

REGULAMIN

Cieplicka Piątka i Uzdrowskowa Mila

11.04.2026 r.

1. CEL IMPREZY:

- Propagowanie zdrowego stylu życia, aktywnego wypoczynku i rekreacji.
- Popularyzacja biegania jako dostępnej formy rekreacji ruchowej.
- Promocja Miasta Jelenia Góra.

2. ORGANIZATOR:

Miasto Jelenia Góra i
Grabek Promotion Sp. z o.o.,
Karola Miarki 42, 58-500 Jelenia Góra, Polska
tel./fax. +48 (75) 76 123 76

e-mail: biuro@superbieg.pl

rachunek bankowy:

Santander BP O/Jelenia Góra nr rachunku: 75 1090 1708 0000 0001 2959 6831

3. Program Półmaratonu Jeleniogórskiego 2026:

• Sobota - 11.04.2026

- Cieplicka Piątka - [link do zapisów](#)
- Uzdrowskowa Mila (1600 m) - bieg/marsz/nordic walking - [link do zapisów](#)
- Cieplicki Bieg Juniora - [link do zapisów](#)

• Niedziela - 12.04.2026

- Półmaraton Jeleniogórski - [link do zapisów](#)
- Jeleniogórska Dziesiątka - [link do zapisów](#)

4. BIURO ZAWODÓW:

Park Zdrojowy - przy Teatrze Animacji w Jeleniej Górze – Cieplicach

Obsługa Zawodników:

10.04.2026 (piątek) – godz. 16.00 – 18.00

11.04.2026 (sobota) – godz. 12.00 – 16.45

5. TERMIN I MIEJSCE:

- Termin: 11 kwietnia 2026
- Start: Plac Piastowski, Jelenia Góra – Cieplice
- Meta: Park Zdrojowy, Jelenia Góra – Cieplice

Dokładne godziny starty zostaną opublikowane na stronie www organizatora.

6. UCZESTNICTWO:

- 6.1. Impreza ma charakter otwarty. Prawo startu mają osoby:
 - które ukończyły 18 lat,

- poniżej 18 lat za pisemną zgodą rodziców lub opiekunów prawnych na oświadczeniu.
[Pobierz Oświadczenie!](#) (Oświadczenie należy złożyć w biurze zawodów przy odbiorze numeru startowego)
- 6.2. Zawodnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani i odebrać numer startowy w Biurze Zawodów, w dniach 10-11.04.2026 r.
- 6.3. W celu odebrania pakietu startowego należy:
 - pokazać bilet z kodem QR (który został wysłany na podany adres email lub dostępny w zgłoszeniu zawodnika)
 - lub pokazać dokument potwierdzający tożsamość
 - lub przez osobę upoważnioną – na podstawie przekazanego przez Uczestnika kodu QR lub zdjęcia/kserokopii dokumentu tożsamości uczestnika.
- 6.4. Nieodebrane świadczenia w ramach opłaty startowej, nie będą wysyłane ani wydawane w terminie późniejszym.
- 6.5. Organizator nie wyraża zgody na start osób z numerem startowym przypisanym do innego biegacza. Zawodnik startujący z numerem startowym, do którego przypisane są dane innej osoby zostanie zdyskwalifikowany. Można przepisać pakiet tak zwana "cesja" opisana dalej.
- 6.6. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane w widocznym miejscu z przodu osoby. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości lub jego modyfikacja (obcinanie, zaginanie, itp.) może mieć negatywny wpływ na wynik zawodnika.
- 6.7. Uzdrowskowa miła to opcja dla każdego - jest to bieg, marsz czy spacer z kijami do nordic walkingu.

7. ZGŁOSZENIA/ OPŁATY:

- 7.1. Zgłoszenia przyjmowane są przez elektroniczny formularz zgłoszeniowy na stronie www.jelenia.superbieg.pl do 11.04.2026 lub do wyczerpania limitu.
- 7.2. Zgłoszenie uważa się za kompletne, jeżeli zostaną spełnione łącznie następujące warunki:
 - A. zostanie wypełniony formularz zgłoszeniowy
 - B. zaksięgowana zostanie opłata startowa.
- 7.3. Organizator ustala limity na każdy dystans:
 - limit 300 uczestników - Cieplicka Piątka
 - limit 300 uczestników - Uzdrowskowa MiłaOrganizator zastrzega sobie prawo do zmian limitów wydarzenia.
- 7.4. Wysokość opłat startowych:

Cieplicka Piątka	Uzdrowskowa Miła
• 79 PLN – do 28.02.2026 r. • 99 PLN – do 11.04.2026 r (bez gwarancji otrzymania medalu na mecie)	• 59 PLN – do 28.02.2026 r. • 79 PLN – do 11.04.2026 r (bez gwarancji otrzymania medalu na mecie)
PAMIĄTKOWA KOSZULKA T-SHIRT: • 49 PLN - pamiątkowa koszulka (opcja wykupienia dostępna do 15.03.2026 r.)	

