**REGULAMIN I BIEGU GMINNEGO  
 „DYCHA LASAMI NAD GÓRNĄ LISWARTĄ”  
 + NORDIC WALKING**

1. **Organizatorzy**

Organizatorami biegu są:

1. Gmina Herby (ul. Lubliniecka 33, 42-284 Herby)
2. Ochotnicza Straż Pożarna Chwostek, (ul. Kopernika 31, 42-714 Chwostek)
3. Ochotnicza Straż Pożarna Lisów, (ul. Budowlanych 2a, 42-714 Lisów)

Koordynatorzy:

1. Ania Osadnik, tel: 667 688 901
2. Janusz Skubała, tel: 889 481 856
3. Jarosław Czornik, tel: 606 517 606

adres mailowy biegu:  
[dycha.lasami@gmail.com](mailto:dycha.lasami@gmail.com)

aktualności o biegu, niezbędne informacje:  
<https://www.facebook.com/DychaLasamiNadGornaLiswarta/>

wszystkich uczestników naszego biegu zapraszamy również do wspólnego treningu na Endomondo:  
<https://www.endomondo.com/challenges/39357875>

1. **Cel imprezy**
2. integracja środowiska biegaczy, strażaków oraz społeczności lokalnej,
3. popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu,
4. rozwijanie wśród członków OSP kultury fizycznej i sportu,
5. promocja walorów przyrodniczych Gminy Herby, Nadleśnictwa Koszęcin oraz Parków Krajobrazowych Lasy nad Górna Liswarta
6. promocja zdrowego i aktywnego trybu życia, poprzez spędzanie wolnego czasu na sportowo
7. **Termin, miejsce oraz trasa**
8. I Bieg Gminy Herby „Dycha Lasami Nad Górną Liswartą” + Nordic Walking, zwany dalej Biegiem, odbędzie się w sobotę 5 października 2019r. (start i meta biegu znajdować się będą w miejscowości Chwostek ul. Karola Miarki)
9. „Bieg Główny” oraz „Nordic Walking” rozpoczną się jednocześnie o godzinie 11:00   
   z punktu startowego umieszczonego na ul. Karola Miarki (obok polany Towarzystwa Łowieckiego „Sokół”). Zawodnicy na starcie powinni stawić się już o godzinie 10:50.
10. Długość „Biegu Głównego” to około 10km – trasa nie posiada atestu PZLA
11. Długość „Nordic Walking” to około 6,5km – trasa nie posiada atestu PZLA
12. Limit czasu na obydwu dystansach to 1,5h – po tym czasie zawodnicy zobowiązani są do opuszczenia trasy
13. Trasa biegu będzie oznakowana taśmą oraz oznaczona na każdym kilometrze. Trasa „Biegu Głównego” będzie obywać się po drogach asfaltowych (ok. 70%) oraz po drogach i ścieżkach leśnych (ok. 30%). Trasa „Nordic Walking” – drogi asfaltowe (ok. 30%) oraz drogi i ścieżki leśne (ok. 70%) (dokładny przebieg trasy „Biegu Głównego” i „Nordic Walking” będzie można sprawdzić na stronie biegu),
14. Pomiar czasu elektroniczny
15. Na trasie „Biegu Głównego” będzie znajdować się punkt odżywczy z wodą (na ok. 5,5 km).
16. **Uczestnictwo**
17. Ze względów technicznych oraz z uwagi na potrzebę zapewnienia bezpieczeństwa i sprawnego przeprowadzenia biegu, limit zgłoszeń wynosi 200 zawodników. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany limitu zawodników.
18. W „Biegu Głównym” oraz „Nordic Walking” prawo startu mają osoby, które w dniu   
    5 października 2019 r. będą miały ukończone 16 lat.
19. Wszyscy zawodnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów   
    w dniu biegu. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać ważny dowód osobisty lub inny dokument ze zdjęciem, na podstawie którego będzie można stwierdzić tożsamość oraz wiek zawodnika. W przypadku okazania dokumentu, który nie odpowiada wymogom identyfikacji, Organizatorzy mają prawo odmówić uczestnikowi wzięcia udziału w biegu. Uczestnicy niepełnoletni zobowiązani są do przedstawienia pisemnej zgody opiekunów prawnych na uczestnictwo w biegu. Brak zgody opiekuna prawnego uniemożliwia wzięcie udziału w biegu.
20. Biuro zawodów będzie zorganizowane na polanie Towarzystwa Łowieckiego „Sokół” (Chwostek ul. Karola Miarki) i będzie funkcjonowało w dniu zawodów w godzinach od 9:00 do 10:30 (zapisy, weryfikacja, wydawanie pakietów)
21. Podpisanie zgłoszenia jest równoznaczne z akceptacją treści Regulaminu biegu
22. **Zgłoszenia i opłata startowa**
23. Zgłoszenia uczestnictwa przyjmowane są on-line, za pośrednictwem formularza dostępnego na stronie internetowej <http://www.zmierzymyczas.pl/zapisy.html> do dnia 27 września 2019 r.   
    W przypadku wcześniejszego wyczerpania się limitu miejsc, rejestracja zostanie zakończona. Zgłaszający zobowiązani będą do dokonania płatności za udział w biegu w terminie 7 dni od daty rejestracji. Po upływie tego terminu, osoby, które nie dokonają należnej wpłaty zostaną usunięte z listy uczestników.
