

*Regulamin 2023*

***BIEG BATALIONU BARBARA***

**PALEŚNICA**

**8.10.2023**

## 1. CEL IMPREZY

- popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy sportu i rekreacji ruchowej zarówno wśród dzieci jak i dorosłych,
- propagowanie aktywnego i zdrowego stylu życia

## 2. PATRONAT HONOROWY

Burmistrz Gminy Zakliczyn – **Dawid Chrobak**

## 3. ORGANIZATOR

- Parafialny Klub Sportowy "Jedność" w Paleśnicy
- Stowarzyszenie Kępa Sport

### Partnerzy:

- Lasy Państwowe

## 4. TERMIN I MIEJSCE:

- **8 października 2023 (niedziela)**
- Miejscowość: Stadion Sportowy - PKS "Jedność" w Paleśnicy, 32-842 Paleśnica, Gmina Zakliczyn

### Program:

- Biuro zawodów – **od 9:00 – 11:30**
- Bieg Dzieci – **od 11:00**
- Start Biegu – ok. 16 km: **12:00**
- Nordic Walking – 6.5 km : **12:05**

## 5. DYSTANSE

- **Marsz Nordic Walking - ok. 6.5 km**

Limit czasowy: 80 minut

100% ścieżki leśne utwardzone, trasa górzysta

- **Bieg Batalionu Barbara – ok. 16 km**

- **Dystans: ok. 16 km** (80% ścieżki leśne, 20% drogi utwardzone/asfalt)

- Limit czasowy: 150 minut

- Trasa oznakowana co 1 km - dokładna trasa dostępna na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl))

- Trasa górzysta - leśna - ok. 500 m przewyższenia w pionie

- Pomiar czasu: elektroniczny

## 6. KLASYFIKACJE

### A. Bieg Batalionu Barbara – dystans ok. 16 km

#### Klasyfikacja OPEN - Kobiet / Mężczyzn (1 – 3 miejsca)

#### Klasyfikacje Wiekowe

Mężczyźni	Kobiety
M-1 16 – 29 lat	K-1 16 – 29 lat
M-2 30 – 39 lat	K-2 30 – 39 lat
M-3 40 – 49 lat	K-3 40 – 49 lat
M-4 50 i więcej	K-4 50 i więcej

#### Kategoria Służb Mundurowych Kobiet / Mężczyzn (1 – 3 miejsca)

### B. Marsz - Nordic Walking - dystans 6.5 km

#### Klasyfikacje Wiekowe - Kobiet / Mężczyzn

Mężczyźni	Kobiety
M-1 16 – 29 lat	K-1 16 – 29 lat
M-2 30 – 39 lat	K-2 30 – 39 lat
M-3 40 – 49 lat	K-3 40 – 49 lat
M-4 50 i więcej	K-4 50 i więcej

### C. Biegi Dzieci i Młodzieży

M-1 Przedszkolaki	K-1 Przedszkolaki
M-2 I - III klasa podstawowa	K-2 I - III klasa podstawowa
M-3 IV - VI klasa podst.	K-3 IV - VI klasa podst.
M-4 VII-VIII klasa podst.	K-4 VII-VIII klasa podst.

- dystans 100 m. dla przedszkolaków
- dystans 250 m. dla uczniów I - III klasa podst.
- dystans 500 m. dla uczniów IV - VI klasa podst.
- dystans 1000m dla uczniów VII-VIII klasa podst.

## 7. WARUNKI UCZESTNICTWA w BIEGU i Marszu NW

A. Impreza ma charakter otwarty.

B. Prawo uczestnictwa w biegu głównym mają osoby pełnoletnie, oraz osoby w wieku od 16 lat (ur. 2007r.), jeśli mają pisemną zgodę rodziców.

C. **Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu, które będzie dostępne w biurze zawodów i na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) /Dz.Ustaw nr 101, poz 1095/ lub przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.**

## D. PAKIET STARTOWY (Bieg i Marsz )

W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu głównego otrzymuje pakiet startowy, na który składają się:

- numer startowy
- elektroniczny pomiar czasu
- artykuły pozyskane od sponsorów
- **pamiątkowa koszulka techniczna**
- wodę na trasie i mecie zawodów
- materiały informacyjne i reklamowe
- pamiątkowy odlewany medal na mecie
- posiłek na mecie

W miarę możliwości sponsorskich, organizator przewiduje rozszerzenie pakietu startowego.

E. Podczas biegu uczestnicy muszą posiadać numery startowe przekazane przez organizatora, przypięte z przodu do koszulki startowej. Zastąpienie numeru startowego w części lub w całości jest niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji. Uczestnicy biegu otrzymują CHIPY Startowe , które należy zwrócić na mecie biegu. **Nie zwrócenie chipu startowego, oznacza dla uczestnika poniesienie kary pieniężnej w kwocie 100 zł**

F. Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.

G. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.

