

SOWI **NOCNY** **BIEG** **ULICAMI DZIERŻONIOWA**

REGULAMIN

I. ORGANIZATOR

1. Organizatorem biegu jest Stowarzyszenie „Wybieram Zdrowie”
2. Współorganizatorami biegu są : Powiat Dzierżoniowski, OSiR Dzierżoniów
3. Dyrektor Biegu – Łukasz Bienias, 608 677 156 (fundacja@osiagnijcel.pl)
4. Koordynator Biegu – Krzysztof Sichniewicz, tel. 661 915 114 (fundacja@osiagnijcel.pl)

II. TERMIN

1. Sowi Bieg 2026 Edycja Nocna odbędzie się w **sobotę 16.05.2026 r.**
2. Start dystansów 5 i 10 km odbędzie się o godzinie 22:00 na OSiRze
3. Start nordic walking o godzinie 22:30 na Rynku (za stawką biegaczy)
4. Biegi towarzyszące dla dzieci rozpoczną się o godzinie 18:00

III. TRASY BIEGÓW

1. W ramach Sowiego Biegu 2026 odbędą się :
 - Bieg na 5km
 - Bieg na 10 km
 - Nordic Walking 2km
 - Biegi towarzyszące dla dzieci (100m - 1200m)
2. Trasa biegów głównych przebiegać będzie ulicami Dzierżoniowa ze startem i metą na terenie OSiR Dzierżoniów przy ulicy Strumykowej
3. Biegi dla dzieci odbędą się na Stadionie Lekkoatletycznym OSiR i terenach przyległych.
4. Start Nordic Walking odbędzie się na Rynku w Dzierżoniowie z metą na OSiR Dzierżoniów.
5. Podłożem trasy biegów na 5 i 10km oraz nordic walking jest asfalt, kostka brukowa, alejki parkowe, nawierzchnia tartanowa, a także trawiasta.
6. Trasa oznaczona będzie od startu do mety co 1km

7. Rywalizacja przeprowadzona zostanie przy ruchu zamkniętym.
8. Łączny limit zawodników na obu dystansach 5 i 10 km: 700 osób
9. Limit zawodników nordic walking : 50 osób
10. Bieg na dystansie 5 km został wytyczony na odcinku o długości 5000 m, limit czasu w jakim należy pokonać trasę to 60 min.
11. Bieg na dystansie 10 km został wytyczony na odcinku o długości 5000 m (bieg trwa dwie pętle), limit czasu w jakim należy pokonać trasę to 90 min.
12. Marsz na dystansie 2 km został wytyczony na odcinku o długości 2000 m, limit czasu w jakim należy pokonać trasę to 30 min. W biegu nie ma klasyfikacji miejsc i nagród.
13. Zawodnik, który pozostanie na trasie po upływie regulaminowego czasu, ponosi za to odpowiedzialność, stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz KC.
14. Biegi towarzyszące dla dzieci i młodzieży :
 - Dystans 100 m (dzieci urodzone do 2020 roku - 6 lat i młodsze)
 - Dystans 300 m (dzieci urodzone w latach 2017-2019)
 - Dystans 600 m (dzieci urodzone w latach 2014-2016)
 - Dystans 1200 m (dzieci urodzone w latach 2011-2013)
15. Łączny limit uczestników dla wszystkich biegów towarzyszących – 200 osób. Zaplanowano osobne starty dla dziewcząt i chłopców.