Opłata startowa jest opłatą przede wszystkim za uczestnictwo w biegu. Opłata ta przeznaczona jest na pokrycie kosztów organizacyjnych imprezy.

W ramach opłaty uczestnik otrzymuje:

- numer startowy z chipem i agrałkami,
- worek do depozytu i przechowanie depozytu
- zabezpieczoną i oznakowaną trasę biegu,
- dostęp do bufetu na mecie biegów,
- pamiątkowy medal wręczany na mecie biegu,
- pomiar czasu, wyniki
- pamiątkową koszulkę t-shirt (zgodnie z wybraną opcją pakietu startowego)
- pamiątkowy, imienny dyplom uczestnictwa z wynikiem (do pobrania w biurze zawodów po ukończeniu biegu lub dostępny do wydruku na stronie internetowej),
- nagrody rzeczowe, trofea lub medale dla zwycięzców
- materiały, próbki reklamowe od sponsorów i partnerów imprezy,

- 7.5. Płatność dokonywana może być za pomocą bezpiecznych płatności internetowych podczas rejestracji (zalecane) lub bezpośrednio na konto Organizatora.

Wzór wypełnienia przelewu:

Odbiorca:	Grabek Promotion sp. z o.o. Karola Miarki 42 58-500 Jelenia Góra
Nr konta: dla przelewów z zagranicy (IBAN)	75 1090 1708 0000 0001 2959 6831 PL75 1090 1708 0000 0001 2959 6831 (SWIFT CODE: WBKPPLPP)
Tytuł wpłaty:	opłata startowa PJ 21km, <i>Imię i Nazwisko zawodnika</i> lub opłata startowa PJ 10km, <i>Imię i Nazwisko zawodnika</i>

- 7.6. Opłata startowa nie podlega zwrotowi ani przeniesieniu na inne imprezy Organizatora, zgodnie z art. 38 ustawy o prawach konsumenta. Wyjątek stanowi sytuacja, gdy bieg zostanie odwołany z przyczyn leżących wyłącznie po stronie Organizatora – w takim przypadku uczestnik otrzymuje zwrot pełnej opłaty startowej.

W przypadku zdarzeń niezależnych od Organizatora (np. decyzje administracyjne, klęski żywiołowe, epidemie, inne zdarzenia o charakterze siły wyższej), Organizator zastrzega sobie prawo do:

- zmiany terminu imprezy,
- zmiany formuły imprezy (np. bieg wirtualny),
- przeniesienia opłaty startowej na inną imprezę Organizatora.

W takich przypadkach uczestnikowi nie przysługuje prawo do żądania zwrotu opłaty.

- 7.7. **CESJA STARTU:** Zawodnik może przenieść swój start na innego biegacza, który nie posiada jeszcze numeru startowego, do dnia 31.03.2026 r. - opłata za przeniesienie - 20 zł.

Cesji dokonuje się w indywidualnym profilu zawodnika (w edycji danych). Należy postępować zgodnie z instrukcją.

Organizator nie ponosi odpowiedzialności za błędy zawodników przenoszących swój numer startowy na innego zawodnika.

ZMIANA DYSTANSU - zmiana możliwa po wystąpieniu wiadomości na adres organizatora biuro@superbieg.pl tytułem 'zmiana zgłoszenia' - opłata za zmianę dystansu - 10 zł - (dot. zmiany z uzdrowskiej mili na 5 km).

- 7.8. Za błędnie zrealizowany przelew zawodnik ponosi koszty ewentualnego zwrotu w wysokości 50 PLN. (Koszt obejmuje: koszty zwrotnego przelewu, koszty prowizji systemów płatności online, przygotowania formularza zwrotu oraz jego zatwierdzenia do zwrotu, koszty księgowania)

- 7.9. Faktury VAT

Wystawiamy zgodnie z obowiązującymi przepisami Ustawy o podatku od towarów i usług. Organizator nie ma obowiązku wystawienia faktury, jeżeli żądanie jej wystawienia zgłoszone zostało po upływie ustawowych terminów.

8. TRASA:

- Trasa będzie oznakowana co 1 km
- Mapa tras dostępna jest na stronie <https://jelenia.superbieg.pl/>
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany przebiegu trasy ze względu na zalecenia instytucji publicznych lub bezpieczeństwo uczestników.

