

III Bieg ZMARŹŁAKA
7 marca 2020 LASKI - boiska sportowe

REGULAMIN

I CEL IMPREZY

1. Rozwijanie czynnego wypoczynku oraz aktywności ruchowej wśród społeczeństwa.
2. Integracja mieszkańców Gminy Izabelin i Powiatu Warszawskiego Zachodniego poprzez uczestnictwo w zawodach sportowych.
3. Budowanie właściwych postaw i nawyków sportowych wśród dzieci i młodzieży.
4. Promowanie walorów przyrodniczych oraz rekreacyjnych Gminy Izabelin i Kampinoskiego Parku Narodowego.

II ORGANIZATOR I PARTNERZY

1. Organizator: Centrum Kultury Izabelin „Czas na Sport”.
2. Patronat: Gmina Izabelin, Powiat Warszawski Zachodni, Kampinoski Park Narodowy.

III TERMIN I MIEJSCE, PROGRAM, BIURO ZAWODÓW

1. Biegi i marsz nordic walking odbędą się 7 marca 2020 roku w Laskach - boiska sportowe.
2. **Program**
 - 09:00 otwarcie biura zawodów
 - 10:00 - 12:30 kąpiele zimnowodne - „MORSO”
 - 10:20 rozgrzewka dla dzieci „Bieg z przeszkodami”
 - 10:45 rozgrzewka
 - 11:00 start biegu na 10 km**
 - 11:05 start biegu na 5 km**
 - 11:10 marsz nordic walking 5 km**
 - 11:45 rozpoczęcie wydawania gorącego posiłku
 - 12:30 dekoracja zwycięzców
 - 13:00 zakończenie
3. Trasa po szlakach KPN: bieg i marsz nordic walking 5 km oraz bieg 10 km:
 - 10 km:** start i meta przy boiskach sportowych, dalej szlakiem rowerowym, - za Opaleniem, szlakiem żółtym -na północ, -do szlaku rowerowego i dalej na północ, - do szlaku czarnego, - szlakiem czarnym w stronę Dąbrowy Leśnej, - do Kamienia Ułanów Jazłowieckich, - szlakiem żółtym w kierunku Lasek, - Droga Młyńską, - szlakiem niebieskim i ostatni odcinek biegu w kierunku boisk sportowych w Laskach.
 - 5 km:** start i meta przy boiskach sportowych, dalej szlakiem rowerowym w kierunku Opalenia, na skrzyżowaniu szlaku rowerowego ze szlakiem żółtym, - szlakiem żółtym przez Michałówkę do szlaku niebieskiego, - szlakiem niebieskim na zachód do Góry Ojca i ostatni odcinek biegu w kierunku boisk sportowych w Laskach.
4. Bieg z przeszkodami, 600 m, dla dzieci - boisko sportowe.
5. Trasa na 5 i 10 km będzie oznaczona znakiem kierunku biegu oraz co kilometr będzie oznaczenie pokonanego dystansu.
6. Trasa nie jest atestowana.
7. **Biuro zawodów:** Centrum Kultury Izabelin „Czas na Sport”, ul. Matejki 21, CKI pokój nr 126, środa 13:00 - 17:00; czwartek 09:00 - 12:00, tel. 22 752 68 29
w dniu biegu - boiska sportowe w Laskach od 9:00, **odbiór pakietów w dniu biegu**

IV POMIAR CZASU

1. Limit czasu na dystansach: bieg 5 km - 1 godz., nordic walking - 1:30 godz, 10 km - 1:30 godz.
2. Punkt pomiaru czasu rozmieszczony jest w miejscu start-meta.
3. Wyniki zawodów zostaną umieszczone na stronie internetowej: www.cki.izabelin.pl w zakładce „Czas na Sport” oraz na stronie www.zapisyonline.com