IV. BIURO ZAWODÓW

1. Biuro zawodów mieścić się będzie w hali do koszykówki pomiędzy kortami tenisowymi i halą główną im. Jerzego Klempela na terenie OSiR Dzierżoniów przy ul. Strumykowej 1.
2. Odbiór pakietów startowych w dniu zawodów, w godz. 16:00 – 21:45
3. Odbiór pakietów na biegi towarzyszące dla dzieci i młodzieży 16:00 – 17:45 !
Dopuszcza się możliwość odbioru pakietu startowego za innego uczestnika biegu.
Zawodnik, który prosi o odbiór pakietu w jego imieniu, zgłasza ten fakt do dnia 10.05.2026 **wyłącznie** poprzez **wysłanie e-mail** na adres fundacja@osiagnijcel.pl , wskazując osobę, która odbierze jego pakiet. W przypadku nie przesłania maila, nie ma możliwości odbioru pakietu przez inną osobę.
4. Organizator dopuszcza bezpłatną możliwość przepisania pakietu startowego na innego uczestnika do dnia 30.04.2026 r. Po tym terminie opłata za przepisanie pakietu wynosi 50zł.
BRAK MOŻLIWOŚCI PRZEPISANIA PAKIETU W DNIU BIEGU !
5. Organizator zapewnia **BEZPŁATNY** parking na 400 pojazdów dla uczestników biegu na terenie OSiR oraz terenach przyległych.

V. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W biegu mogą wziąć udział osoby, które najpóźniej w dniu 16.05.2026 r. ukończą 16lat.
2. Zasady zachowania uczestników imprezy istotne dla bezpieczeństwa ruchu drogowego :
 - biegi będą się odbywać przy zamkniętym ruchu drogowym, jednak przez całą trasę bezwzględnie należy zachować pełną czujność oraz trzymać się prawej strony jezdni
 - w czasie trwania biegu uczestnicy zobowiązani są stosować się do poleceń Organizatorów, służb porządkowych Organizatora oraz służ mundurowych, które odpowiadają za bezpieczeństwo zawodników
 - w przypadku pojawienia się na trasie pojazdu uprzywilejowanego, z sygnalizacją świetlną, dźwiękową, uczestnicy biegu zobowiązani są do ustąpienia przejazdu takiemu pojazdowi
 - osobom uczestniczącym w zawodach zabrania się opuszczać wyznaczoną przez służby porządkowe trasę zawodów.
3. Każdy zawodnik w pakiecie startowym otrzyma numer startowy z chipem, przekazanie swojego numeru startowego innej osobie spowoduje dyskwalifikację obu zawodników.
4. Każdy zawodnik pokonujący dystans biegu w sposób niedozwolony lub poruszający się poza wyznaczoną trasą zostanie zdyskwalifikowany.
5. Wolniejszy zawodnik musi ustąpić pola szybszemu.
6. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia NNW.
7. Zawodnicy **nie mogą** używać kijków biegowych i trekkingowych w biegu na 5 i 10km, chyba że startują w konkurencji „Nordic Walking”
8. Zawodnicy muszą mieć numer startowy przymocowany z przodu ciała w widocznym miejscu.
9. Zawodnik zgłaszając się i opłacając start w biegu oświadcza, że startuje w nim na własną odpowiedzialność, i że nie występują u niego przeciwwskazania lekarskie do udziału oraz rywalizacji sportowej.
10. Rodzice oraz opiekunowie prawni nie są zwolnieni z opieki nad małoletnimi na czas trwania zawodów.

VI. ZGŁOSZENIA I OPŁATY

1. Zgłoszenia należy dokonać poprzez elektroniczny formularz zgłoszeniowy : <https://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=11598>
2. Zgłoszenia elektroniczne przyjmowane są do godziny 24:00 (środa) 13.05.2026
3. Zgłoszenie będzie widoczne na liście po dokonaniu opłaty.
4. W zgłoszeniu zawodnik deklaruje dystans oraz akceptuje Regulamin Biegu.

5. Opłaty za start BIEGI 5 i 10km :

- 80 zł – w dzień otwarcia zapisów
- 90 zł – po 200 opłaconych
- 100 zł – po 300 opłaconych
- 110 zł – po 400 opłaconych
- 120 zł – po 500 opłaconych

NORDIC WALKING

- **TYLKO** w dzień startu w BIURZE ZAWODÓW 50 zł

8. Osoby urodzone przed 1957 rokiem – 100 % zniżki za udział w dowolnym biegu/marszu

9. Opłata startowa **nie podlega** zwrotowi i **nie ma** możliwości zrezygnowania z udziału wraz ze zwrotem opłaty startowej, prosimy o rozważną rejestrację.

