

REGULAMIN ZAWODÓW

„ŚCIGOMY BEBOKA 12h”

Burmistrzowska Wyrpa Orzesza – „Wielkie Fedrowanie Kilometrów”

12-godzinny Bieg Ultra i Marsz Nordic Walking na Górcę Św. Wawrzyńca

Orzesze • 10 październik 2026 r.

Pod Honorowym Patronatem Burmistrza Miasta Orzesze

I. CEL IMPREZY

- Popularyzacja i propagowanie biegów, biegów ultra oraz dyscypliny Nordic Walking jako doskonałych form aktywnego i zdrowego spędzania czasu wolnego.
- Wyłonienie zawodniczek i zawodników, którzy pokonają największy dystans w czasie 12-godzinnej rywalizacji.
- Promocja walorów turystycznych, rekreacyjnych oraz krajobrazowych miasta Orzesze, ze szczególnym uwzględnieniem rejonu wzniesienia Góry Świętego Wawrzyńca.
- Integracja lokalnej społeczności oraz upowszechnianie aktywności fizycznej wśród mieszkańców regionu, w tym dzieci i młodzieży.

II. ORGANIZATOR

Organizatorem wydarzenia jest **Stowarzyszenie Śląskie 3K – kroki, koła, kilometry**.

Siedziba i adres korespondencyjny: **43-178 Ornontowice, ul. Zamkowa 10.**

NIP: **635-187-88-66.**

Kontakt: tel. **+48 510 668 850** | e-mail: **slaskie3k@gmail.com**.

Impreza odbywa się pod Honorowym Patronatem Burmistrza Miasta Orzesze. Charakter imprezy: zawody niemassowe w rozumieniu ustawy z dnia 20 marca 2009 r. o bezpieczeństwie imprez masowych.

III. TERMIN, MIEJSCE I HARMONOGRAM

- Zawody odbędą się w dniu 10 października 2026 roku w miejscowości Orzesze.
- Start, meta, miasteczko biegowe oraz baza zawodów zlokalizowane będą na Górcę Świętego Wawrzyńca w Orzeszu.
- Biuro Zawodów czynne jest również w terminach przedstartowych: **9 październik 2026 r. w godzinach 17:00–19:00 w MOK Orzesze, ul. Fabryczna 3A**. W tych dniach możliwy jest wcześniejszy odbiór pakietów startowych i weryfikacja uczestników (na podstawie dokumentu tożsamości). W dniu zawodów Biuro Zawodów działa w bazie na Górcę Św. Wawrzyńca zgodnie z harmonogramem poniżej.
- Ramowy harmonogram dnia zawodów:

Godzina	Wydarzenie
05:30 – 06:45	Praca Biura Zawodów – weryfikacja zawodników i wydawanie pakietów startowych.

Godzina	Wydarzenie
06:50	Oficjalne otwarcie zawodów oraz obowiązkowa odprawa techniczna dla uczestników.
07:00	START WSPÓLNY – Bieg 12h oraz Marsz Nordic Walking 12h (Kijki 12h).
10:00	Start biegów towarzyszących dla dzieci „Bajtel i Bebok” (podział na kategorie wiekowe wg odrębnego komunikatu).
19:00	ZAKOŃCZENIE RYWALIZACJI – zamknięcie trasy biegu głównego i Nordic Walking, domiar ostatnich okrążeń.
ok. 19:45	Ceremonia dekoracji zwycięzców, wręczenie nagród oraz oficjalne zakończenie imprezy.

Organizator zastrzega sobie prawo do nieznacznych zmian w harmonogramie. Szczegółowy program oraz mapa trasy zostaną opublikowane w mediach społecznościowych Stowarzyszenia.

IV. KONKURENCJE

W ramach wydarzenia rozgrywane są następujące konkurencje:

- **Ścigomy Beboka – Bieg 12h** – 12-godzinny bieg ultra na pętli.
- **Ścigomy Beboka – Kijki 12h** – 12-godzinny marsz Nordic Walking na pętli.
- **Bajtel i Bebok** – biegi towarzyszące dla dzieci i młodzieży (konkurencja o charakterze rekreacyjnym).

V. TRASA, POMIAR CZASU I ZASADY RYWALIZACJI

1. Rywalizacja odbywa się na zamkniętej pętli o długości około 7 kilometrów. Nawierzchnia trasy ma charakter mieszany (asfalt, drogi szutrowe, ścieżki leśne). Dokładna długość pętli, zmierzona przed zawodami, zostanie podana w komunikacie technicznym.
2. Trasa jest oznakowana i zabezpieczona. Pętlę pokonuje się wyłącznie w kierunku wyznaczonym przez Organizatora. Obowiązuje ruch prawostronny oraz umożliwienie wyprzedzania zawodnikom szybszym.
3. Zmiana kierunku, skracanie trasy, poruszanie się poza oznaczonymi ścieżkami lub pominięcie punktu kontrolnego skutkuje **dyskwalifikacją**.
4. Pomiar czasu oraz zliczanie okrążeń realizowane są elektronicznie za pomocą chipów zintegrowanych z numerem startowym zawodnika. Na linii start/meta (oraz – w razie potrzeby – na trasie) rozmieszczone są maty pomiarowe.

