

# REGULAMIN

## "Triathlon dla Januszy i Grażyn"

na dystansie około 23,4 km

### 1. CELE

Propagowanie sportu wśród amatorów oraz osób niepełnosprawnych.

Upowszechnianie różnych dyscyplin sportowych podczas współzawodnictwa.

Promocja Miasta i Gminy Sobótka.

Popularyzacja triathlonu na wesoło.

Działania poprzez integrację z osobami niepełnosprawnymi i kibicującymi zawodnikom.

**"Być pełnosprawnym to naprawdę żadną zasługą, to dar, który każdemu z nas, o każdym czasie może być odebrany. Pozwólmy więc niepełnosprawnym i członkom ich rodzin w jak najbardziej naturalny sposób włączyć się w nasze życie. Chcielibyśmy dać im pewność, że jesteśmy jednością."**

**Richard von Weizacker**

### 2. ORGANIZATOR

Fundacja Aktywni Ślężanie  
ul. Morelowa 5  
55-050 Sobótka  
NIP: 8961585543  
KRS 0000777972

### 3. WARUNKI UCZESTNICTWA

#### WYDARZENIE ORGANIZOWANE ZGONIE ZASADAMI SANITARNYMI

- Prawo uczestnictwa posiadają osoby, które w dniu 02.08.2025 r. będą miały ukończone 18 lat i okażą podczas weryfikacji w biurze Organizatora dokument tożsamości. W/w nie dotyczy udziału osoby pełnoletniej z małoletnią osobą niepełnosprawną, w takim przypadku opiekun prawny podpisuje zgodę na uczestnictwo osoby małoletniej.
- Dokonają opłaty startowej oraz podpiszą osobiście oświadczenie w biurze Organizatora o tym, że: **nigdy nie brały udziału w zawodach na dystansach: IRONMAN, 1/2 IRONMAN, 1/4 IRONMAN, OLIMPIJSKIM** (nie dotyczy to uczestników startujących z małoletnią osobą niepełnosprawną) oraz, że startują z własnej woli i na własne ryzyko i że ich stan zdrowia zezwala na udział w tym wydarzeniu.
- Uczestnicy startujący jako sztafeta to trzy osoby, w której jeden uczestnik pokonuje tylko jeden etap. Nie ma możliwości aby jedna osoba brała udział w więcej niż jednym etapie.
- Uczestnicy dokonując zgłoszenia do udziału w wydarzeniu poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego potwierdzają znajomości regulaminu i akceptują go oraz wyrażają zgodę na nieograniczoną terytorialnie oraz w czasie publikację ich wizerunku zawartą na zdjęciach lub filmach z wydarzenia a także imienia i nazwiska na materiałach promocyjnych i reklamowych organizatora w ramach promocji wydarzenia. Wyrażają również zgodę na

przetwarzanie swoich danych osobowych w zakresie niezbędnym do realizacji wydarzenia „Triathlon dla Januszy i Grażyn”, w tym na wysyłanie pod wskazany adres e-mail informacji odnośnie wydarzenia, newslettera i materiałów promocyjnych Organizatora.

#### 4. TERMIN, DYSTANS, TRASA

- **Start odbędą się w dniu 02.08.2025 roku wg następującego harmonogramu:**  
**godz. 10:30 (I fala) start uczestników niepełnosprawnych**  
**godz. 10:45 ( II fala), do nr 25**  
**godz. 10:55 ( III fala) nr od 26 do 50**  
**godz. 11:05 ( IV fala ) nr od 51 do 75**  
**godz. 11:15 ( V fala ) nr od 76 do100**  
**godz. 11:25 (VI fala) nr od 101 do150**  
**godz. 11:35 ( VII fala) nr od 150 do 190- sztafety**

Uczestnicy zobowiązani są do startu we właściwej strefie.