9. POMIAR CZASU:

- Klasyfikacja open i wiekowa odbywa się na podstawie czasów rzeczywistych (netto – liczonych od przekroczenia linii startu). Wyjątkiem jest pierwszych 50 osób przekraczających linię mety, które są klasyfikowane na podstawie czasów brutto – od komendy "start".
- Pomiar czasu odbywa się za pomocą chipów przyczepionych do numeru startowego
- Na trasie będą znajdować się punkty kontrolne elektronicznego pomiaru czasu – ominięcie któregoś z punktów pomiarowych karane będzie dyskwalifikacją

10. LIMIT CZASU:

- 10.1. Ustala się limit 1h od startu obu biegów
- 10.2. Zawodnicy po upływie wskazanego limitu czasu nie zostaną sklasyfikowani i pozostają na trasie na własną odpowiedzialność.

11. KATEGORIE I NAGRODY:

11.1. Klasyfikacja open kobiet

- nagradzane będzie pierwsze 5 kobiet na mecie
- będzie prowadzona na obu dystansach (5 km i uzdrowskowa mila)

11.2. Klasyfikacja open mężczyzn

- nagradzanych będzie pierwszych 5 mężczyzn na mecie
- będzie prowadzona na obu dystansach (5 km i uzdrowskowa mila)

11.3. Klasyfikacje w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn na obu dystansach (5 km i uzdrowskowa mila):

- KM – roczniki 2009 i młodsze
 - K18 – roczniki 2008 – 2002
 - K25 – roczniki 2001 – 1997
 - K30 – roczniki 1996 – 1992
 - K35 – roczniki 1991 – 1987
 - K40 – roczniki 1986 – 1982
 - K45 – roczniki 1981 – 1977
 - K50 – roczniki 1976 – 1972
 - K55 – roczniki 1971 – 1967
 - K60 – roczniki 1966 – 1962
 - K65 – roczniki 1961 – 1957
 - K70 – roczniki 1956 i starsze
-
- MM – roczniki 2009 i młodzi
 - M18 – roczniki 2008 – 2002
 - M25 – roczniki 2001 – 1997
 - M30 – roczniki 1996 – 1992
 - M35 – roczniki 1991 – 1987
 - M40 – roczniki 1986 – 1982
 - M45 – roczniki 1981 – 1977
 - M50 – roczniki 1976 – 1972
 - M55 – roczniki 1971 – 1967
 - M60 – roczniki 1966 – 1962
 - M65 – roczniki 1961 – 1957
 - M70 – roczniki 1956 i starsi

11.4. Nagrody

Na 5 km:

- Zawodnicy z miejsc 1-5 w klasyfikacji open kobiet i mężczyzn otrzymają nagrody rzeczowe i trofea sportowe.

Na uzdrowskowej mili:

- Zawodnicy z miejsc 1-5 w klasyfikacji open kobiet i mężczyzn otrzymają nagrody rzeczowe i trofea sportowe.

12. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- 12.1. Ze względów bezpieczeństwa w biegu zabroniony jest udział osób poruszających się na rowerach, rolkach, itp. oraz biegnących ze zwierzętami.
- 12.2. **DEPOZYT** - Zawodnicy mogą zostawić rzeczy w specjalnie wyznaczonym miejscu. Rzeczy z depozytu można będzie odebrać tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia przez zawodnika numeru startowego Organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę. Uwaga! Przedmioty wartościowe oraz dokumenty - zawodnicy zostawiają w depozycie na własną odpowiedzialność.
- 12.3. **SZATNIE** - dla uczestników będą dostępne bezpłatnie w namiotach oznaczonych „szatnia”.
- 12.4. Uczestnik zapisując się do udziału w Cieplickiej Piątce i Uzdrowskowej Mili oświadcza, że:

- Zapoznał(-a) się z Regulaminem biegu i w pełni go akceptuje
 - Zna zasady przetwarzania danych osobowych opisane w Regulaminie, zgodnie z art. 13 RODO.
 - Startuje w biegu na własną odpowiedzialność i przyjmuje do wiadomości, że udział w wydarzeniu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko oraz zagrożenia wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała, urazów (w tym śmierci) oraz szkód i strat o charakterze majątkowym. Uczestnik ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko.
 - Oświadcza, że jego/jej stan zdrowia pozwala na udział w biegu i nie posiada przeciwwskazań medycznych do wysiłku fizycznego.
 - Dane podane w zgłoszeniu są zgodne ze stanem faktycznym i uczestnik przyjmuje do wiadomości, że podanie danych niezgodnych z prawdą może skutkować odpowiedzialnością przewidzianą w obowiązujących przepisach prawa.
 - Uczestnik wyraża nieodpłatną, niewyłączną i – w granicach prawa – nieodwołalną zgodę na utrwalanie, zwielokrotnianie i rozpowszechnianie jego wizerunku utrwalonego podczas Cieplickiej Piątki i Uzdrowskiej Mili 2026 oraz wydarzeń towarzyszących przez Grabek Promotion sp. z o.o. (Organizatora), a także na rzecz sponsorów i partnerów wydarzenia, w zakresie promocji biegu, relacjonowania jego przebiegu oraz promocji działalności Organizatora i współpracy ze sponsorami/partnerami. Zgoda dotyczy ujęć indywidualnych i grupowych oraz obejmuje prawo do kadrowania, montażu, łączenia z innymi materiałami, korekty kolorystycznej i stosowania grafik/logotypów. Zgoda obejmuje wszystkie typowe formy wykorzystania wizerunku – m.in. Internet (w tym media społecznościowe), prasę, materiały drukowane, media elektroniczne oraz materiały promocyjne i reklamowe. Bez ograniczeń czasowych i terytorialnych.
 - Przyjmuje do wiadomości, że podanie danych osobowych jest dobrowolne, ale niezbędne do udziału w biegu.
 - Akceptuje, że w razie wystąpienia okoliczności niezależnych od Organizatora (np. bardzo trudne warunki pogodowe, decyzje władz, inne nadzwyczajne sytuacje uniemożliwiające bezpieczne przeprowadzenie biegu), impreza może zostać przeniesiona na inny termin wskazany przez Organizatora. W takim przypadku opłata startowa zostaje przeniesiona na nowy termin i nie podlega zwrotowi.
- 12.5. Przekazanie danych osobowych Uczestnika jest dobrowolne, jednakże stanowi warunek uczestnictwa w biegu.
- 12.6. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w Regulaminie w uzasadnionych przypadkach, w szczególności z przyczyn niezależnych od Organizatora, mających wpływ na przebieg lub organizację biegu. Aktualna i obowiązująca wersja Regulaminu będzie każdorazowo publikowana na stronie internetowej biegu www.jelenia.superbieg.pl. Zmiany wchodzi w życie z dniem ich opublikowania, a Uczestników obowiązuje Regulamin w brzmieniu aktualnym na dzień rozpoczęcia imprezy.

13. INFORMACJE O PRZETWARZANIU DANYCH OSOBOWYCH:

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i ust. 2 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych (RODO), informujemy, że:

- 13.1. Administratorem podanych danych osobowych w formularzu zgłoszeń jest Grabek Promotion Sp. z o.o. (Organizator imprezy), mamy siedzibę w Jeleniej Górze, ul. K. Miarki 42. Można się z nami skontaktować poprzez adres e-mail

biuro@superbieg.pl, telefonicznie pod numerem +48 75 76 123 76 lub pisemnie na adres siedziby.

- 13.2. Dane które Pan(i) podaje w formularzu zgłoszeń będziemy przetwarzać w celu:
- przede wszystkim, aby wypełnić Umowę jaką zawarliśmy z Panią/Panem, czyli Pani/Pan udziału w naszej imprezie biegowej
 - informacyjnym np. listy startowe, wyniki z imprezy, informacje prasowe etc.
 - dowodowym, archiwalnym,
 - wykonywania rozliczeń finansowych, wystawiania faktur,
 - prowadzenia marketingu bezpośredniego produktów i usług

w/w na podstawie art. 6 ust. 1 lit b RODO.

- w innym usprawiedliwionym prawnie interesie (np. sporządzanie dokumentacji podatkowej, obsługa procesu reklamacyjnego, dochodzenia ewentualnych roszczeń, przeciwdziałania oszustwom i nadużyciom itp.), na podstawie art. 6 ust. 1 lit f) RODO.
- 13.3. Podane dane mogą być przekazywane pracownikom, współpracownikom oraz podwykonawcom z nami współpracującymi przy organizacji imprez. M.in. dostawcom usług pomiaru czasu, IT, dostawcom usług fotograficznych i video, partnerom i sponsorom imprez sportowych – w zakresie niezbędnym dla realizacji wcześniej wymienionych celów przetwarzania danych osobowych.
- 13.4. Pani/Pana dane osobowe nie będą przekazywane do odbiorców znajdujących się w państwach poza Europejskim Obszarem Gospodarczym.
- 13.5. Podane dane osobowe będą przechowywane na czas niezbędny do wykonania umowy związanej z imprezą sportową i uprawnień uczestnika wynikających z udziału w imprezie, jednakże nie dłuższy niż 5 lat (okres wynikający z przepisów szczególnych – ustawa o rachunkowości).
- 13.6. Posiada Pani/Pan prawo dostępu do treści swoich danych oraz prawo ich sprostowania, usunięcia, lub ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo wniesienia sprzeciwu z przyczyn związanych ze szczególną sytuacją.
- 13.7. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych jest warunkiem zawarcia umowy – uczestnictwa w imprezie sportowej, konsekwencją niepodania danych osobowych będzie brak możliwości uczestniczenia przez Panią/Pana w imprezie sportowej.

Jelenia Góra, 11.12.2026