

REGULAMIN BIEGU SZTAFETOWEGO

„Od wieży do wieży” w związku z realizowanym projektem pt.: „Polsko – niemiecka sztafeta od wieży do wieży”.

1. Cel Biegu
 - a. Promocja
 - b. Popularyzacja biegania jako zdrowej i przyjaznej środowisku formy spędzania czasu
 - c. Popularyzacja biegania w sztafetach i biegach ultra (dłuższych niż dystans maratoński)
2. ORGANIZATOR
 - a. Organizatorem biegu jest Urząd Miejski w Żarach pl. Rynek 1-5, 68-200 Żary NIP: 9282077626 zwany dalej „Organizatorem”.
 - b. Realizatorem biegu/wydarzenia jest Marcin Hakman prowadzący jednoosobową działalność zarejestrowaną w Żarach ul. Okrzei 22, NIP: 9281343741 zwany w dalej „Realizatorem”.
 - c. Dane teleadresowe Realizatora, telefon 601773454, email: hakman@post.pl.
3. TRASA, TERMIN i MIEJSCE
 - a. Zawody odbędą się w dniu 08 grudnia 2024 r
 - b. Dla wszystkich kategorii tzn. na dystansie biegu indywidualnego, sztafety dwuosobowej oraz sztafety czterosobowej start będzie spod wieży widokowej w Felixsee w miejscowości Bohsdorf ulica Felixsee o godzinie 07:30 a meta biegu w Żarach na terenie kąpieliska miejskiego przy ulicy Źródlanej 9 teren kąpieliska miejskiego).
 - c. Trasa biegu to około 60 km dla wszystkich kategorii tzn. bieg indywidualny, sztafeta dwuosobowa i sztafeta czterosobowa.
 - d. Trasa będzie prowadzić także drogami publicznymi o nawierzchni asfaltowej, chodnikami, ścieżkami rowerowymi, ścieżkami leśnymi.
 - e. Trasa będzie oznaczona strzałkami w nieoczywistych miejscach, na skrętach oraz także będą ślady na drodze malowane farbą w kolorze żółtym.
 - f. Miejsca niebezpieczne np. przebiegnięcie przez drogę publiczną, skrzyżowanie dróg na których należy zwrócić szczególną uwagę będą oznaczone czerwoną kartką z czarnym wykrzyknikiem.
 - g. Miejsca zmian sztafet będą oznaczone jako miejsce zmiany.
 - h. Punkty odżywcze (3) będą znajdować się na miejscach zmian sztafet tj. ok. 15km, ok 30 km i ok. 45 km. W punktach odżywczych do dyspozycji zawodników będzie woda, czekolada, ciepły napój, banany.
 - i. Ślad trasy będzie dostępny i będzie wysłany mailem do zainteresowanych.
 - j. Mapa biegu dostępna będzie na stronie FB zawodów.
 - k. Ustala się limit zawodów do 100 uczestników.
4. KLASYFIKACJE I NAGRODY
 - a. Uczestnicy mogą startować w zawodach w trzech kategoriach biegowych
 - i. Bieg indywidualny na dystansie ok. 60 km tj. jedna osoba biegnąca cały dystans zawodów,

- ii. Sztafeta dwuosobowa – dwie osoby, które mają do pokonania dwa odcinki po ok. 30 km – zmiany sztafety dokonuje się w wyznaczonych przez organizatora miejscach
 - iii. Sztafeta czterosobowa – cztery osoby pokonujące cztery odcinki trasy po około 15 km – zmiany sztafety dokonuje się w wyznaczonych przez organizatora miejscach
 - iv. Członkowie sztafet sami ustalają kolejność uczestników w której wystąpią podczas biegu oraz sami przemieszczają się między punktami zmian.
 - b. Organizator nie zapewnia transportu pomiędzy zmianami.
 - c. Organizator zapewnia transport z Żar na miejsce startu dla wszystkich uczestników biegu.
 - d. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą zawody w limicie czasowy otrzymają na mecie pamiątkowy medal.
 - e. W ramach biegu i marszu będą prowadzone następujące klasyfikacje:
 - i. Bieg indywidualny **Klasyfikacja Generalna** – miejsca I - III kobiet i mężczyzn
 - ii. Sztafeta dwuosobowa **Klasyfikacja Generalna** – miejsca I-III
 - iii. Sztafeta czterosobowa **Klasyfikacja Generalna** – miejsca I-III
 - f. Zawodnicy z miejsc I-III otrzymają pamiątkowe puchary oraz okolicznościowe nagrody ufundowane przez sponsorów i organizatora biegu.
- 5. POMIAR I LIMITY CZASU
 - a. Nie będzie prowadzony indywidualny pomiar czasu
 - b. Podczas biegu wszyscy uczestnicy powinni mieć przyczepiony numer startowy w widocznym miejscu.
 - c. Na trasie w punktach zmian znajdować się będą sędziowie lotni którzy będą sprawdzać poprawność przeprowadzenia zmian.
 - d. Wszystkich zawodników obowiązuje ten sam limit biegowy wynoszący 8 godzin.
 - e. Osoby znajdujące się na trasie po limicie czasowym, zobowiązane są do przerwania uczestnictwa w zawodach, zejścia z trasy i poinformowania o fakcie organizatora.
- 6. PAKIETY STARTOWE
 - a. Każdy uczestnik Biegu otrzymuje pakiet startowy, zawierający m. in. : numer startowy, agrafki, sportową koszulkę okolicznościową, napój izotoniczny 2 x 0,75 ml , 2 x batony, 2 x 0,5 l wodę, 2 x żel energetyczny.
 - b. Wszyscy uczestnicy otrzymają na mecie pamiątkowe medale.
 - c. Po zakończeniu biegu zawodnicy otrzymają ciepły posiłek regeneracyjny.
 - d. Każdy uczestnik może skorzystać z szatni, natrysku i depozytu.
 - e. Podczas Imprezy organizator zapewnia opiekę medyczną.
 - f. Odbiór pakietów startowych odbędzie się w dniu 07 listopada 2024 r. w Sali miejskiej ratusza w Żarach od godziny 12:00 do 14:00 lub w dniu zawodów przed startem. Godzina i miejsce będzie podane w osobnym komunikacie.
 - g. Pakiety startowe dla całej Drużyny odbierają w Biurze Zawodów Kapitanowie Drużyn lub osoby upoważnione przez nich na piśmie.
 - h. Osoba odbierająca pakiety startowe sztafety musi posiadać dowód osobisty lub paszport
- 7. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE
 - a. Pojemnik(i) na wodę min. 750ml dla biegaczy solo / 500ml dla innych
 - b. Własny kubek na napoje/herbatę na punktach odżywczych (może to być też bidon z szerokim wlewem)