## 8. Marsz Nordic Walking - (Zasady)

**Opis techniki nordic walking (NW):** jest to przemieszczanie się ruchem naprzemiennym, marsz z jednoczesnym odpychaniem się kijami, przy zachowaniu stałego kontaktu przynajmniej jednej stopy z podłożem. Podczas wykonywania prawidłowego marszu Nordic Walking ma miejsce moment, gdy zawsze jedna noga (stopa) dotyka podłoża. W marszu NW brak fazy lotu — zawsze ma miejsce faza jednołożnego podparcia. Dodatkowo należy zachować naprzemianstronne odpychanie się kijami następuje w rytm marszu.

• **Zakazane jest:** nadmierne pochylanie ciała w przód, wbijanie kijów pod kątem prostym, brak wbicia i odepchnięcia kijkiem, obniżanie środka ciężkości (uginanie kolan), używanie techniki chodu sportowego oraz podbiegania.

• **Ostrzeżenia i dyskwalifikacje:** Zawodnik jest informowany, gdy sposób jego poruszania się nie spełnia warunków dotyczących techniki marszu NW, a ich łamanie karane będzie ostrzeżeniami przez sędziów na trasie przez sygnalizowanie żółtą kartką. Pierwsze ostrzeżenie bez konsekwencji (kary czasowej), Drugie i każde następne ostrzeżenie skutkuje karą czasową (jedno ostrzeżenie = 1 minuta dodana do czasu końcowego zawodnika popełniającego błąd). Jeżeli zawodnik drastycznie łamie zasady techniki NW (np.: biega, podbiega) podlega natychmiastowej dyskwalifikacji: czerwona kartka.

• **Wyniki na mecie:** są wynikami wstępnymi i nieoficjalnymi. Za wyniki oficjalne w komunikacie końcowym uważa się wyniki zweryfikowane po uwzględnieniu ewentualnych kar.

## 9. ZGŁOSZENIA

- Biuro zawodów /odbioru pakietów mieści się w miejscu STARTU /METY – Stadion Sportowy - PKS "Jedność" w Paleśnicy, 32-842 Paleśnica , Gmina Zakliczyn
- Zgłoszenia do biegu głównego dostępne są przez Internet na stronie: [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl)

### I. Bieg główny i Nordic Walking

Za zgłoszenie uważa się dostarczenie wypełnionego formularza na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) lub formularza pisemnego i wpłacenie opłaty startowej:

- w wysokości **69 zł** przelew – pierwsze 50 osób lub do 30 czerwca 2023
- w wysokości **79 zł** przelew - do 31 sierpnia 2023
- w wysokości **89 zł** przelew - do 4 października 2023
- w wysokości **100 zł** w biurze zawodów - 8 października 2023

**Wpłaty za pośrednictwem przelewów On-Line na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) (na liście startowej)**

- Podczas odbioru pakietu zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku
- Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi, nie ma również możliwości przeniesienia jej na inną osobę.
- OBOWIĄZUJE LIMIT ZGŁOSZEŃ - 300 uczestników opłaconych (Bieg i Marsz)**  
- po osiągnięciu limitu - formularz zgłoszeń zostanie zablokowany - nie będzie możliwości zapisów w biurze zawodów.

Organizator gwarantuje wszystkim uczestnikom na mecie medale.

### III. Biegi dla dzieci i młodzieży

- **Udział w biegach dla dzieci i młodzieży - jest DARMOWY.**
- W biegach dzieci i młodzieży obowiązuje **limit 200 zgłoszeń.**

## 10. NAGRODY

### 1. Bieg Batalionu Barbara – ok.16 km

- Kategoria OPEN K / M
  - 1 msc. Nagroda Rzeczowa + Statuetka
  - 2 msc. Nagroda Rzeczowa + Statuetka
  - 3 msc. Nagroda Rzeczowa + Statuetka
- Kategorie wiekowe K / M
  - 1 msc. Nagroda Rzeczowa + Statuetka
  - 2 msc. Nagroda Rzeczowa
  - 3 msc. Nagroda Rzeczowa
- Kategoria Służby Mundurowe K / M
  - 1 msc. Nagroda Rzeczowa + Statuetka
  - 2 msc. Nagroda Rzeczowa
  - 3 msc. Nagroda Rzeczowa

Ilość nagród może się zwiększyć – w przypadku pozyskać dodatkowych sponsorów.

## 2. Pogórzeński Marsz Niepodległości - Nordic Walking 6.5 km

W ramach Nordic Walking – zostanie wykonany elektroniczny pomiar czasu, w celu przeprowadzenia klasyfikacji wiekowej.