24. **Opłata startowa wynosi 30zł dla uczestników „Biegu Głównego” oraz 20zł dla uczestników „Nordic Walking”.** **Opłatę należy dokonać przelewem na rachunek Ochotniczej Straży Pożarnej w Lisowie, ul. Budowlanych 2a, numer konta: 88 1600 1462 1819 3109 0000 0001. W tytule przelewu należy wpisać: „Opłata startowa” oraz podać imię i nazwisko zawodnika.** W dniu zawodów opłata wynosi 50zł do uiszczenia w biurze zawodów (tylko w przypadku gdy zostaną wolne miejsca). Zawodnicy zgłoszeni w dniu zawodów nie maja gwarancji otrzymania pełnego pakietu startowego.
25. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. Istnieje możliwość przeniesienia opłaty startowej na inną osobę, tylko i wyłącznie za zgodą Organizatora biegu.
26. Za zgłoszenie uczestnictwa uważa się: wprowadzenie danych za pośrednictwem formularza internetowego oraz dokonanie opłaty startowej w terminie do 7 dni od daty rejestracji. W dniu biegu w biurze zawodów konieczne będzie wypełnienie oraz własnoręczne podpisanie druku zgłoszenia oraz oświadczenia przez każdego uczestnika biegu.
27. W ramach opłaty startowej Organizatorzy zapewniają: numer startowy, elektroniczny pomiar czasu, napoje na trasie lub mecie, posiłek regeneracyjny po biegu, zabezpieczenie medyczne, pamiątkowy medal po ukończeniu biegu oraz dobrą zabawę.
28. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do przeprowadzenia z każdym   
    z uczestników wywiadu, robienia mu zdjęć, filmowania na potrzeby promocyjne oraz wykorzystania ww. materiałów do celów promocyjnych w Internecie, prasie lub   
    w transmisjach telewizyjno-radiowych oraz na inne potrzeby związane z realizacją swoich zadań statutowych.
29. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników biegu. Mogą one być wykorzystane przez Organizatorów poprzez umieszczenie na nośnikach typu CD-rom, DVD, w katalogach oraz w mediach, na stronach internetowych, w gazetach i na wystawach, jak również na potrzeby promocyjne, związane z działalnością prowadzoną przez Organizatorów. Uczestnicy wyrażają zgodę na użycie i publikację ich wizerunków przez Organizatorów (filmy, galerie zdjęć)
30. Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679   
    z dnia 27 kwietnia 2016 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), dalej RODO, informujemy, iż:
    * Administratorem danych osobowych uczestników biegu jest Urząd Gminy Herby   
      z siedzibą w Herbach (42-284 Herby), ul. Lubliniecka 33.
    * Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych – Cezary Nowicki, email: inspektor@odocn.pl,
    * Dane osobowe uczestników biegu przetwarzane będą na podstawie   
      art. 6 ust. 1 lit. a RODO, w celach organizacji i przeprowadzenia biegu, wyłonienia zwycięzcy, przyznania, wydania, odbioru i rozliczenia nagrody oraz innych czynności związanych z organizacją biegu i nie będą udostępniane innym podmiotom. Przetwarzanie danych uczestników, w związku z udziałem w biegu, obejmuje także publikację imienia i nazwiska, roku urodzenia, klubu uczestnika wraz z nazwą miejscowości, w której uczestnik zamieszkuje.
    * Dane osobowe uczestników biegu będą przetwarzane przez Administratora danych przez okres do ustania celu przetwarzania danych oraz do momentu odwołania zgody.
    * Uczestnikom biegu przysługuje prawo żądania dostępu do danych osobowych ich dotyczących, prawo do ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania oraz prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, a także prawo do przenoszenia danych (jeżeli przetwarzania odbywa się w sposób zautomatyzowany).
    * Uczestnikom biegu przysługuje prawo do cofnięcia wyrażonej zgody   
      w dowolnym momencie. Powyższe nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie wyrażonej zgody przed jej cofnięciem.
    * Dodatkowo uczestnikom biegu przysługuje prawo do złożenia skargi do organu nadzorczego. Obecnie jest to Generalny Inspektor Ochrony Danych Osobowych,   
      ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa / Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
    * Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, ale niezbędne do realizacji wskazanych wyżej celów. Niepodanie danych lub brak zgody na ich przetwarzanie, uniemożliwia udział w biegu.
31. **Klasyfikacja i nagrody**