- c. Mapa trasy dostarczona przez organizatora
- d. Zegarek z wgraną trasą biegu.
- e. Naładowany telefon komórkowy z wpisanymi numerami do organizatora i ratunkowym (z mapki)/powerbank
- f. Odbiornik GPS z możliwością odczytu aktualnej pozycji (np. może to być telefon z aplikacją GPS lub zegarek biegowy z GPS) w celu podania swojej aktualnej pozycji dla ekipy ratunkowej
- g. Ubranie dostosowane do panujących warunków atmosferycznych (raczej zimowych)
- h. Buty biegowe do biegania najlepiej terenowe
- i. **Kamizelka odblaskowa (może być samochodowa): uczestnicy muszą założyć kamizelkę odblaskową od godziny 15:00 do końca biegu.**
- j. Czołówka/latarka z naładowanymi bateriami
- k. Dokument tożsamości
- l. Folia NRC
- m. Numer startowy przymocowany w widocznym miejscu

Wyposażenie obowiązkowe będzie sprawdzane przy weryfikacji w biurze zawodów. Może być także sprawdzone na starcie, podczas biegu i na mecie. Brak jakiegokolwiek rzeczy z listy (oprócz gotówki po starcie) może skutkować karą czasową lub dyskwalifikacją.

8. UCZESTNICTWO

- a. Udział w biegu następuje na własną odpowiedzialność, z pełną świadomością niebezpieczeństw i ryzyka wynikających z charakteru imprezy, które mogą polegać między innymi na utracie zdrowia lub życia oraz świadomości braku przeciwwskazań do udziału w Imprezie.
- b. Organizator zastrzega sobie prawo do zdyskwalifikowania Uczestnika, co do którego stwierdzone zostanie, że nie posiada prawa do uczestnictwa w Biegu.
- c. Uczestnik zobowiązuje się przestrzegać wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w Imprezie, w szczególności zasad fair play.
- d. Uczestnik ma obowiązek podporządkować się wskazówkom wydawanym przez Organizatora, sędziów, służby porządkowe, służby medyczne oraz Policję, Straż Miejską, Straż graniczną i innych służb zabezpieczających trasę biegu.
- e. Podczas Startu Głównego uczestnicy zobowiązani są do posiadania widocznego numeru startowego umieszczonego na przodzie koszulki lub na pasku z przodu.
- f. Zawodnicy poruszający się poza oznaczoną trasę będą zdyskwalifikowani.
- g. Dane uczestnika Biegu/Marszu mogą być wykorzystane przez organizatora zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych i innymi przepisami dotyczącymi ochrony danych osobowych (w szczególności 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) w celach :
 - organizacji, w tym rejestracji, prawidłowego przebiegu Biegu oraz dekoracji (na okres od rozpoczęcia rejestracji uczestników do Biegu do zakończenia Imprezy);
 - promocji Imprezy, w tym publikowania wyników i zdjęć z Biegu;
 - informacyjnych i archiwalnych, w tym w celu prezentacji wyników biegu szeroko rozumianej opinii publicznej;
 - ustalenia, ochrony, zabezpieczenia lub dochodzenia przez Organizatora i innych Uczestników roszczeń, ochrony osób i mienia przed ewentualnymi roszczeniami związanymi (na okres przedawnienia ewentualnych roszczeń)

9. POSTANOWIENIE KOŃCOWE

- a. Wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.
- b. Bieg ubezpiecza Organizator. Organizator nie zapewnia jednak 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. Uczestnikom doradza się, jeżeli uznają to za konieczne, by zakupili stosowne ubezpieczenie.
- c. 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.
- d. Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego Formularza Rejestracyjnego oraz dokonanie Opłaty Rejestracyjnej oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Zawodach i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w Biegu/Marszu wyłącznie na własną odpowiedzialność.
- e. Uczestnik oświadcza, że nie będzie działał na szkodę Organizatora.
- f. Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.
- g. W sprawach spornych lub nieujętych w Regulaminie decyduje sędzia główny w porozumieniu z Organizatorem.
- h. Udział w biegu jest bezpłatny, impreza finansowana jest z projektu pt.: Organizacja sztafety „Od wieży do wieży” w związku z realizowanym projektem pt.: „Polsko – niemiecka sztafeta od wieży do wieży”.