10. Opłaty za biegi towarzyszące dla dzieci i młodzieży:

- 40 zł w dniu zawodów (**płatność gotówką lub BLIK**)

11. Zgodnie z przepisami podatkowymi, ze względu na dokonanie płatności przed wykonaniem usługi, zostanie wystawiona faktura zaliczkowa obejmująca pełną kwotę wniesionej opłaty. Tym samym faktura zaliczkowa jest jednocześnie fakturą końcową.

12. Akceptując Regulamin, uczestnik wyraża zgodę na przesyłanie/udostępnianie faktur bez podpisu odbiorcy, w formie elektronicznej. Zgoda ta nie wyłącza prawa Organizatora do wystawiania i przesyłania faktur w formie papierowej. Faktury wysyła się po wcześniejszym e-mailu na adres organizatora w terminie do 7 dni od jego otrzymania oraz do 7 dni **PO** imprezie.

VII. ŚWIADCZENIA

W ramach pakietów startowych uczestnikom zawodów zapewniamy:

1. Ubezpieczenie OC Imprezy
2. Bufet z napojami na trasie zgodnie z informacjami przedstawionymi na stronie zawodów
3. Bufet na mecie zawodów
4. Pamiątkową koszulkę Sowiego Biegu
5. Pamiątkowy numer startowy oraz chip do elektronicznego pomiaru czasu
6. Elektroniczny pomiar czasu
7. Pamiątkowe medale dla osób, które ukończą bieg
8. Nagrody i statuetki dla najlepszych zawodników na poszczególnych trasach
9. Profesjonalne zabezpieczenie medyczne
10. Obsługę techniczną, medialną, biura zawodów, konferansjerów

VII. RYWALIZACJA I NAGRODY

1. Biegi mają charakter rywalizacji sportowej.
2. Najszybsze kobiety i najszybsi mężczyźni na każdej z tras zostaną nagrodzeni.
3. Klasyfikacje wiekowe prowadzone są **tylko w biegu** na 5 km i 10 km.
4. Podczas zawodów prowadzone będą następujące klasyfikacje:

OPEN kobiet i OPEN mężczyzn oraz :

Klasyfikacje wiekowe:

- K20, M20: 16-29 lat
- K30, M30: 30-39 lat
- K40, M40: 40-49 lat
- K50, M50: 50-59 lat
- K60, M60: 60-69 lat
- K70, M70: 70+ lat

• **Klasyfikacje dodatkowe :**

- DRUŻYNOWA (Minimum 6 osób, w tym minimum 2 kobiety)
- NAJLEPSZA DZIERŻONIOWIANKA na 5 km i 10 km
- NAJLEPSZY DZIERŻONIOWIANIN na 5 km i 10 km
- Drużynowe Mistrzostwa Szkół Średnich Powiatu Dzierżoniowskiego na 5 km (Minimum 10 osób startujących, wygrywa suma czasów najlepszych 5 startujących ze szkoły)
- Drużynowe Mistrzostwa Dzierżoniowa Szkół Podstawowych w biegu przełajowym na dystansie 1200 m (Minimum 10 osób startujących ze szkoły, wygrywa suma czasów najlepszych 5 startujących)
- Grand Prix Powiatu Dzierżoniowskiego : „Piławska Skała” i „Sowi Bieg” Kobiet i Mężczyzn (**tylko** dystans długi odpowiednio 12 km i 10 km) – wręczenie statuetek 31.05.2026 w Piławie Górnej podczas dekoracji dystansu „Piławskiej Skały”
- Klasyfikacja Samorządowców (pracownicy urzędów, radni, politycy) na 5km i 10km

5. Podstawą klasyfikacji jest elektroniczny pomiar czasu. Na trasie biegu oraz na starcie i na mecie znajdować się będą maty kontrolne, które odnotowują pojawienie się uczestnika w danym punkcie. Brak odczytu na danym punkcie może spowodować dyskwalifikację uczestnika.