- Miejsce startu znajduje się na terenie SuliCamp – Kompleksu Wypoczynkowego nad Zalewem Sulistrowickim. Strefa zmian będzie ustawiona przy wyjeździe z Kompleksu na nawierzchni trawiastej.
- Meta zlokalizowana będzie na terenie SuliCamp- Kompleksu Wypoczynkowego nad Zalewem Sulistrowickim.

**Pływanie dystans około 400m** - Zalew Sulistrowicki, 1 pętla, limit czasu ukończenia etapy pływackiego to 30 minut.

- Na trasie pływackiej uczestnik zobowiązany jest startować w czepku otrzymanym w pakiecie startowym. Zabrania się startu w piankach neoprenowych do triathlonu, swimrunu, surfingu jak również użycia łapek - wiosłek, deski, pulboy'a itp.
- Natomiast takie pomoce jak motylki dmuchane na ramiona, koła dmuchane, ratunkowe, bojki przypinanie do pasa, makarony są dozwolone. Tu liczymy na wasza kreatywność! Dystans pływacki musi być jednak przepłynięty wpływ samodzielnie stylem dowolnym bez pomocy np. materacy, pontonu i innych tego typu sprzętów.

**Rower około 17 km** (4 pętle po około 4,2 km), na trasie:

- SuliCamp pod górkę w prawo do skrzyżowania ze Starym Dębem gdzie skręcamy w prawo na Sulistrowice, do skrzyżowania w centrum i skręcamy w prawo w kierunku, przez tamę w kierunku Kompleksu SuliCamp .
- Podczas całego etapu rowerowego **KASK JEST OBOWIĄZKOWY**. Wydarzenie odbywać się będą w formule bez draftingu (jazda na kole) ale to ze względów Waszego bezpieczeństwa, ponieważ zawody odbywać się będą przy ruchu częściowo zamkniętym !
- Podczas etapu rowerowego należy przestrzegać przepisów o ruchu drogowym i zachować ostrożność. Obowiązuje zakaz startu na rowerach czasowych, triathlonowych lub z kierownicą tzw. Lemondką !!! Poza wymienionymi wyżej każdy rower dozwolony warunek to rower sprawny technicznie z działającymi hamulcami !!!
- Od momentu opuszczenia strefy zmian na trasę rowerową do powrotu do strefy z trasy

rowerowej obowiązuje zapięty kask rowerowy oraz obowiązek posiadania numeru startowego umieszczonego z tyłu na plecach tak aby był wyraźnie widoczny. Uczestnik zobowiązany jest posiadać pasek (gumkę) do umieszczenia numeru na pasie podczas jazdy rowerem (z tyłu na plecach) oraz podczas biegu (z przodu) w razie jego braku gumkę może lecz nie musi dostarczyć Organizator.

- Limit czasu jazdy rowerem to 1 godzina 15 minut. Łączny limit pływania + jazda rowerem to 1 godziny 45 minut.

### **Bieg około 6 km (2 pętle) na trasie:**

- Wybiegamy ze strefy zmian na terenie SuliCamp, skręcamy w prawo na tamę, do Plaży Gminnej nad Zalewem Sulistrowickim w prawo. Wzdłuż Zalewu drogą leśną dochodzącą do ul. Leśne Zacisze biegniemy do końca ulicy, gdzie skręcamy w lewo w ul. Nową. Dobiegamy do ul. B. Chrobrego i skręcamy w lewo w stronę Plaży. Drugą pętlę kończymy dobiegając przez tamę na metę, która usytuowana jest przy strefie zmian na terenie SuliCamp.
- Nawierzchnia: asfalt oraz droga szutrowa.
- Podczas biegu numer startowy musi być umieszczony z przodu, na wysokości pasa.
- Limit czasu biegu to 45 minut.

W przypadku startu sztafety osoby pokonujące poszczególne etapy, zmieniają się przy stanowisku danej drużyny w strefie zmian.

### **Limit czasu ukończenia trzech etapów to 2:30 godziny.**

## **5. WYSOKOŚĆ OPŁATY**

Opłata za uczestnictwo w wydarzeniu wynosi:

- 250 zł w przypadku indywidualnego startu
- 550 zł za start sztafety
- osoby startujące z osobą niepełnosprawną oraz małoletnie osoby niepełnosprawne zwolnione są z opłaty startowej.

