

REGULAMIN BIEGU ULICZNEGO

VII BIEG MIKOŁAJÓW W MIĘDZYBORZU - 14 grudnia 2025

I. CEL IMPREZY

1. Popularyzacja biegania i Nordic Walking jako zdrowego i aktywnego stylu życia mającego ogromny wpływ na budowanie odporności.
2. Integracja środowiska lokalnego oraz promocja regionu.

II. ORGANIZATOR

1. Organizatorem VII BIEGU MIKOŁAJÓW W MIĘDZYBORZU zwanego dalej biegiem jest Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Międzyborzu. Współorganizatorem biegu jest Miasto i Gmina Międzybórz oraz Międzyborska Grupa Biegowa.

III. TERMIN I MIEJSCE

1. Termin: 14 grudnia 2025; rozpoczęcie o godz. 12:00, zakończenie godz. 15:00.
2. Miejsce: **Biuro Zawodów- SZKOŁA PODSTAWOWA im. Jerzego Badury w Międzyborzu- wejście od strony wewnętrznego dziedzińca.**
START i META biegu: park miejski przy OSM w Międzyborzu, 56-513, woj. dolnośląskie.
3. Biuro Zawodów czynne będzie w dniu biegu w godz. 10:00-15:00.

IV. TRASA

1. **Bieg odbędzie się w na dystansie 10 km i 5 km; Nordic Walking na dystansie 5 km.**
2. Limit czasu ustala się na 90 min. Po upływie regulaminowego czasu zawodnicy nie będą sklasyfikowani.
3. Podczas biegu istnieje możliwość ograniczonego ruchu kołowego, dlatego też bieg odbędzie się lewą stroną drogi zgodnie z prawem o ruchu drogowym.
4. Bieg na dystansie 10 km prowadzony będzie od startu: 1 km drogą powiatową asfaltową (ul. Kolejowa), następnie drogą gminną gruntową wzdłuż fabryki Meble Wajnert w kierunku Konopki, następnie w pobliżu wzniesienia Zbójnik, kolejno w kierunku sołectwa Ose, za stadniną koni i z powrotem drogą asfaltową (ul. Kolejowa) do parku przy OSM (20% nawierzchnia asfaltowa i 80% nawierzchnia gruntowa).
5. Bieg na dystansie 5 km i Nordic Walking 5 km (ta sama trasa dla obu konkurencji) prowadzony będzie od startu: 1 km drogą powiatową asfaltową (ul. Kolejowa), następnie drogą gminną gruntową wzdłuż fabryki Meble Wajnert w kierunku Konopki, następnie w kierunku sołectwa Ose, za stadniną koni i z powrotem drogą asfaltową (ul. Kolejowa) do parku przy OSM (35% nawierzchnia asfaltowa i 65% nawierzchnia gruntowa).
6. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

V. UCZESTNICTWO

1. W biegu prawo startu mają osoby, które do dnia 14.12.2025 r. ukończą 15 lat.
2. Osoby niepełnoletnie muszą posiadać pisemną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego podpisaną osobiście w biurze organizatora.
3. Wszyscy uczestnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani w Biurze zawodów w dniu 14.12.2025 r. w godzinach 10:00- 11:45. **Podczas weryfikacji zawodnicy muszą:**
 - Posiadać legitymację, dowód osobisty lub inny dokument tożsamości do weryfikacji daty urodzenia
 - pokwitować odebranie numeru startowego z chipem, kompletu agrafek do umocowania numeru na koszulce.
4. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu lub przedstawienie podczas weryfikacji zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.
5. Decyzje ratowników medycznych dotyczące kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
6. W imprezie pomiar czasu i ustalenie kolejności będzie dokonywany systemem elektronicznym na podstawie przyklejonych do numerów chipów. Czas mierzony dla wszystkich jest czasem brutto. Posiadanie numeru, od startu do mety, jest warunkiem wystartowania w biegu i sklasyfikowania w Komunikacie Końcowym. **Niewłaściwe zamocowanie numeru może spowodować niesklasyfikowanie zawodnika.**
7. Toaleta w dniu zawodów będzie znajdowała się w M-GOK w Międzyborzu (150 m od startu), toaleta typu toi-toi (ok. 50 m od startu) w parku miejskim przy OSM oraz w SP w Międzyborzu (170m od

startu). Ośrodek kultury będzie czynny bez przerwy w godzinach 10:30 do 16:00. **W szkole podstawowej będzie wydawany ciepły posiłek i herbata dla zawodników po ukończeniu biegu.**