6. Klasyfikacja uczestnika odbywa się na podstawie czasów brutto, liczonych od momentu startu biegu do momentu odczytu chipa na mecie.
7. W wynikach końcowych biegu każdy uczestnik otrzymuje informację o czasie brutto.
8. Nieoficjalne wyniki biegu zostaną zamieszczone na stronie www.datasport.pl bezpośrednio po biegu.
9. Pisemne protesty dotyczące wyników przyjmowane są do dnia 17.05.2026 r. do końca dnia na adres mailowy fundacja@osiagnijcel.pl. Protesty będą rozpatrywane na bieżąco w możliwie jak najkrótszym czasie.
10. Ostateczne i oficjalne wyniki zostaną opublikowane w dniu 17.05.2024 r.
11. Po dniu 17.05.2026 Organizator nie będzie przyjmował protestów i nie będzie wprowadzał zmian na listach z wynikami.
12. Zdobywcy miejsc I – III w klasyfikacjach open kobiet i open mężczyzn otrzymają pamiątkowe statuetki.
13. Zdobywcy miejsc I – III w klasyfikacjach wiekowych otrzymają pamiątkowe statuetki.
14. Organizator zastrzega sobie prawo do ufundowania dodatkowych nagród w wybranych przez siebie kategoriach i klasyfikacjach.

VIII. ZEJŚCIE Z TRASY

1. Niezależnie od miejsca rezygnacji, jeśli uczestnik wycofa się z biegu w trakcie rywalizacji jest zobowiązany niezwłocznie poinformować o tym Organizatora **telefonicznie** na numer telefonu wskazany na numerze startowym uczestnika lub najbliższemu wolontariuszowi.
2. Transport z innych punktów odżywczych lub innych miejsc na trasie odbywa się po indywidualnych ustaleniach z koordynatorem zejść z trasy (numer telefonu umieszczony na numerze startowym uczestnika).
3. Osoby, które nie zgłoszą niezwłocznie Organizatorowi swojego zejścia z trasy mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji medycznej i poszukiwawczej.

IX. BEZPIECZEŃSTWO

1. Zabrania się pozostawiania cennych rzeczy (telefonów, dokumentów) w depozytach.
2. Organizator zwraca uwagę uczestników na wielość niebezpieczeństw i zagrożeń wynikających z uczestnictwa w imprezie sportowej, związanych z dużym wysiłkiem fizycznym, które mogą polegać m.in. na ryzyku utraty życia i zdrowia. Organizator zaleca przed rozpoczęciem przygotowań do zawodów oraz w trakcie przygotowań dokonanie stosownych badań medycznych lub konsultacji lekarskiej, w zależności od wieku oraz kondycji fizycznej uczestnika.

3. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników zawodów.
4. Organizator nie zapewnia uczestnikom zawodów ubezpieczenie NNW.
5. Organizator nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem w zawodach.
6. Warunkiem uczestnictwa w zawodach jest upoważnienie personelu medycznego i paramedycznego zatrudnionego w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu poszkodowanego uczestnika w bezpieczne miejsce. Zapis klauzuli dostępny jest przy zapisie w systemie elektronicznym Datasport na zawody, a zawodnik rejestrując się do startu i opłacając udział, akceptuje treść klauzuli.
7. Służby medyczne lub Organizator zawodów mogą zakazać dalszego kontynuowania biegu przez uczestnika, jeśli zachodzi podejrzenie złego stanu zdrowia zagrażającego życiu lub zdrowiu uczestnika.
8. Akceptując niniejszy Regulamin, uczestnik potwierdza, że udział w zawodach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego formularza rejestracyjnego oraz dokonanie opłaty rejestracyjnej oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w zawodach i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w zawodach wyłącznie na własną odpowiedzialność.
9. Warunkiem uczestnictwa w biegu jest posiadanie odpowiedniego oraz aktualnego badania lekarskiego dopuszczającego do startu w wybranym biegu lub zaakceptowanie podczas rejestracji oświadczenia dotyczącego stanu zdrowia uczestnika oraz braku przeciwwskazań do udziału w zawodach.
10. Nad bezpieczeństwem uczestników na trasach zawodów będzie czuwać profesjonalna grupa ratowników medycznych wraz z odpowiednim zabezpieczeniem.