Organizator nie przewiduje możliwości zwrotu opłaty startowej, zgodnie z pkt 11 ppkt 1n/n Regulaminu, z wyjątkiem odwołania wydarzenia do 31 maja 2025 r. – wpisowe zostanie zwrócone ( po potrąceniu kosztów prowizji bankowej za realizację zwrotu). W przypadku braku możliwości uczestnictwa w wydarzeniu jest możliwość przepisania pakietu na inną osobę do 30 czerwca 2025 r.

Jeżeli w trakcie weryfikacji osoby zgłoszonej zgodnie z pkt 3 regulaminu, okaże się iż osoba została zweryfikowana negatywnie, zostanie skreślona z listy rejestracyjnej a dokonana opłata staje się darowizną na cele statutowe Fundacji Aktywni Ślężanie.

Jako datę zgłoszenia rezygnacji z udziału w wydarzeniu lub przepisania pakietu uznawany jest dzień otrzymania wiadomości e-mail na adres: [trijanusz@wp.pl](mailto:trijanusz@wp.pl)

Pakiet startowy zawiera: numer startowy, komplet naklejek (na kask, rower, - w przypadku sztafety dla rowerzysty), opaskę na rękę, spersonalizowany upominek, naklejkę na depozyt, spersonalizowany czeppek (w przypadku sztafety dla pływaka), koszty organizacji, pomiaru

i zabezpieczenia zawodów, posiłek w trakcie wydarzenia, talon na posiłek regeneracyjny oraz najcenniejsze uznanie i gorący doping od kibiców.

## 6. ZGŁOSZENIA, LIMITY, LISTA STARTOWA

Obowiązujące limity uczestników :

- **150 numerów dla uczestników indywidualnych w tym numerów 10 pozostają do dyspozycji Organizatora**
- **40 sztafet w tym 3 sztafet pozostaje do dyspozycji Organizatora.**

Lista zamyka się automatycznie z osiągnięciem limitów. **W przypadku nie osiągnięcia limitu sztafet do dnia 1 czerwca 2025 roku, uruchomimy dodatkowe zapisy startu indywidualnego w celu osiągnięcia limitu uczestników 220 osób.**

- Termin uruchomienia zapisów zostanie podany na profilu facebook „Triathlon dla Januszy i Grażyn” @TRIJanusziGrazyna.
- Po wypełnieniu formularza rejestracyjnego link uczestnika będzie widoczny na liście rejestracyjnej.
- Warunkiem koniecznym do udziału w wydarzeniu i do nadania numeru startowego jest uiszczenie opłaty w terminie 7 dni roboczych od dnia rejestracji na konto organizatora: Fundacja Aktywni Ślężanie w Banku Spółdzielczym o numerze: 97 9574 1015 2003 0212 3743 0001 w tytule: imię, nazwisko, z dopiskiem „Triathlon dla Januszy i Grażyn”, w przypadku sztafet nazwę sztafety.
- Prośbę o wystawienie rachunku za uiszczoną opłatę startową należy kierować pod adresem mailowy [trijanusz@wp.pl](mailto:trijanusz@wp.pl) w ciągu 14 dni od dnia uiszczenia opłaty wraz z podaniem wszelkich danych niezbędnych do jej wystawienia.
- O terminie zgłoszenia decyduje data dokonania wpłaty wpisowego, przez którą rozumie się datę wpływu na konto Organizatora. Jeżeli do tego dnia nie wpłynie w/w opłata kandydat zostanie usunięty z listy rejestracyjnej. W przypadku zwolnienia miejsc rejestracja zostanie ponownie uruchomiona o czym Organizator powiadomi na stronie imprezy i profilu facebook. Termin wpłaty przy ponownym uruchomieniu zapisów 7 dni roboczych. Wpłaty na konto dokonane przez osoby bez rejestracji na liście będą traktowane jako darowizna na rzecz Fundacji Aktywni Ślężanie,

## 7. KLASYFIKACJE I NAGRODY

W imprezie nagradzamy oczywiście wszystkich finiszerm medalami podczas wspólnej ceremonii dekoracji oraz pierwsze 3 miejsca w kategorii Najlepsza Para z osobą niepełnosprawną, Open Kobiet oraz Mężczyzn w kategorii indywidualnej a także trzy najlepsze sztafety.