Zasady klasyfikacji i wyłonienia zwycięzców

1. Zwycięzcą w danej kategorii zostaje uczestnik, który w regulaminowym czasie 12 godzin (07:00–19:00) pokona **największy łączny dystans**, liczony jako suma pełnych okrążeń.
2. **Remis:** w przypadku identycznego dystansu o wyższym miejscu decyduje krótszy (wcześniejszy) czas osiągnięcia tego dystansu, liczony od wspólnego startu o godz. 07:00. Czas ten biegnie nieprzerwanie i nie zatrzymuje się podczas ewentualnych przerw zawodnika.
3. Warunkiem sklasyfikowania zawodnika jest pokonanie co najmniej jednego pełnego okrążenia.

4. Nie istnieje możliwość zaliczenia „rozpoczętego” okrążenia.

Klasyfikacje i kategorie

Prowadzone są odrębne klasyfikacje dla Biegu 12h oraz dla Nordic Walking 12h. W ramach każdej z tych konkurencji ustala się:

- Klasyfikację Generalną Kobiet (OPEN), 1-3 miejsce
- Klasyfikację Generalną Mężczyzn (OPEN), 1-3 miejsce
- Klasyfikację lokalną: Najlepsza Mieszkanka Orzesza oraz Najlepszy Mieszkaniec Orzesza.
- Klasyfikację Generalną Kobiet NW (OPEN), 1-3 miejsce
- Klasyfikację Generalną Mężczyzn NW (OPEN), 1-3 miejsce
- Klasyfikację lokalną: Najlepsza Mieszkanka Orzesza oraz Najlepszy Mieszkaniec Orzesza w NW.

Klasyfikacja lokalna weryfikowana jest na podstawie adresu zamieszkania podanego w formularzu zgłoszeniowym.

VI. NAGRODY

Organizator przewiduje nagrody za miejsca I–III w Klasyfikacjach Generalnych oraz za I miejsce w Klasyfikacjach Lokalnych. **Każdy uczestnik, który ukończy zawody (pokona co najmniej jedno pełne okrążenie), otrzymuje pamiątkowy medal.**

Dyscyplina	Kategoria klasyfikacji	Miejsca
Bieg 12h Ultra	Klasyfikacja Generalna Kobiet (OPEN)	I, II, III
	Klasyfikacja Generalna Mężczyzn (OPEN)	I, II, III
	Najlepsza Mieszkanka Orzesza	I
	Najlepszy Mieszkaniec Orzesza	I
Nordic Walking 12h	Klasyfikacja Generalna Kobiet (OPEN)	I, II, III
	Klasyfikacja Generalna Mężczyzn (OPEN)	I, II, III
	Najlepsza Mieszkanka Orzesza	I
	Najlepszy Mieszkaniec Orzesza	I

Organizator może ustanowić dodatkowe klasyfikacje i nagrody specjalne.

VII. WARUNKI UCZESTNICTWA I ZGŁOSZENIA

1. W Biegu 12h oraz Marszu Nordic Walking 12h prawo startu mają wyłącznie osoby, które najpóźniej w dniu 10 października 2026 r. **ukończą 18 lat.**
2. Warunkiem dopuszczenia do startu jest: prawidłowa rejestracja elektroniczna za pośrednictwem portalu zapisów, uiszczenie opłaty startowej, akceptacja niniejszego regulaminu oraz osobista weryfikacja w Biurze Zawodów (na podstawie dokumentu tożsamości). Weryfikacji i odbioru pakietu można dokonać wcześniej w dniach 9 październik 2026 r. (17:00–19:00, MOK Orzesze) lub w dniu zawodów w godzinach pracy Biura.

3. Limit uczestników w Biegu 12h i Marszu Nordic Walking wynosi łącznie **300 osób**. O wpisie na listę startową decyduje kolejność zaksięgowania wpłat. Organizator prowadzi listę rezerwową i zastrzega sobie prawo do zmiany limitu.
4. Każdy uczestnik rejestrując się na wydarzenie, oświadcza, że startuje na własną odpowiedzialność oraz o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach.
5. Zgłoszenie jest równoznaczne z zapoznaniem się i akceptacją niniejszego regulaminu w całości.

