

## **Regulamin imprezy rekreacyjno – sportowej**

**Impreza objęta Honorowym Patronatem Marszałka Województwa Łódzkiego;**

### **„Biegamy Polesie 2026”**

#### **TERMIN I MIEJSCE**

- 21 czerwiec 2026 roku godz. 14:00
- Polesie, miejsce zbiórki: remiza Ochotniczej Straży Pożarnej w miejscowości Polesie, gmina Łyszkowice

#### **CEL**

- Popularyzacja biegów jako naturalnej formy spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu.
- Promowanie zdrowego stylu życia oraz integracja pokoleń mieszkańców.

#### **ORGANIZATORZY**

- Fundacja Biegamy Polesie z siedzibą w Polesiu

#### **TRASA I DYSTANS**

Bieg Główny na 5km oraz Nordic Walking - niemal w 100% trasa przebiega ścieżkami leśnymi i polnymi. Biegi dla dzieci i nastolatków – 100% trasy po nawierzchni asfaltowej.

#### **Biegi rozegrane zostaną na dystansach:**

- Bieg Bąbla (2023-2021) - 100 metrów (możliwość uczestnictwa wraz z rodzicami)
- Bieg Krasnała (2020-2019) - 200 metrów
- Bieg Urwisa (2018-2016) - 400 metrów
- Bieg Juniora (2015-2013) - 750 metrów

- Bieg Nastolatka (2012-2010) - 1000 metrów
- Nordic Walking - 3000 metrów
- Bieg Główny - 5000 metrów

## **WARUNKI UCZESTNICTWA**

- Każdy uczestnik otrzyma numer startowy, który należy przypiąć do koszulki.
- W momencie weryfikacji-odbioru numeru startowego oraz podczas biegu dziecka i po nim, obecność rodzica lub prawnego opiekuna dziecka jest obowiązkowa.
- Rodzice (lub opiekunowie) biorą pełną odpowiedzialność za dziecko przed, w trakcie i po biegu.
- Dolny limit wieku to ukończone 3 lata w dniu rozgrywania zawodów.
- Rodzice / Opiekunowie składają w dniu zawodów podpisane „Oświadczenie rodzica lub opiekuna prawnego o zdolności dziecka do udziału w zajęciach rekreacyjno – sportowych” (brak przeciwwskazań zdrowotnych) wyrażając tym samym zapoznanie się z Regulaminem biegu i wzięcie pełnej odpowiedzialności za udział dziecka w biegu.
- Wszyscy zawodnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów, co stanowi warunek dopuszczenia zawodnika do udziału w biegu. W czasie weryfikacji w Biurze Zawodów w dniu rozgrywania zawodów od godz. 12.00 do pół godziny przed startem danego biegu wydawane będą pakiety startowe.
- Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręcznie podpisane Zaświadczenie o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w biegu, które będzie dostępne w Biurze Zawodów.
- Każda osoba startująca w biegu, uczestniczy w nim na własną odpowiedzialność.
- Organizator rekomenduje przed startem poddanie się badaniom kontrolnym i zasięgnięcie opinii lekarskiej, co do możliwości udziału w biegu.
- Podczas odbioru numeru startowego zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku.

## LIMIT BIEGACZY

Organizator ustala łączny limit uczestników Biegu Głównego oraz Nordic Walking na 200 osób. Po osiągnięciu limitu zapisy zostaną wstrzymane.

## ZGŁOSZENIA

- Zgłoszenia zdalne przyjmowane będą od 01.04.2026 r. do 14.06.2026r. godz. 24:00 poprzez:
  - stronę: <https://zapisy.inessport.pl/>
- Zgłoszenia zdalne zostaną zawieszane 14.06.2026r. o godz. 24:00. Po tym terminie zgłoszenia będą możliwe wyłącznie w biurze zawodów w dniu imprezy w godzinach 12.00 – 13:30 (jeżeli wcześniej nie zostanie wyczerpany limit miejsc)

## UWAGA!

W Biegu Głównym oraz Nordic Walking obowiązuje łączny limit 200 nadanych numerów startowych. O nadaniu numeru startowego decyduje potwierdzenie dokonania opłaty za udział w zawodach. Zapisy zostaną zawieszane po osiągnięciu limitu.