Największą nagrodą dla uczestników jest oczywiście samo zadowolenie z ukończenia wyznaczonego dystansu oraz otrzymania oficjalnego miana Grażyny i Janusza Triathlonu!

## **8. WYNIKI**

Wyniki będą zamieszczone na oficjalnym profilu na facebooku, stronie datasport.pl oraz na stronie internetowej Organizatora: aktywnislezanie.pl.

## **9. ODBÓR PAKIETÓW STARTOWYCH**

**Odbiór pakietów startowych możliwy będzie wyłącznie w trakcie godzin otwarcia biura czyli w piątek 01.08.2025 r. w godzinach od 18:00 do 20:00. oraz w dniu zawodów 02.08.2025 r. w godzinach od 8:00 do 10:00.**

Obowiązuje bezwzględny zakaz przekazania pakietu startowego innej osobie po odebraniu go przez właściwą osobę w biurze Organizatora. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za konsekwencje przekazania pakietu startowego innej osobie po odebraniu go z biura Organizatora i jednocześnie taka sytuacja związana będzie z automatyczną dyskwalifikacją danego uczestnika!

## **10. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH**

1. Dane osobowe uczestników zawodów będą wykorzystywane przez administratora danych osobowych zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych z dnia 10 maja 2018 r. oraz Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27 kwietnia 2016 r, którym jest Fundacja Aktywni Ślężanie z siedzibą w Sobótce 55-050 ul. Morelowa 5.
2. Dane osobowe uczestników zawodów będą przetwarzane w celach przeprowadzenia imprezy, wyłonienia zwycięzcy, przyznania, wydania i odbioru nagrody. Przetwarzanie danych, obejmuje także publikację imienia i nazwiska uczestnika wraz z nazwą będzie taka miejscowości, w której zamieszkuje – w każdy sposób, w jaki publikowana lub rozpowszechniana informacja.
3. Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania.
4. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w wydarzeniu.
5. Dane osobowe przechowywane będą przez okres niezbędny nałożony stosownymi przepisami.
6. Przez przekazanie do Organizatora, prawidłowo wypełnionego i podpisanego formularza rejestracyjnego uczestnik wyraża zgodę i zezwala na wykorzystanie podanych przez niego danych osobowych również na potrzeby przesłania do uczestnika informacji o przyszłych imprezach, produktach handlowych, a także na wewnętrzne potrzeby administracyjne. Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencję na adres Organizatora.