8. Organizator zapewnia „mobilną pomoc medyczną” na trasie biegu na większej części trasy.
9. Trasa biegu będzie zabezpieczona przez Policję oraz jednostki OSP, działające w uzgodnieniu z Organizatorem.
10. Na trasie biegu nie będzie stanowisk nawadniających.
11. Zawodnicy ubezpieczają się na własny koszt.
12. Przyjęcie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.
13. Każdy zarejestrowany uczestnik biegów i Nordic Walking, który ukończy dystans w nieprzekraczalnym czasie, zostanie nagrodzony pamiątkowym medalem.
14. **Organizator ustala limit osób - 130 uczestników. Decyduje kolejność zgłoszeń (REJESTRACJA W SYSTEMIE). Dla osób poza limitem uczestników Organizator nie gwarantuje medalu oraz pakietu startowego.**

VI. PROGRAM ZAWODÓW

godz. 10.00 - otwarcie Biura Zawodów

godz. 10.00 - 11.45 - wydawanie numerów startowych dla wszystkich zawodników (odpowiednie dla dystansu 5 km Nordic Walking i dla biegu 10 km i 5 km);

godz. 11.45 - 11.55 - rozgrzewka

godz. 12.00 - START BIEGU NA DYSTANSIE 10 KM

godz. 12.05 - START BIEGU NA DYSTANSIE 5 KM

godz. 12.10 - START NORDIC WALKING NA DYSTANSIE 5 KM

godz. 12.30 - 13.30- wydawanie posiłków dla uczestników biegu

godz. 14.00 - dekoracja uczestników trasy 5 km - Nordic Walking i bieg

godz. 14.15 - dekoracja uczestników trasy 10 km - bieg

godz. 15.00 - zamknięcie Biura Zawodów

VII. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. Zgłoszenia do udziału w biegu przyjmowane są **wyłącznie w formie elektronicznej poprzez formularz zgłoszeniowy zamieszczony na stronie internetowej ULTIMASPORT.PL**
2. **Za zgłoszenie uważa się wykonanie przez zawodnika dwóch czynności:**
 - Wypełnienie formularza zgłoszeniowego znajdującego się na stronie internetowej**
 - Dokonanie opłaty startowej w kwocie 60,00 zł wyłącznie za pośrednictwem systemu rejestracji na stronie www.ultimasport.pl****Rejestracji będzie można dokonywać do dnia 8 grudnia br. (poniedziałek)**
3. Dane zawodnika pojawiają się na liście startowej po rejestracji.
4. **Wybór dystansu następuje w chwili rejestracji- nie można zmieniać wybranego dystansu w dniu zawodów.**
5. **W przypadku niewykorzystania limitu uczestników do 8.12.br. istnieje możliwość zapisu w dniu zawodów w biurze- odpłatność w dniu zawodów 80,00 zł.**
6. Zawodnicy chcący uczestniczyć w VII BIEGU MIKOŁAJÓW W MIĘDZYBORZU zobowiązani są do posiadania w czasie biegu atrybutu Mikołaja np. czapka Mikołaja, broda Mikołaja itp.
7. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie bez podania przyczyny.
8. Dodatkowe informacje o partnerach, nagrodach i innych sprawach związanych z zawodami będą publikowane na stronie internetowej: www.miedzyborz.pl oraz profilach FB organizatorów: [Miasto i Gmina Międzybórz](#), [Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Międzyborzu](#), [Międzyborska Grupa Biegowa](#) oraz lokalnych mediów.

VIII. ZASADY KLASYFIKACJI I PRYZNAWANIA NAGRÓD

1. W klasyfikacji indywidualnej biegu na dystansie 10 km OPEN nagrodzeni zostaną: trzy kobiety z najlepszym czasem przebiegu oraz trzech mężczyzn z najlepszym czasem.
W klasyfikacji wiekowej bieg na dystansie 10 km nagrodzone zostaną 3 osoby z najlepszym czasem w poszczególnych kategoriach (K- kobiety, M- mężczyźni) :
 - K.20: 15 - 29 lat
 - K.30: 30 - 39 lat
 - K.40: 40 - 49 lat
 - K.50: 50+
 - K.OPENoraz
 - M.20: 15 - 29 lat

- M.30: 30 - 39 lat
- M.40: 40 - 49 lat
- M.50: 50 - 59 lat
- M.60: 60+
- M.OPEN

oraz

- **MIESZKANKA GMINY** oraz **MIESZKANIEC GMINY** (kobieta i mężczyzna zameldowani na terenie gminy Międzybórz)
2. W klasyfikacji indywidualnej **biegu na dystansie 5 km OPEN** nagrodzeni zostaną: trzy kobiety z najlepszym czasem przebiegu oraz trzech mężczyzn z najlepszym czasem bez podziału na kategorie wiekowe.
 3. W klasyfikacji w konkurencji: **Nordic Walking na dystansie 5 km** nagrodzone zostaną 3 osoby z najlepszym czasem **bez względu na płeć** w poszczególnych kategoriach:
 - **NW 15 - 39**
 - **NW 40+**

Organizator zastrzega minimalną liczbę uczestników w każdej kategorii – min. 3 osoby.