Prowadzone będą następujące klasyfikacje:

1. Klasyfikacje w „Biegu Głównym”:

* kategoria „Open” (osobno kobiet i mężczyzn)
* kategoria „Mistrzowie Gminy Herby” (osobno kobiet i mężczyzn)
* kategoria „Najszybszy Strażak Gminy Herby”
* kategoria „Najszybsza Drużyna”

1. Klasyfikacje w „Nordic Walking”:

* kategoria „Open” (osobno kobiet i mężczyzn)

1. Dodatkowe wyróżnienie dla „Najstarszego Uczestnika” i „Najstarszej Uczestniczki” całych zawodów.

\* Nagrodami we wszystkich kategoriach będą puchary (za miejsca od 1 do 3).

\*\* „Najszybsza drużyna” - suma czasów 4 osobowej drużyny w tym przynajmniej jedna kobieta. Warunkiem wzięcia udziału jest wpisanie takiej samej nazwy klubu lub drużyny.

\*\*\* Warunkiem otrzymania nagród jest ukończenie biegu, oraz osobiste stawienie się na ceremonii wręczenia nagród.

1. **Imprezy towarzyszące – Zawody Biegowe dla Dzieci**

O godzinie 10:15 przed „Biegiem Głównym” oraz „Nordic Walking” zostaną rozegrane **Zawody Biegowe dla Dzieci i Młodzieży**. Udział w biegach dla dzieci jest płatny (opłata wynosi symboliczne 5zł), konieczne jest również dokonanie rejestracji dziecka przez prawnego opiekuna. Zapisy na bieg dla dzieci dostępne są na stronie <http://www.zmierzymyczas.pl/zapisy.html> Regulamin biegu dla dzieci – **Załącznik nr 1** (dołączony do niniejszego Regulaminu).