V UCZESTNICTWO

1. Prawo startu w biegu:
 - na dystansie 5 km, osoby w wieku od 12 lat (rocznik 2008) i starsze.
 - na dystansie 10 km, osoby w wieku od 15 lat (rocznik 2005) i starsze.
 - bieg z przeszkodami, 600 m, dzieci od 6 do 11 lat (roczniki 2014 - 2009).
2. Uczestnicy zawodów zobowiązani są do wypełnienia internetowego formularza zgłoszenia dostępnego na stronie www.zapisyonline.com
3. Zgłoszenia do biegów dziecięcych poprzez panel zgłoszeniowy na stronie internetowej www.zapisyonline.com oraz w biurze zawodów 7 marca.
4. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do przedstawienia oświadczenia o uczestnictwie podpisanego przez rodzica lub opiekuna prawnego.
5. Dokonując zgłoszenia uczestnik oświadcza, że stan jego zdrowia umożliwia mu udział w biegu. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników biegu. Organizator nie zapewnia uczestnikom jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci lub szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem w imprezie, oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.
6. W celu rejestracji oraz pobrania numeru startowego w dniu zawodów należy okazać ważny dokument tożsamości (zdjęcie i data urodzenia).
7. W czasie biegu zawodnicy mają numery startowe przymocowane do przedniej części koszulki.
8. Zabrania się poruszania po trasie biegu na rowerach lub pojazdach mechanicznych, nie dotyczy obsługi technicznej.
9. Organizator dopuszcza start uczestników wraz z psem na smyczy i w kagańcu.
10. W dniu biegu, do dyspozycji zawodników będą zorganizowane szatnie i przebieralnie w budynku na terenie boisk sportowych Laski.

VI ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia przyjmowane będą tylko i wyłącznie poprzez panel zgłoszeniowy na stronie internetowej www.zapisyonline.com do 5 marca 2020 roku lub do wyczerpania limitu startujących.
2. Zgłoszenia do biegów dziecięcych przyjmowane będą poprzez panel zgłoszeniowy na stronie internetowej www.zapisyonline.com oraz w biurze zawodów 7 marca.
3. W przypadku wolnych miejsc startowych będzie istniała możliwość zapisów w biurze zawodów w dniu startu tj. 7 marca 2020 roku.
4. Limit uczestników na obu dystansach 250 osób, w marszu nordic walking 50 osób, bieg z przeszkodami 50 dzieci.
5. Za zgłoszenie uważa się prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie internetowej i wniesienie opłaty rejestracyjnej. Tylko dokonanie opłaty rejestracyjnej decyduje o znalezieniu się zawodnika na liście startowej.
6. W przypadkach losowych /kontuzja/, dopuszcza się możliwość przekazania numeru startowego innemu uczestnikowi.

VII OPŁATY

1. Opłata rejestracyjna za udział w biegach na 5 i 10 km oraz marszu nordic walking wynosi 30 zł, w dniu biegu 50 zł.
2. Dzieci uczestniczące w Biegu z Przeszkodami zwolnione są z opłaty rejestracyjnej.
3. Opłata rejestracyjna raz uiszczona nie podlega zwrotowi.
4. Płatności za udział w Wydarzeniu będą możliwe tylko za pośrednictwem szybkich płatności online na stronie www.zapisyonline.com
5. Opłata rejestracyjna jest opłatą za uczestnictwo w „III Biegu Zmarzłaka” i przeznaczona jest na częściowe pokrycie kosztów organizacyjnych.
6. Zakończenie zapisów spowodowane przekroczeniem limitu uczestników powoduje wstrzymanie dokonywania wpłat.
7. Dokonanie opłaty rejestracyjnej oraz pobranie numeru jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu oraz regulaminu obowiązującym na terenie miejsca imprezy – tj. „Regulaminu ochrony przyrody i udostępniania obszarów Kampinoskiego Parku Narodowego w celach turystycznych, naukowych, edukacyjnych, kulturowych, rekreacyjnych i sportowych” zwanego dalej regulaminem Kampinoskiego Parku Narodowego.

VIII KLASYFIKACJA I NAGRODY

1. Każdy z uczestników imprezy otrzyma pamiątkowy medal.
2. Organizator przewiduje nagrody za zajęcie miejsc od I do III na wszystkich dystansach biegowych w kategoriach K i M.
3. Organizator przewiduje nagrody za zajęcie miejsc od I do III na dystansach 5 i 10 km dla K i M w klasyfikacji Mieszkańcy gminy Izabelin.
4. Nagrodę specjalną otrzyma najstarszy i najmłodszy uczestnik biegów.
5. Dla wszystkich startujących Pań niespodzianka z okazji Dnia Kobiet.
6. Uroczyste wręczenie nagród nastąpi w dniu imprezy ok. godziny 12:30.