Brak minimalnej liczby uczestników w danej kategorii powoduje przypisanie zawodników do niższej kategorii wiekowej.

Organizator przewiduje pamiątkowe statuetki oraz dyplomy dla najlepszych uczestniczek i uczestników w każdej kategorii.

Zawodniczki i zawodnicy nagrodzeni w kategorii Open nie będą nagrodzeni w kategoriach wiekowych.

Ochrona danych osobowych i wizerunku Uczestnika - RODO

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i ust. 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27.04.2016r. 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) (Dz. Urz. UE L z 04.05.2016 r., Nr 119, s. 1), zwanego dalej w skrócie „RODO”

Zgodnie z Ustawą o ochronie danych osobowych z dnia 10 maja 2018 roku (Dz. U. z dnia 24 maja 2018 roku, poz. 1000.)

1. Administratorem danych osobowych uczestników imprez jest Organizator. Organizator nie przekazuje, nie sprzedaje i nie używa zgromadzonych danych osobowych Uczestników innym osobom lub instytucjom z wyjątkiem podmiotów uprawnionych do ich przetwarzania na podstawie przepisów prawa.

2. Dane osobowe o których mowa w pkt. II ust. 1, 2 pobierane będą dobrowolnie i wyłącznie w celach niezbędnych do realizacji danej imprezy. Podane przez uczestnika dane będą jednak przetwarzane przez Organizatora w celach marketingowych, w celach prawidłowej realizacji imprezy oraz w celach komunikacji pomiędzy Organizatorem a Uczestnikiem.

3. Poprzez przystąpienie do udziału w Imprezie, uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych przez Organizatora.

4. Uczestnik ma prawo do cofnięcia zgody. Wycofanie zgody nie ma wpływu na przetwarzanie danych uczestnika do momentu jej wycofania.

5. Dane osobowe uczestników będą przechowywane jedynie w okresie niezbędnym do spełnienia celu, dla którego zostały zebrane. Po spełnieniu celu, dla którego dane uczestników zostały zebrane, mogą one być przechowywane jedynie w celach archiwalnych zgodnie z Ustawą z dnia 14 lipca 1983 r. o narodowym zasobie archiwalnym i archiwach (Dz.U. 2018 poz. 217 z późn. zm.), Rozporządzeniem Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego z dnia 20 października 2015 r. w sprawie klasyfikowania i kwalifikowania dokumentacji, przekazywania materiałów archiwalnych do archiwów państwowych i brakowania dokumentacji niearchiwalnej (Dz.U. 2015 poz. 1743 z późn. zm).

6. Na zasadach określonych przepisami RODO, uczestnik imprezy posiada prawo do żądania od administratora:

dostępu do treści swoich danych osobowych,

sprostowania (poprawiania) swoich danych osobowych,

usunięcia swoich danych osobowych w zakresie danych przetwarzanych

ograniczenia przetwarzania swoich danych osobowych w momencie gdy prawidłowość przetwarzania danych osobowych jest kwestionowana,

przenoszenia swoich danych osobowych w zakresie danych przetwarzanych na podstawie wyrażonej przez uczestnika imprezy zgody, a ponadto, uczestnik imprezy posiada prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania swoich danych.

7. Gdy Uczestnik imprezy uzna, iż przetwarzanie jego danych osobowych narusza przepisy o ochronie danych osobowych, przysługuje mu prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego, którym jest Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

8. Organizator zastrzega sobie prawo utrwalania przebiegu imprezy w formie zapisu fotograficznego, filmowego oraz dźwiękowego w celach dokumentacyjnych, edukacyjnych i promocyjno-marketingowych.

9. Udział w imprezie oznacza wyrażenie przez Uczestnika zgody na nieodpłatne utrwalenie swojego wizerunku w wyżej wskazanym zakresie, a także na jego rozpowszechnianie bez ograniczeń terytorialnych i czasowych, w szczególności poprzez umieszczanie fotografii, filmów i nagrań dźwiękowych: w serwisach internetowych prowadzonych przez Organizatora, w innych elektronicznych środkach przekazu zarządzanych, lub wykorzystywanych w dowolnym zakresie przez Organizatora, w publikacjach Organizatora, a także w publikacjach i serwisach osób trzecich z zastrzeżeniem, że przedmiotowe fotografie i filmy w publikacjach osób trzecich mogą jedynie ilustrować informacje o działalności prowadzonej przez Organizatora, a ich wykorzystywanie w innym kontekście nie jest dozwolone. Organizator zapewnia, że wizerunek uczestników imprez nie będzie wykorzystywany przez niego w celach zarobkowych, a uczestnicy przyjmują do wiadomości, że z tytułu jego użycia nie przysługują im jakiegokolwiek roszczenia, w szczególności prawo do wynagrodzenia.