X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Dane osobowe Uczestników imprezy będą przetwarzane zgodnie z obowiązującymi przepisami prawnymi, tj. Ustawą z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych. Administratorem danych osobowych przetwarzanych jest Stowarzyszenie „Wybieram zdrowie”. Dane osobowe uczestników będą przetwarzane w celach przeprowadzenia

imprezy, wyłonienia zwycięzcy i przyznania, wydania, odbioru i rozliczenia nagrody. Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w zawodach. Organizator nie będzie ujawniał pozyskanych danych osobowych żadnym osobom trzecim.

2. Zapisując się do udziału w zawodach uczestnik akceptuje Regulamin i wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie jego wizerunku utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo oraz udziela Organizatorowi nieodpłatnej licencji na wykorzystanie go na wszystkich polach eksploatacji, w szczególności tych wymienionych w art. 50 ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych (w zakresie utrwalania i zwielokrotniania utworu – wytwarzanie określoną techniką egzemplarzy utworu, w tym techniką drukarską, reprograficzną, zapisu magnetycznego oraz techniką cyfrową; w zakresie obrotu oryginałem albo egzemplarzami, na których utwór utrwalono – wprowadzanie do obrotu, użyczenie lub najem oryginału albo egzemplarzy; w zakresie rozpowszechniania utworu tj. publiczne wykonanie, wystawienie, wyświetlenie, odtworzenie oraz nadawanie i reemitowanie, a także publiczne udostępnianie utworu, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i czasie przez siebie wybranym), do wykorzystania do promocji i organizacji biegu, udostępniania sponsorom oraz partnerom biegu w celu ich promocji w kontekście udziału w imprezie, zamieszczania i publikowania na promocyjnych materiałach drukowanych Organizatora, w prasie, na stronach internetowych oraz w przekazach telewizyjnych i radiowych.
3. Uczestnicy mają obowiązek przestrzegania porządku publicznego, poleceń służb porządkowych oraz poszanowania pozostałych uczestników biegu.
4. Organizator ma prawo usunąć z trasy biegu oraz terenu wydarzenia osoby, które w jakikolwiek sposób zakłócają porządek publiczny, przebieg biegu lub zachowują się niezgodnie z Regulaminem.
5. Zorganizowana pomoc osób trzecich (support) jest dopuszczona zarówno w strefach punktów żywieniowych, jak i na trasie, z zastrzeżeniem, iż nie powoduje ona przeszkody dla innych zawodników w udziale w imprezie.
6. Organizator dopuszcza pomoc osób trzecich na trasie w przypadkach, gdy jest to spontaniczna pomoc, np. innego zawodnika lub gest gościnności mieszkańców miejscowości, a także osób spotykanych na trasach.
7. Nierespektowanie Regulaminu może być powodem dyskwalifikacji zawodnika.

8. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za odwołanie biegu z przyczyn od niego niezależnych i niemożliwych do przewidzenia.
9. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie, o których informować będzie przed rozpoczęciem imprezy. Komunikat w tej sprawie dostępny będzie na stronie internetowej: www.sowi.run oraz w ramach profilu Sowi Bieg na portalu społecznościowym Facebook.
10. Wszelkie reklamacje rozpatrywane są w ciągu 14 dni pod adresem fundacja@osiagnijcel.pl



**POWIAT
DZIERŻONIOWSKI**

Dzierżoniów
nastraja pozytywnie