IX OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

Klauzula informacyjna dot. przetwarzania danych w związku z realizacją imprezy III Bieg ZMARŻŁAKA w dniu 7 marca 2020 roku

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Ogólnego Rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 roku (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016) informuję, że:

1. Administratorem danych osobowych uczestników imprezy III Bieg ZMARŻŁAKA jest Centrum Kultury Izabelin, ul. Matejki 21, 05-080 Izabelin, reprezentowane przez Dyrektora. Dane kontaktowe Administratora: tel. 22 752 68 00, adres e-mail: sekretariat.cki@centrum.izabelin.pl
2. Administrator wyznaczył Inspektora Ochrony Danych (IOD), z którymi można się skontaktować we wszystkich sprawach dotyczących przetwarzania danych osobowych. Dane kontaktowe IOD: Paweł Maliszewski, adres e-mail: iod@perfectinfo.pl
3. Dane osobowe uczestników III Bieg ZMARŻŁAKA przetwarzane będą wyłącznie w celu przeprowadzenia ww. imprezy, na podstawie zgody wyrażonej przez uczestników (art. 6 ust. 1 lit. a RODO).
4. Odbiorcami danych osobowych będą wyłącznie podmioty współpracujące z administratorem w zakresie przygotowania, organizacji i przeprowadzenia imprezy III Bieg ZMARŻŁAKA. Ponadto odbiorcami danych mogą być również podmioty uprawnione do uzyskania danych osobowych na podstawie przepisów prawa.
5. Dane osobowe w postaci wizerunku uczestnika mogą być opublikowane na łamach strony internetowej i w informacjach medialnych w celu promocji Centrum Kultury Izabelin.

6. Dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji imprezy III Bieg ZMARŹLAKA a po tym czasie przez okres oraz w zakresie wymaganym przez przepisy powszechnie obowiązującego prawa.
7. W związku z przetwarzaniem danych osobowych uczestnikom przysługują uprawnienia do dostępu do danych osobowych, ich sprostowania, żądania usunięcia, ograniczenia przetwarzania danych osobowych w przypadku, gdy są one nieprawidłowe lub niekompletne.
8. W przypadku gdy przetwarzanie danych osobowych odbywa się na podstawie zgody osoby na przetwarzanie danych osobowych (art. 6 ust. 1 lit a RODO), przysługuje Pani/Panu prawo do cofnięcia tej zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie to nie może mieć wpływu na zgodność przetwarzania danych osobowych, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem, z obowiązującym prawem.
9. W przypadku powzięcia informacji o niezgodnym z prawem przetwarzaniu przez Centrum Kultury Izabelin Pani/Pana danych osobowych, przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
10. Podanie przez uczestnika danych osobowych jest dobrowolne, jednakże niezbędne do rejestracji i uczestnictwa w imprezie III Bieg ZMARŹLAKA.
11. Dane osobowe nie będą przekazywane do państwa trzeciego/organizacji międzynarodowej ani nie będą podlegały zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji w tym profilowaniu.

X POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Impreza III Bieg ZMARŹLAKA odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Organizator zapewnia obsługę medyczną na czas trwania imprezy.
3. **Organizator zapewnia gorący posiłek, istnieje możliwość upieczenia kielbasek na ognisku (organizator nie zapewnia kielbasek).**
4. **Podczas III Biegu ZMARŹLAKA dla wszystkich chętnych „MORSO” kąpiel w basenie z zimną wodą - morsowanie, regulamin dostępny na stronie www.centrum.izabelin.pl w zakładce „Czas na Sport”.**
5. Wszyscy uczestnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność i nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
6. Impreza ma charakter rekreacyjny i sportowy.
7. Uczestnicy nie mogą mieć przeciwwskazań lekarskich do wzięcia udziału w imprezie III Biegu ZMARŹLAKA.
8. Każdy zawodnik jest zobowiązany do zapoznania się i przestrzegania niniejszego regulaminu, regulaminu morsowania oraz regulaminu Kampinoskiego Parku Narodowego.
9. Za rzeczy zgubione podczas imprezy organizator nie odpowiada.
10. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do wykorzystywania w celach promocyjnych, i informacyjnych - zdjęć i wizerunków uczestników rajdu, materiałów filmowych, wywiadów przedstawiających uczestników. Uczestnicy wyrażają zgodę na użycie i publikację ich wizerunków przez Organizatora.
11. Wszelkie informacje dotyczące biegu i organizacji będą zamieszczane na stronie www.centrum.izabelin.pl oraz na Fb Czas na Sport Centrum Kultury Izabelin.
12. We wszystkich sprawach nieujętych Regulaminem decyduje Organizator Biegu, któremu przysługuje wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu.

Organizator Biegu
Centrum Kultury Izabelin „Czas na Sport”