IX. BIEGI DZIECIĘCE „BAJTEL I BEBOK”

1. Biegi dzieci i młodzieży mają charakter towarzyszący i rekreacyjny. Start zaplanowano na godz. 10:00.
2. Dystanse i kategorie wiekowe dostosowane są do wieku uczestników i zostaną ogłoszone w odrębnym komunikacie. We wszystkich kategoriach rywalizacja ma charakter wspólnej zabawy, bez wyłaniania zwycięzców – każde dziecko otrzymuje pamiątkowy medal.
3. Warunkiem startu dziecka jest **obecność rodzica lub opiekuna prawnego** podczas weryfikacji oraz podpisanie przez niego pisemnej zgody na udział nieletniego w zawodach. Opiekun ponosi odpowiedzialność za dziecko przed startem, w trakcie i po zakończeniu biegu.
4. Liczba miejsc jest ograniczona do ilości 100, decyduje kolejność zgłoszeń lub zapisy w dniu zawodów (do wyczerpania limitu).

X. BAZA ZAWODÓW, ODŻYWIANIE I SUPORT

1. W strefie startu/mety znajduje się Główny Punkt Odżywczy zaopatrzony przez Organizatora w wodę, napoje izotoniczne, ciepłe napoje, owoce, przekąski oraz ciepły posiłek regeneracyjny. Punkt dostępny jest na każdym okrążeniu.
2. Odpoczynek, zmiana odzieży oraz pomoc medyczna/fizjoterapeutyczna są dozwolone. Zawodnik może opuścić pętlę w celu udania się do Strefy Suportu, po zakończeniu całego okrążenia. Czas rywalizacji biegnie nieprzerwanie.
3. Organizator zapewnia: oznakowane Biuro Zawodów, depozyt oraz toalety. W miarę możliwości udostępniony zostanie dostęp do wody do mycia (informacja w komunikacie technicznym).
4. Depozyt czynny jest w godzinach pracy bazy. Wydanie rzeczy następuje wyłącznie za okazaniem numeru startowego. Organizator nie odpowiada za pozostawione w depozycie przedmioty wartościowe (pieniądze, dokumenty, sprzęt elektroniczny).

XI. BEZPIECZEŃSTWO I ZABEZPIECZENIE MEDYCZNE

1. Przez cały czas trwania zawodów (07:00–19:00) zapewnione jest zabezpieczenie medyczne. Punkt pomocy medycznej zlokalizowany jest w bazie zawodów.
2. Decyzja ratownika medycznego lub lekarza o niedopuszczeniu albo wycofaniu zawodnika z dalszej rywalizacji ze względów zdrowotnych jest **ostateczna**.
3. Ze względu na porę zakończenia biegu (zmiernych) **w godzinach wieczornych (orientacyjnie po godz. 18:00) obowiązuje posiadanie elementów odblaskowych**, a na odcinkach leśnych zaleca się

posiadanie czołówki lub innego źródła światła. Strefa start/meta oraz punkt odżywczy są oświetlone.

4. **Zakończenie biegu:** zawodnik kończący lub przerywający udział zobowiązany jest zgłosić ten fakt w Biurze Zawodów u Organizatora oraz zwrócić chip. Zabrania się przebywania na trasie bez numeru startowego z chipem.
5. Na trasie obowiązują zasady fair play oraz bezwzględny nakaz dbania o środowisko naturalne. Wyrzucanie odpadów dozwolone jest wyłącznie w wyznaczonych strefach (punkt odżywczy / oznaczone kosze). Śmiecenie poza tymi strefami skutkuje dyskwalifikacją.
6. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne, z wyłączeniem sytuacji stanowiących klęskę żywiołową lub zagrożenie dla życia i zdrowia ludzkiego. W razie zagrożenia Organizator może wstrzymać, skrócić lub odwołać zawody.

XII. OPŁATA STARTOWA, REZYGNACJA I ZWROTY

1. Wysokość opłaty startowej wynosi:
 - 99 zł za bieg 12h – Ścigomy Beboka,
 - 29 zł za bieg dla dzieci „Bajtek i Bebok”
2. Opłata zawiera
3. O wpisaniu na listę startową decyduje data zaksięgowania wpłaty. Opłata obejmuje świadczenia opisane w niniejszym regulaminie (m.in. pakiet startowy, pomiar czasu, punkt odżywczy, medal dla osób, które ukończą zawody).
4. Wniesiona opłata startowa nie podlega zwrotowi w przypadku rezygnacji uczestnika. Dopuszcza się natomiast przepisanie pakietu startowego na inną osobę w terminie do 01.10.2026 r.
5. W przypadku odwołania zawodów z przyczyn leżących po stronie Organizatora lub wskutek siły wyższej, Organizator poinformuje uczestników o zasadach zwrotu opłaty startowej lub przeniesienia jej na inny termin.