### Kategorie wiekowe K / M

- i. 1 msc. Nagroda Rzeczowa + Statuetka
- ii. 2 msc. Nagroda Rzeczowa
- iii. 3 msc. Nagroda Rzeczowa

## 3. Biegi dla dzieci i młodzieży

Nagrody w kategoriach wiekowych dla chłopców i dziewcząt

Kategoria OPEN K / M

- i. 1 msc. Nagroda Rzeczowa
- ii. 2 msc. Nagroda Rzeczowa
- iii. 3 msc. Nagroda Rzeczowa

## 11. WYMOGI I ZALECENIA SANITARNE

Wymogi i zalecenia sanitarne wg. Rozporządzenie Rady Ministrów .

Organizator wydarzenia sportowego:

- a) weryfikuje liczbę osób uczestniczących w wydarzeniu sportowym,
- b) dezynfekuje szatnie i węzły sanitarne,
- c) zapewnia osobom uczestniczącym w wydarzeniu sportowym środki do dezynfekcji rąk i sprzętu sportowego,
- d) dezynfekuje urządzenia i sprzęt sportowy po każdym użyciu i każdej grupie korzystających,
- e) zapewnia 15-minutowe odstępy między wchodzącymi i wychodzącymi uczestnikami wydarzeń sportowych

**Osoby uczestniczące w wydarzeniu sportowym oraz korzystające z obiektu sportowego lub sprzętu sportowego są obowiązane do dezynfekcji rąk, wchodząc i opuszczając obiekt, wydarzenie sportowe.**

## 12. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

- Administratorem danych osobowych jest Organizator
- Podanie danych osobowych przez Uczestnika oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne
- Dane osobowe przetwarzane są przez Organizatora zgodnie z przepisami powszechnie obowiązującego prawa w celu prowadzenia usług rejestracji do zawodów, zarządzania zgłoszeniami i wynikami zawodów oraz prawidłowego przeprowadzenia zawodów (podstawa prawna: Art 6 pkt 1 lit. B RODO).
- Dane przetwarzane są od momentu rejestracji do momentu wycofania przez zgody Uczestnika. (tj. publikacja na listach startowych, wynikach, klasyfikacjach: imiona, nazwiska, roku urodzenia, miejscowości, nazwy zespołu )
- Uczestnik ma prawo dostępu do danych, sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, prawo sprzeciwu, prawo do przeniesienia danych.
- Wycofanie zgody przez uczestnika lub ograniczenie przetwarzania danych osobowych skutkuje usunięciem z list startowych, z wyników oraz uniemożliwia udział w biegu.

### 13. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Służby zabezpieczające to: Ochotnicza Straż Pożarna z Gminy Zakliczyn, organizacja łączności na biegu – kontakt Jarosław Makowiec – tel. 604 392 461  
Leszek Kępiński 665 611 079 – [kontakt@kepasport.pl](mailto:kontakt@kepasport.pl)

- Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne,
- Wszyscy uczestnicy biorą udział na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy,
- Dyrektor biegu zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których jest zobowiązany poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie.
- Organizator biegu zapewnia dla uczestników posiłek, napoje po biegu oraz medale.
- Odebranie numeru startowego przez uczestnika biegu głównego jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu.
- Organizator informuje, że numery startowe są przydzielane zawodnikom/-czkom, którzy uiszcili opłatę startową przed dniem zawodów tj. 4.10.2023, pozostałe osoby bez opłaty nie mają zagwarantowanego startu – ilość dodatkowych numerów startowych w dniu zawodów jest ograniczona.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie . Organizator zapewnia pomoc medyczną dla uczestników biegu w postaci ambulansu z dwuosobową obsługą ratownictwa medycznego.
- Organizator zaleca uczestnikom posiadanie aktualnych badań lekarskich stwierdzających zdolność do udziału w biegu długodystansowym.
- Wartość i ilość nagród rzeczowych jest uzależniona od ilości pozyskanych sponsorów
- Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy
- Parking dla samochodów znajdują się w wyznaczonych miejscach przez organizatora
- Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora
- Organizator informuje, że nagrody należy odebrać w dniu zawodów, organizator nie wysyła nagród pocztą.
- Organizator informuje, że NIE ma możliwości przepisania numeru startowego na inną osobę.
- Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników wywiadu, robienia mu zdjęć i filmowania na potrzeby reklamowe, promocyjne, wykorzystania w Internecie lub w transmisjach radiowo-telewizyjnych oraz na inne potrzeby komercyjne.
- Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników biegu. Mogą one być wykorzystane przez Organizatora poprzez umieszczanie na nośnikach elektronicznych, w katalogach oraz mediach, na stronach internetowych, w gazetach i na wystawach, jak również na potrzeby promocyjno-reklamowe związane z działalnością prowadzoną przez Organizatora.
- Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.
- W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga Organizator.

#### Dyrektorzy Biegu

Leszek Kępiński Tel. 665 611 079 <a href="mailto:kontakt@kepasport.pl">kontakt@kepasport.pl</a>	Jarosław Makowiec Te. 604 392 461 <a href="http://www.kepasport.pl">www.kepasport.pl</a>
---	--