

# TRIPLET LEŚNY

(Bieg, Rower, Kajak)



## Regulamin

### I. CEL IMPREZY

1. Popularyzacja biegów, jazdy na rowerze oraz pływania kajakiem na terenach Nadleśnictwa Grodzisk.
2. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Polski.
3. Promocja terenów Nadleśnictwa Grodzisk
4. Edukacja przyrodniczo- leśna społeczeństwa
5. Integracja Pracowników PGLLP oraz budowanie pozytywnego wizerunku leśnictwa.
6. Zaprezentowanie możliwości rekreacyjno-sportowego spędzania czasu w lesie.

### II. ORGANIZATOR

#### Nadleśnictwo Grodzisk

Kontakt:

NADLEŚNICTWO GRODZISK

Lasówki 1, 62-065 Grodzisk Wlkp.

[biuro@tripletlesny.pl](mailto:biuro@tripletlesny.pl)

Anna Jędrzejczak 662144580

### III. PARTNER

1. Powiatowe Centrum Sportu w Nowy Tomyślu
2. Starostwo Powiatowe w Grodzisku Wl
3. Gmina Rakoniewice
4. MORSY Grodzisk Wielkopolski

### IV. TERMIN I MIEJSCE

1. Triplet odbędzie się w dniu **10 maja 2025r.** (sobota).
2. Uroczyste otwarcie wyścigu ok. godz. **9.30**
3. Start wyścigu nastąpi ok. godz. **10:00**
4. Miejsce: Kuźnica Zbąska (plaża) gm. Rakoniewice
5. **GPS: 52.215465, 16.098083**

### V. DYSTANS I TRASA

1. I część zawodów: **BIEG** – ok. **5,5 km**, trasę biegu w większości stanowią drogi leśne oraz gruntowe.
2. II część zawodów: **JAZDA NA ROWERZE** – ok. **17 km**, trasa crossowa polecany rower MTB
3. III część zawodów: **PŁYNIĘCIE KAJAKIEM** – ok. **2 km**, jezioro Kuźnickie

- Start indywidualny
- Sztafeta 3 osobowa – każda osoba bierze udział w 1 dyscyplinie przekazując w strefie zmian numer startowy zamocowany na pasie do numerów otrzymanym od organizatora lub własnym. Na metę zawodów wbiega tylko ostatni uczestnik sztafety płynący w kajaku.

Limit dla całej trasy to 4 h ( start indywidualny i sztafety )

Oficjalnym czasem zawodów jest czas brutto.

Na trasie rowerowej i biegowej oznaczone będą kilometry.

ZAKAZ używania własnych wioseł lub kajaków ( jednorodne zostaną dostarczone przez organizatora )

DOPUSZCZONA jest własna kamizelka ratunkowa ( organizator zapewnia kamizelki dla wszystkich )

Organizator nie dostarcza podkładki styropianowej do kajaków ( lepsze zaparcie nóg o przednie siodełko )  
dopuszczalne jest zabranie własnej.

## VI. BIURO ZAWODÓW

Stanowisko na plaży przy jeziorze Kuźnickim czynne w dniu **10.05.25 r. od 8:00 do 9:30** – odbiór numerów  
Strefa zmian zamknięta o **9:40** – wprowadzenie oznakowanych numerem rowerów, zostawienie kasku itp.

## VII. ZGŁOSZENIA I OPŁATA

1. Zgłoszenia przyjmowane elektronicznie **do dnia 25.04.2025 r.** przez wypełnienie formularza na stronach [www.tripletlesny.pl/](http://www.tripletlesny.pl/) lub [www.grodzisk.poznan.lasy.gov.pl](http://www.grodzisk.poznan.lasy.gov.pl) link do zapisów :  
<https://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=10676>

### **BRAK MOŻLIWOŚCI ZAPISÓW W DNIU ZAWODÓW**

2. Limit zawodników to:
  - **120 start indywidualny**
  - **20 sztafet po 3 osoby** ( zmiana 1. to bieg, zmiana 2. to rower, zmiana 3. to kajak )
3. OPŁATA STARTOWA do 25.04.2025 r.:

- **130 zł** – start indywidualny
- **210 zł** – za sztafetę 3 osobową ( 3 posiłki, 3 medale )

### **PŁATNOŚĆ ONLINE za pośrednictwem strony DATASPORT**

Opłata wpłacona na konto nie podlega zwrotowi w żadnych okolicznościach.

## VIII. KLASYFIKACJE I NAGRODY

1. **Kobiety OPEN miejsca 1 – 3** ( nie wykluczają zawodniczki w kategorii wiekowej )
2. **Mężczyźni OPEN miejsca 1 – 3** ( nie wykluczają zawodnika w kategorii wiekowej )
3. **Kobiety kategorie wiekowe miejsca 1 w:** K20, K30, K40, K50, K60, K70+
4. **Mężczyźni kategorie wiekowe miejsca 1 w:** M20, M30, M40, M50, M60, M70+
5. **Kobiety PRACOWNICY LASÓW PAŃSTWOWYCH miejsca 1 - 3**
6. **Mężczyźni PRACOWNICY LASÓW PAŃSTWOWYCH miejsca 1 – 3**
7. **Sztafety OPEN miejsca 1 – 3** ( bez podziału na płeć uczestników )  
Miejsce w sztafecie OPEN nie wyklucza z miejsca w sztafetach administracyjnych
8. **Sztafety ADMINISTRACYJNE miejsca 1- 3.** nadleśnictwo, policja, straż, starostwo, urząd gmin, inspekcja weterynaryjna itp.