**Udział we wszystkich biegach dla dzieci i młodzieży urodzonych od 2023 do 2010 roku (bieg Bąbla, Krasnala, Urwisa, Juniora, Nastolatka) jest bezpłatny. Osoby chcące wziąć udział w Biegu Głównym oraz Nordic Walking zobowiązują się do wpłaty darowizny na rzecz Fundacji w wysokości 60 zł**

Darowiznę należy uiścić wyłącznie za pośrednictwem portalu internetowego Przelewy24.

Po dokonaniu zgłoszenia, system przekierowuje na stronę Przelewy24, przez którą należy dokonać darowizny.

Płatności można dokonać również po zalogowaniu w serwisie zapisy.inessport.pl – zakładka moje konto – płatności.

Wpłata darowizny następuje on-line jako finalizacja zgłoszenia uczestnictwa.

Organizator nie ponosi odpowiedzialności za terminy realizacji przelewów bankowych i pocztowych oraz za transakcje niezrealizowane/odrzucone.

Za dzień wpłaty uważa się datę wpływu środków pieniężnych na konto organizatora.

W przypadku niewyczerpania się limitu miejsc przez serwis [zapisy.inessport.pl](https://zapisy.inessport.pl/) – będzie można w dniu imprezy w biurze zawodów również dokonać zgłoszenia wraz z wpłatą darowizny na rzecz Fundacji.

## POMIAR CZASU W BIEGU GŁÓWNYM I NORDIC WALKING

Pomiar czasu odbędzie się za pomocą chipów w numerach startowych.

Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane w pozycji poziomej z przodu do odzieży wierzchniej. Zasłanianie numeru startowego w części lub

w całości bądź jego modyfikacja, zmiana pozycji mocowania, jest zabroniona i wiąże się z możliwością dyskwalifikacji zawodnika.

Nieuwzględnienie zawodnika w wynikach imprezy wynikające z błędnie przytwierdzonego numeru z chipem nie stanowi podstawy do protestu.

W przypadku umieszczenia numeru startowego w innym miejscu, bądź jego zasłonięcia, jakiegokolwiek uwagi do wyników będą odrzucane.

Brak numeru z chipem będzie równoznaczny z dyskwalifikacją zawodnika.

Do klasyfikacji generalnej liczy się czas brutto.

Każdy zawodnik otrzyma po zakończonym biegu smsa z wynikiem.

## **PROGRAM BIEGÓW**

14:00 Bieg Bąbla na 100 m roczniki 2023 - 2021

14:30 Bieg Krasnala na 200 m roczniki 2020 - 2019

14:50 Nordic Walking na 3 km

15:00 Bieg Urwisa na 400 m roczniki 2018 – 2016

15:50 Bieg Juniora na 750 m roczniki 2015 – 2013

16:20 Bieg Nastolatka na 1 km roczniki 2012 – 2010

17:15 Bieg Główny na 5 km powyżej 16 roku życia

Dekoracja odbędzie się po zakończeniu każdego z biegów.

## **KLASYFIKACJE I NAGRODY**

**W biegu Głównym, Nordic Walking, Bieg Juniora, Bieg Nastolatka – trzy pierwsze miejsca dla kobiet i mężczyzn będą nagrodzone statuetką i upominkiem.**

**W Biegu Krasnala, Biegu Urwisa – trzy pierwsze miejsca dla dziewczynek i chłopców będą nagrodzone dyplomem oraz upominkiem.**

**W Biegu Bąbla nie będzie klasyfikacji. Każde dziecko otrzyma medal i upominek.**

**Każdy uczestnik zawodów zapisany do 14.06.2026 r. nagrodzony zostanie pamiątkowym medalem.**

**Biegi dla dzieci są bezpłatne.**

## **BIURO ZAWODÓW**

Biuro zawodów mieści się w budynku OSP Polesie

Biuro zawodów będzie mieściło się w pobliżu miejsca mety zawodów i oznaczone będzie specjalnymi znakami.