1. **Postanowienia końcowe**
2. Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie biegu (ratownik/karetka),
3. Pisemne protesty można zgłaszać Organizatorowi do godziny 14:00. Protesty rozstrzygają Koordynatorzy – decyzje Koordynatorów są nieodwołalne. Protesty będą rozpatrywane   
   w terminie 2 dni,
4. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe przymocowane do koszulek sportowych na piersiach. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego w części lub w całości,
5. Uczestnicy mają obowiązek stosowania się do poleceń służb porządkowych oraz osób zabezpieczających trasę biegu,
6. Bieg odbędzie się bez względu na warunki pogodowe,
7. Organizator nie bierze odpowiedzialności za bezpieczeństwo osób nieposiadających numerów startowych,
8. Organizator nie bierze odpowiedzialności za stan zdrowia osób startujących. Uczestnicy biegu startują na własną odpowiedzialność,
9. Organizator nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku   
   z obecnością i/lub uczestnictwem w Biegu. Uczestnicy zobowiązani są do ubezpieczenia się we własnym zakresie,
10. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w Biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Dodatkowo, mogą wystąpić inne czynniki ryzyka, niemożliwe do przewidzenia w tym momencie. Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego Formularza Rejestracyjnego oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres   
    i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w Biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność. Uczestnik oświadcza, że nie będzie działał na szkodę Organizatora
11. Organizator nie ponosi wobec Uczestnika jakiejkolwiek odpowiedzialności związanej   
    z nieodebraniem przez Uczestnika Pakietu Startowego
12. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i para medycznemu wezwanemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce. Uczestnik wyraża zgodę na powyższe działania. Uczestnik jest odpowiedzialny za wszelkie koszty medyczne lub koszty transportu poniesione przez Organizatora, jego współpracowników, personel medyczny i para medyczny obsługujący Bieg, a wynikłe z powodu choroby, wypadku lub doznanych obrażeń ciała, poniesionych w związku z obecnością lub udziałem Uczestnika w Biegu
13. Ze względów bezpieczeństwa w Biegu zabroniony jest udział osób poruszających się na rowerach, wrotkach, rolkach, desko rolkach itp. oraz biegających z wózkami dziecięcymi,   
    a także ze zwierzętami. Zabrania się wnoszenia na trasę biegu przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych Uczestników. Zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji oraz napojów alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju. Uczestnikom zabrania się zażywania i posiadania wyżej wymienionych środków i substancji, zarówno przed, jak i w trakcie Biegu. Organizator zastrzega sobie prawo do odmowy dopuszczania do udziału w Biegu osób, u których zostanie stwierdzone spożycie lub posiadanie wyżej wymienionych środków. Organizator zastrzega sobie prawo do zdyskwalifikowania Uczestnika, co do którego stwierdzone zostanie, że nie posiada prawa do uczestnictwa   
    w Biegu. Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w Biegu, w szczególności zasad fair play.
14. Organizator zastrzega sobie prawo do odrzucenia każdego Formularza Rejestracyjnego, co do którego istnieje podejrzenie, że został wypełniony niezgodnie z prawdą oraz do zdyskwalifikowania każdego Uczestnika, wobec którego istnieje uzasadnione przekonanie, że naruszył warunki Regulaminu,
15. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian oraz ostatecznej interpretacji Regulaminu,
16. W sprawach nieuregulowanych w niniejszym Regulaminie ostateczna decyzja należy do Organizatora.