Zaświadczenie o zatrudnieniu w Lasach Państwowych lub danej jednostce administracyjnej (sztafety) podpisane przez kierownika jednostki należy przesłać na e-mail [biuro@tripletlesny.pl](mailto:biuro@tripletlesny.pl) lub dostarczyć do biura zawodów.

### **Każdy uczestnik zawodów otrzymuje:**

- Medal po ukończonym wyścigu. ( osobny medal dla każdego uczestnika sztafety )
- Pakiet startowy w skład którego wchodzi: numer dla zawodnika oraz na rower, pas do mocowania numeru (1 zestaw na sztafetę)
- Worek na rower.
- Posiłek po zawodach.
- Napoje (woda) na trasie wyścigu i mecie.

## IX. WARUNKI UCZESTNICTWA:

1. Prawo startu w zawodach posiadają osoby, które w dniu 10 maja 2025 roku będą miały ukończone 18 lat i okażą podczas weryfikacji dokument stwierdzający tożsamość oraz dokonają opłaty startowej w ustalonym terminie.
2. Od momentu zdjęcia roweru z wieszaka w strefie zmian do jego odłożenia po zakończeniu trasy rowerowej zawodnik musi mieć założony na głowie i zapięty kask.
3. Od momentu wejścia do kajaka do czasu wyjścia z niego zawodnik musi mieć założoną i zapiętą kamizelkę ratunkową.

4. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE ZAWODNIKA
  - sprawny rower
  - kask sztywny
  - odpowiedni strój startowy
5. WYPOSAŻENIE I USŁUGI ZAPEWNIANE PRZEZ ORGANIZATORA
  - kajak 2 osobowy ( 1 szt. dla każdego zawodnika ) Zakaz używania własnego kajaku i wiosła.
  - wiosła ( zakaz używania własnego wiosła )
  - kamizelka ratunkowa ( dopuszczalna własna kamizelka )
  - parking strzeżony dla roweru
  - numery startowe dla zawodnika i na rower
  - depozyt
6. Zawodnicy dokonujący zgłoszenia do udziału w imprezie poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie internetowej imprezy potwierdzają znajomość regulaminu i akceptują go.
7. Zawodnicy wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku oraz imienia i nazwiska w wynikach z zawodów, na materiałach promocyjnych i reklamowych organizatora, w ramach promocji imprezy TRIPLET oraz Nadleśnictwa Grodzisk
8. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje i urazy na zdrowiu uczestników zawodów. Wszyscy startujący w zawodach TRIPLET robią to na swoją odpowiedzialność, będąc w pełni świadomi swojego stanu zdrowia i ewentualnych przeciwwskazań do wykonywania tego typu ekstremalnego wysiłku.
9. Uczestnik zawodów TRIPLET wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych zgodnie z art. 13 ust. 1 i ust. 2 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 10 maja 2016 r. podczas dokonywania zgłoszenia i po uprzednim zapoznaniu się ze wszystkimi oświadczeniami dostępnymi w formularzu zapisów zawodów TRIPLET

#### **X. UWAGI KOŃCOWE:**

1. Zawody zostaną rozegrane bez względu na warunki atmosferyczne. Organizator może jednak odwołać zawody w przypadku załamania pogody (burza lub porywisty wiatr)
2. Zawodnik nie przestrzegający niniejszego regulaminu może zostać zdyskwalifikowany.
3. Każdy zawodnik zobowiązany jest do startu w stroju sportowym, jazdy na sprawnym rowerze w bezpieczny sposób i w zapiętym kasku rowerowym oraz płynięcia kajakiem z założoną i zapiętą kamizelką ratunkową.
4. Numer startowy wchodzący w skład pakietu musi być widoczny przez cały czas trwania zawodów.
5. Impreza będzie się odbywać przy ograniczonym, ale nie zamkniętym ruchu drogowym.
6. Drogi gminne i powiatowe na czas przejazdu rowerem i biegu zawodników będą czasowo zamknięte.
7. Wszyscy zawodnicy powinni poruszać się po trasach zawodów zgodnie z trasą określoną na mapie i informacjami podanymi na stronie Organizatora.
8. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za błędną interpretację oznaczeń trasy.
9. Na trasie zawodów będą punkty kontrolne sprawdzające pokonywanie trasy przez zawodników. omińnięcie punktu kontrolnego będzie równoznaczne z dyskwalifikacją zawodnika
10. Zawodnicy muszą zachować szczególną ostrożność mając na uwadze możliwość wyjechania pojazdów z dróg leśnych czy pojedynczych zabudowań.
11. Zawodnicy na całej trasie powinni zachować szczególną ostrożność w miejscach niebezpiecznych tzn. stromych zjazdach oraz na drogach publicznych.
12. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne kolizje i wypadki na trasie.
13. Każdy zawodnik zobowiązany jest do przestrzegania zasad bezpieczeństwa sanitarnego wymaganego przez organizatora.
14. Uczestnicy zobowiązani są do zachowania ostrożności podczas zawodów, stosowania się do znaków informacyjnych i ostrzegawczych organizatora, a w przypadku korzystania z fragmentów dróg publicznych - do obowiązujących znaków drogowych i zalecanej organizacji ruchu drogowego. Szczególną uwagę należy zachować podczas etapu rowerowego, gdzie obowiązuje ruch prawostronny
15. W przypadku awarii roweru w trakcie wyścigu należy usunąć się wraz z nim z trasy przejazdu w taki sposób, aby nie zakłócać przebiegu wyścigu.
16. W czasie trwania zawodów organizator zapewnia opiekę medyczną.
17. Impreza odbędzie się zgodnie z obowiązującymi na dzień zawodów wytycznymi zawartymi w rozporządzeniach Rady Ministrów dotyczących sytuacji pandemicznej na terenie Polski.
18. Wszelkie sprawy sporne powstałe podczas rozgrywania zawodów rozpatrywać będzie organizator.
19. Interpretacja regulaminu należy do organizatora.