Biuro zawodów będzie czynne w niedzielę 21.06.2026 roku od godziny 12:00.

W Biurze zawodów będzie można pozostawić oznakowany depozyt

## **POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

- Impreza „Biegamy Polesie 2026” odbędzie się bez względu na pogodę,
- W trosce o bezpieczeństwo mieszkańców Polesia oraz uczestników biegów, organizatorzy przypominają o konieczności zachowania szczególnej ostrożności w dniu biegu oraz poruszaniu się zgodnie z przepisami
- Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Uczestnik rejestrując się do biegu/marszu przyjmuje do wiadomości, że udział w imprezie 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.
- Dane osobowe uczestników imprezy będą wykorzystywane zgodnie z warunkami określonymi w ustawie z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2019 r. poz. 1781 z póź. zm.) Administratorem danych osobowych jest Organizator.
- Przetwarzanie danych, o których mowa, w związku z udziałem w biegach/marszu obejmuje także publikację imienia i nazwiska uczestnika, płci wraz z rokiem urodzenia i z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje - w każdy sposób, w jaki publikowany lub rozpowszechniany będzie projekt w tym m.in. na liście startowej i w wynikach imprezy.
- Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania.
- Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w imprezie.
- Organizator, zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystania danych osobowych, oraz zdjęć w celu opublikowania lub przedstawienia imion, nazwisk dzieci na stronach internetowych organizatora
- Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w imprezie, w szczególności zasad fair play.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na starcie, trasie i mecie biegów.

- Organizator nie zapewnia Uczestnikom zawodów grupowego ubezpieczenia NNW.
- Organizator zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie do 3 dni przed imprezą.
- Za rzeczy pozostawione lub zagubione organizator nie ponosi odpowiedzialności.
- Opiekun prawny dziecka oświadcza, że wiadomym jest dla niego iż organizator, współorganizatorzy i osoby z nimi współpracujące, a także osoby związane z przeprowadzeniem i organizacją imprezy nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za szkody osobowe, zdrowotne, rzeczowe i majątkowe które wystąpiły przed, w trakcie i po zawodach.
- Opiekun prawny oświadcza że dziecko startuje na jego własną odpowiedzialność i własne ryzyko.
- Opiekun prawny dziecka oświadcza, że ponosi odpowiedzialność cywilną i prawną za wszystkie wyrządzone przez dziecko szkody innym uczestnikom zawodów i osobom trzecim.
- Opiekun prawny dziecka oświadcza że wyrzeka się prawa do dochodzenia prawnego lub zwrotnego od organizatora i współorganizatorów w razie rozstrojów lub uszkodzeń ciała powstałych w związku z rozgrywanymi zawodami.
- Opiekun prawny dziecka oświadcza iż przyjmuje do wiadomości że należy przestrzegać zarządzeń służb porządkowych i warunków regulaminu.
- Opiekun prawny oświadcza, że stan zdrowia dziecka pozwala mu na w pełni bezpieczne uczestnictwo w zawodach sportowych.
- Opiekun prawny dziecka swoim podpisem złożonym na oświadczeniu zapewnia, że zapoznał się ze wszystkimi warunkami regulaminu imprezy oraz akceptuje je.
- Udział w imprezie zawodnika oznacza akceptację regulaminu.
- Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.
- Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian oraz ostatecznej interpretacji regulaminu, który będzie dostępny w biurze zawodów.

Dane kontaktowe: e mail: [fundacjabiegamypolesie@gmail.com](mailto:fundacjabiegamypolesie@gmail.com)

Serdecznie zapraszamy

*Organizatorzy*