwa. Aktualna wersja regulaminu będzie publikowana na stronie internetowej organizatora.