## INFORMACJA O PRZETWARZANIU DANYCH OSOBOWYCH

Dane osobowe Użytkownika, dobrowolnie przez niego przekazane, będą przetwarzane tylko i wyłącznie po zaznajomieniu się z poniższą informacją o przetwarzaniu danych osobowych oraz po wyrażeniu zgody na ich przetwarzanie w formie oświadczenia.

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i ust. 2 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 10 maja 2016 r. informuję, iż:

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest:  
Nadleśnictwo Grodzisk, Lasówki 1, 62-065 Grodzisk Wlkp. NIP: 7880014528 (dalej: Administrator).
2. Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych Administratora jest możliwy za pomocą adresu e-mail: [iod@comp-net.pl](mailto:iod@comp-net.pl)
3. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych i wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, ale niezbędne do realizacji usługi polegającej na przeprowadzeniu imprezy pod nazwą TRIPLET w dniu 10 maja 2025 roku w godzinach 7.00 – 16.00 w miejscowości Kuźnica Zbąska. W celu właściwej realizacji usługi, o której mowa w pkt. 3 powyżej, podane przez Panią/Pana dane osobowe zostaną dodatkowo powierzone bezpośrednio do podmiotów wskazanych poniżej.
4. Administrator przetwarza Pani/Pana dane osobowe wyłącznie w zakresie niezbędnym dla realizacji jednego celu, jakim jest realizacja usługi, o której mowa w pkt. 3.
5. Dane osobowe przetwarzane są na podstawie zgody Użytkownika.
6. Przetwarzane są kategorie Pani/Pana danych osobowych podane w formularzu.
7. Pan/Pani jako Użytkownik ma prawo: o dostępu do treści swoich danych osobowych, prawo ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania danych osobowych, prawo do: przenoszenia danych, wniesienia skargi do organu nadzorczego.
8. Pani/Pana dane osobowe nie będą przekazywane odbiorcom w państwach spoza Europejskiego Obszaru Gospodarczego.
9. Pani/Pana dane osobowe zostaną powierzone podmiotom zewnętrznym: w celu realizacji usługi elektronicznej rejestracji uczestników zawodów Datasport Marek Zieliński ul. Okrężna 22, 58-310 Szczawno Zdrój NIP: 886-002-17-67, REGON: 890214832 oraz elektronicznego pomiaru czasu MiM SPORT Maciej Rzepecki Chopina 12/16 62-065 Grodzisk Wielkopolski.
10. Administrator zastrzega sobie prawo ujawnienia wybranych informacji dotyczących Użytkowników właściwym organom bądź osobom trzecim, które zgłoszą żądanie udzielenia takich informacji, w oparciu o odpowiednią podstawę prawną oraz zgodnie z przepisami obowiązującego prawa.
11. Poza przypadkami wskazanymi w pkt. 10 powyżej, informacje dotyczące Użytkowników nie zostaną ujawnione żadnej osobie trzeciej lub organowi, bez zgody osoby, której dane dotyczą.
12. Pani/Pana dane osobowe nie będą profilowane i nie nastąpi zautomatyzowane podejmowanie decyzji.
13. Pani/Pana dane osobowe są przetwarzane przez cały czas świadczenia usługi, o której mowa w pkt. 3 powyżej oraz podlegają usunięciu z bazy danych Administratora oraz podmiotów zewnętrznych, o których mowa w pkt. 9 i 10 powyżej, po okresie 12 miesięcy od zakończenia realizacji usługi, o której mowa w pkt. 3 powyżej.
14. Dane osobowe Użytkowników są przetwarzane w systemie, w którym zastosowano środki techniczne i organizacyjne zapewniające ochronę przetwarzanych danych zgodnie z wymaganiami określonymi w przepisach powszechnie obowiązującego prawa.