**Organizatorzy**

**ZAŁĄCZNIK NR: 1 do REGULAMINU I BEIGU GMINNEGO**

1. **Informacje ogólne – biegu dla „Dzieci i Młodzieży”**
2. Biegi rozpoczną się ok. godziny 10:15 (5 października 2019r.) w Chwostku na ul. Karola Miarki (obok polany Towarzystwa Łowieckiego „Sokół”)
3. Trasy nie posiadają atestu PZLA, a ich długość uzależniona jest od kategorii wiekowej.
4. Limit miejsc na biegi „Dzieci i Młodzieży” wynosi 60. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany limitu zawodników.
5. Aktualności o biegu należy szukać na:  
   <https://www.facebook.com/DychaLasamiNadGornaLiswarta/>
6. **Dystans i klasyfikacja**
7. Biegi dla „Dzieci i Młodzieży” będą rozgrywane w trzech kategoriach wiekowych:
   * wiek do 6 lat (roczniki 2013 i młodsi) na dystansie około 100m
   * wiek 7 do 10 lat (roczniki 2009 do 2012) na dystansie około 400m
   * wiek 11 do 15 lat (roczniki 2004 do 2008) na dystansie około 800m
8. Każdy uczestnik biegu spełniający warunki uczestnictwa i kończący bieg otrzyma medal okolicznościowy, napój oraz słodką niespodziankę, a zwycięzcy statuetki.
9. Dekoracje zwycięzców następować będą bezpośrednio po zakończeniu biegów   
   w poszczególnych kategoriach wiekowych
10. Warunkiem otrzymania nagród jest ukończenie biegu, oraz osobiste stawienie się na ceremonii wręczenia nagród
11. **Warunki uczestnictwa i opłata**
12. Udział w biegu „Dzieci i Młodzieży” jest płatny, **opłata wynosi 5zł**
13. Rodzice lub opiekunowie prawni uczestników biegu zobowiązani są dostarczyć do Organizatora Biegu „Oświadczenia Rodzica lub Opiekuna prawnego o zdolności dziecka do udziału w zajęciach rekreacyjno-sportowych” z podpisem rodzica bądź opiekuna prawnego, wyrażającego zgodę na udział w Biegu osoby niepełnoletniej i biorącego za nią odpowiedzialność. Oświadczenie jest do pobrania w dniu zawodów u Organizatora w biurze zawodów. Bez przekazania poprawnie wypełnionego Oświadczenia nie będzie możliwy udział dziecka lub podopiecznego w biegu.
14. Wymagana jest obecność rodzica bądź opiekuna prawnego uczestnika biegu w czasie udziału dziecka w tym wydarzeniu
15. Wypełnienie i przekazanie Organizatorowi Biegu Formularza Rejestracyjnego jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
16. Organizator zastrzega sobie prawo do odrzucenia każdego Formularza Rejestracyjnego, co do którego istnieje podejrzenie, że został wypełniony niezgodnie z prawdą oraz do zdyskwalifikowania każdego Uczestnika, wobec, którego istnieje uzasadnione przekonanie, że naruszył warunki Regulaminu.
17. **Zgłoszenie do biegu dzieci i młodzieży**
18. Zgłoszenia do biegu należy dokonać poprzez <http://www.zmierzymyczas.pl/zapisy.html>   
    do 27.09.2019r. i wnieść opłatę startową na konto organizatora. W przypadku nieosiągnięcia limitu uczestników zgłoszenia przyjmowane będą także w Biurze Zawodów od godz. 9:00   
    w dniu zawodów, aż do wyczerpania limitu miejsc.
19. **Opłatę ( 5zł ) należy dokonać przelewem na rachunek Ochotniczej Straży Pożarnej   
    w Lisowie, ul. Budowlanych 2a, numer konta: 88 1600 1462 1819 3109 0000 0001.   
    W tytule przelewu należy wpisać: „Opłata startowa” oraz podać imię i nazwisko zawodnika. Raz uiszczona opłata niepodległa zwrotowi.**
20. Odbiór numerów startowych będzie możliwy w Biurze Zawodów mieszczącym się na terenie Towarzystwa Łowieckiego „Sokół” (Chwostek ul. Karola Miarki) za okazaniu dowodu tożsamości przez rodzica bądź opiekuna prawnego oraz identyfikacji nieletniego uczestnika biegu.
21. Biuro Zawodów będzie czynne 05.10.2019r. od godz. 9:00 (zapisy, weryfikacja i wydawanie numerów startowych)

**W pozostałych kwestiach obowiązuje REGULAMIN I BIEGU GMINNEGO !**

**Organizatorzy**