## 11. UWAGI KOŃCOWE

1. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany trasy, zmiany godziny startu, przerwania lub odwołania zawodów z uwagi na zaistnienie siły wyższej. Przez siłę wyższą należy rozumieć każde zdarzenie o charakterze zewnętrznym, nagłym któremu nie można zapobiec, w szczególności: trudne warunki atmosferyczne, klęski żywiołowe, stan wyjątkowy, wojnę, akty terroru, strajki, stan wody w zbiorniku wodnym niepozwalający na kąpiele, nowe akty prawne lub decyzje władz administracyjnych uniemożliwiające Organizatorowi przeprowadzenie zawodów. W przypadku wystąpienia zdarzeń o których mowa w zdaniu poprzedzającym, które nie wynikają z winy Organizatora, Uczestnikom nie będzie przysługiwał zwrot wpisowego ani żadnych kosztów poniesionych przez zawodnika, a związanych ze startem w w/w zawodach.
2. Organizator ma prawo do odmowy przyjęcia rejestracji osoby bez podania przyczyny.
3. Uczestnik nie przestrzegający niniejszego regulaminu może zostać niedopuszczony do startu lub zdyskwalifikowany.
4. Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania obowiązującym w danym czasie zasad sanitarno- epidemiologicznych zgodnie z odpowiednimi rozporządzeniami.
5. Numer startowy musi być widoczny przez cały czas trwania zawodów za wyjątkiem etapu pływackiego.
6. Na mecie znajdować się będzie strefa , w której dostępne będą napoje i posiłek dla uczestnika. Każda Grażyna oraz Janusz znajdzie coś dla siebie.
7. Odprawa techniczna odbędzie się bezpośrednio przed startem i jest OBOWIĄZKOWA a jej najważniejsze punkty zostaną opublikowane na profilu facebook oraz na stronie Organizatora aktywnislezanie.pl.
8. Wejście do strefy zmian mają wyłącznie uczestnicy po okazaniu numeru startowego i opaski dostarczonej w pakiecie startowym oraz osoby upoważnione przez Organizatora.
9. Organizator posiada ubezpieczenie OC imprezy. Uczestnicy mają możliwość ubezpieczenia się od NNW we własnym zakresie.
10. W czasie trwania wydarzenia Organizator zapewnia opiekę medyczną. Uczestnik zobowiązany jest to stosowania się do decyzji opieki medycznej o kontynuacji uczestnictwa lub zakończeniu wydarzenia.
11. Wszystkie sprawy sporne powstałe podczas rozgrywania wydarzenia, rozpatrywać będzie Organizator.
12. Uczestnik ma prawo do zgłoszenia protestu do 2 godzin od dyskwalifikacji bądź ukończenia wydarzenia przy jednoczesnej opłacie kaucji w wysokości 100 zł. Po uznaniu protestu za zasadny przez KZ kaucja zostanie zwrócona.
13. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za sprzęt oraz inne rzeczy uczestników pozostawione bez nadzoru na terenie wydarzenia bądź zgubione lub zagubione.
14. W przypadku kradzieży bądź uszkodzenia sprzętu każdy uczestnik zobowiązany jest do zgłoszenia tego faktu przedstawicielowi Organizatora oraz policji.
15. Uczestnik imprezy zobowiązany jest do bezwzględного przestrzegania i poleceń zarządzeń Organizatora oraz ewentualnych służb odpowiedzialnych za i ochronę bezpieczeństwo podczas trwania imprezy.

16. Uczestnik imprezy ponosi pełną odpowiedzialność materialną za szkody wyrządzone przez niego na terenie, gdzie odbywa się impreza w stosunku do innych jej uczestników jak i za szkody wyrządzone w mieniu Organizatora bądź mieniu znajdującym się pod zarządem Organizatora.
17. Organizator ma prawo wykluczyć uczestnika ze startu w wydarzeniu, jeżeli jego zachowanie stwarzałooby zagrożenie dla innych uczestników bądź zakłócałoby jego prawidłowy przebieg .
18. Na miejscu wydarzenia zabrania się wnoszenia lub spożywania jakichkolwiek środków odurzających, nielegalnych substancji, alkoholu czy substancji mogących zwiększyć wydolność uczestnika pod karą dyskwalifikacji.
19. Organizator ma prawo dokonywania zmian w Regulaminie pod warunkiem poinformowania zawodników o tych zmianach w formie pisemnej lub najpóźniej podczas odprawy technicznej przed startem zawodów.
20. Organizator nie pokrywa kosztów: dojazdu i noclegów, każdy uczestnik zawodów pokrywa je we własnym zakresie.
21. Odbiór rowerów i rzeczy ze strefy zmian do godziny 15:00 wyłącznie przez zawodnika po okazaniu numeru startowego.
22. O sprawach nieobjętych niniejszym Regulaminem, rozstrzyga Organizator. Interpretacja regulaminu należy do Organizatora.

**ŻYCZYMY UDANEJ ZABAWY**

**POWODZENIA !!!**