XIII. OŚWIADCZENIA UCZESTNIKÓW I ODPOWIEDZIALNOŚĆ

1. **Start na własną odpowiedzialność.** Każdy uczestnik bierze udział w zawodach na własną odpowiedzialność. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW) – uczestnicy ubezpieczają się we własnym zakresie.
2. **Deklaracja stanu zdrowia.** Poprzez rejestrację uczestnik oświadcza, że jest świadomy specyfiki i trudów 12-godzinnego, długodystansowego wysiłku fizycznego oraz że jego stan zdrowia pozwala na bezpieczny start i nie istnieją przeciwwskazania medyczne do udziału w zawodach.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za szkody na zdrowiu i mieniu powstałe w związku z udziałem w zawodach, o ile nie wynikają one z winy Organizatora. Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione lub pozostawione bez nadzoru w trakcie imprezy.
4. Uczestnik zobowiązany jest stosować się do poleceń Organizatora, sędziów, służb porządkowych, medycznych oraz Policji i Straży Miejskiej.

XIV. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH (RODO) I WIZERUNEK

1. Administratorem danych osobowych uczestników jest Stowarzyszenie Śląskie 3K – kroki, koła, kilometry, ul. Zamkowa 10, 43-178 Ornontowice (kontakt: slaskie3k@gmail.com).
2. Dane przetwarzane są zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 (RODO) w celach niezbędnych do organizacji i przeprowadzenia zawodów, w tym: weryfikacji uczestników, publikacji list startowych i wyników oraz przyznania nagród. Podstawą przetwarzania jest art. 6 ust. 1 lit. b oraz lit. f RODO, a w zakresie danych o stanie zdrowia – zgoda uczestnika (art. 9 ust. 2 lit. a RODO).
3. Odbiorcami danych mogą być podmioty obsługujące zapisy i pomiar czasu oraz inne podmioty uprawnione na podstawie przepisów prawa. Dane przechowywane są przez okres niezbędny do realizacji celów oraz wynikający z przepisów prawa.
4. Uczestnikowi przysługuje prawo dostępu do danych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, prawo sprzeciwu wobec przetwarzania, prawo do przenoszenia danych oraz – w zakresie danych przetwarzanych na podstawie zgody – prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie (bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania dokonanego przed cofnięciem). Uczestnikowi przysługuje prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych (ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa).
5. **Wizerunek.** Zgłaszając się do zawodów, uczestnik (a w przypadku osób nieletnich – opiekun prawny) wyraża zgodę na nieodpłatne utrwalanie oraz rozpowszechnianie swojego wizerunku (zdjęcia, nagrania wideo) utrwalonego podczas imprezy, w zakresie niezbędnym do dokumentowania i promocji wydarzenia, zgodnie z art. 81 ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych.
6. Wizerunek może być publikowany w mediach społecznościowych (Facebook, Instagram itp.), na stronach internetowych zawodów, w mediach lokalnych oraz w materiałach promocyjnych i relacjach z wydarzenia. Nie wymaga zezwolenia rozpowszechnianie wizerunku osoby stanowiącej jedynie szczegół całości takiej jak zgromadzenie czy impreza publiczna (art. 81 ust. 2 pkt 2 ww. ustawy).

XV. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Numer startowy z chipem należy nosić w sposób widoczny przez cały czas trwania zawodów. Zastąpienie lub modyfikacja numeru może skutkować dyskwalifikacją. Jeżeli chip jest zwrotny, należy go zwrócić po zakończeniu rywalizacji; zasady i ewentualna opłata za niezwrócenie chipa zostaną podane w komunikacie technicznym.
2. Protesty dotyczące wyników można składać do Organizatora w terminie do 30 minut od ogłoszenia wyników nieoficjalnych. Tryb wnoszenia i rozpatrywania protestów (w tym ewentualną kaucję protestową zwracaną w razie uznania protestu) określa Organizator.
3. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w niniejszym regulaminie oraz do jego ostatecznej interpretacji. O istotnych zmianach uczestnicy zostaną poinformowani na stronie zapisów i w mediach społecznościowych Stowarzyszenia.
4. Wszystkie kwestie nieujęte w niniejszym regulaminie oraz sprawy sporne rozstrzyga Organizator. Decyzje Organizatora w sprawach przebiegu rywalizacji są ostateczne.

5. Obsługa pomiaru czasu i wyników: zostanie wskazana w komunikacie technicznym. Kontakt do Organizatora: Stowarzyszenie Śląskie 3K, tel. +48 510 668 850, e-mail: slaskie3k@gmail.com.