

## **„BIEG NIEPODLEGŁOŚCI 2021 - POBIEGNIJ DLA SIEBIE”**

### **ZASADY UCZESTNICTWA**

#### **I. Bieg wirtualny**

1. Organizatorem „Biegu Niepodległości – pobiegnij dla siebie” (zwanego dalej także Biegiem) jest Stołeczne Centrum Sportu AKTYWNA WARSZAWA, jednostka budżetowa z siedzibą w Warszawie, przy ulicy Rozbrat 26, 00-429.
2. Bieg Niepodległości odbędzie się w tym roku w terminie 11-14 listopada, w formie wirtualnej inicjatywy dostępnej dla wszystkich zainteresowanych biegaczy i biegaczek (dalej jako Uczestnicy/Uczestnik).
3. Celem wydarzenia jest propagowanie zdrowego stylu życia i uczczenie na sportowo rocznicy odzyskania niepodległości przez Polskę.

#### **II. Kto może wziąć udział w Biegu? Gdzie biegać? Na jakim dystansie?**

1. W Biegu może wziąć udział każdy, a podjęcie się udziału jest samodzielną decyzją Uczestnika, który odpowiada za stan swojego zdrowia i wszelkie innego skutki związane ze startem.
2. Nie ma wyznaczonych miejsc do udziału w Biegu, to Uczestnik wybiera trasę. Każdego Uczestnika obowiązuje ten sam dystans do pokonania w dniach 11-14 listopada tj. 10 km.

#### **III. Jak zapisać się i zgłosić wynik?**

1. Zapisy na Bieg rozpoczną się 27 października o godz. 12:00. Do zapisu niezbędne jest wypełnienie prostego formularza zgłoszeniowego dostępnego od wskazanego terminu na [aktywnawarszawa.pl](http://aktywnawarszawa.pl).
2. Formularz zgłoszeniowy należy poprawnie wypełnić (i tym samym zakończyć rejestrację) najpóźniej do 14 listopada 2021 r. do 23:59.
3. Wynik należy przesłać (zarejestrować) najpóźniej do 15 listopada 2021 r. 23:59, czyli o dzień dłużej niż trwa bieg. Po tym terminie, nie będzie możliwości rejestracji wyników i nie będą one przyjmowane w żadnej formie. Autoryzacja wyniku i jego publikacja na liście przez Organizatora może zająć trochę czasu. Wyniki będą weryfikowane przez Organizatora wg kolejności wpływu.
4. Warunkiem zarejestrowania czasu w wynikach jest wczytanie do wyników elektronicznego zapisu biegu w postaci śladu GPS. Dla zachowania sportowego charakteru rywalizacji w Biegu nie będą honorowane żadne inne sposoby dokumentowania Biegu jak zdjęcia zegarków czy screeny z aplikacji. Wymagany jest wykonany we własnym zakresie pomiar czasu Biegu zegarkiem lub aplikacją w telefonie, pozwalającym utworzyć plik ze śladem GPS (zwykle jest to plik o rozszerzeniu gpx lub tcx).
5. Osobom, które nie korzystały dotychczas z żadnego rozwiązania rejestracji śladu GPS w zawodach korespondencyjnych (wirtualnych) polecamy użycie darmowych aplikacji (np. Strava,

RunKeeper, Pace Control) w telefonie komórkowym. Polecamy przetestować wybraną aplikację i ustawienia telefonu wcześniej na kilku treningach przed wykonaniem docelowego biegu.

6. Dopuszczalne sposoby pomiaru czasu:

- a. Zegarek sportowy (np. Garmin, Polar, Suunto, Tomtom itd.) pozwalający pobrać z dedykowanej mu strony internetowej plik gpx, tcx ze śladem GPS biegu by dodać go do wyników zawodów.
- b. Aplikacja w telefonie (np.: Strava, RunKeeper, Pace Control itd.) pozwalająca pobrać ze strony aplikacji plik gpx, tcx ze śladem GPS biegu by dodać go do wyników zawodów.
- c. Zegarek sportowy (np. Garmin, Polar, Suunto) podłączony do systemu zgłoszeń wyników. Podczas wypełniania formularza automatycznie przesyła biegi, a pierwszy pasujący dystansem i wykonany w czasie regulaminowym zawodów zostanie automatycznie zaliczony do wyników biegu.

7. Organizator nie poleca żadnego producenta zegarków sportowych i producentów aplikacji. Podane powyżej przykłady są jedynie poglądowe i służą za przykładowe rozwiązania.

8. Biegi na dystansie poniżej 10 km zostaną uznane jako niezaliczone. System rejestracji wyników będzie brał pod uwagę pierwsze 10 km biegu, czyli np. w przypadku pokonania dystansu 10 km i 50 metrów zaliczone zostanie jedynie pierwsze 10 km, a nie jak w przypadku niektórych aplikacji biegowych wybrane najszybsze 10 km z całego pokonanego dystansu.

#### **IV. Jak zdobyć i odebrać pamiątkowy medal?**

1. Medal może zdobyć każdy, kto przebiegnie dystans 10 km i postąpi zgodnie z rozdziałem III niniejszych zasad uczestnictwa w Biegu tj. zapisze się na Bieg i prześle swój wynik w podanych terminach.
2. Medal to nagroda dla Uczestników – nie trzeba za niego płacić. Po stronie Uczestnika jest odebranie medalu z siedziby Organizatora lub zamówienie i pokrycie kosztów wysyłki medalu kurierem, jeśli się na to zdecyduje. Przed zamówieniem usługi kurierskiej wymagany jest kontakt z Organizatorem pod adresem e-mail: [biurozawodow@aktywnawarszawa.waw.pl](mailto:biurozawodow@aktywnawarszawa.waw.pl) celem ustalenia daty odbioru przesyłki przez kuriera. Przesyłki będą wydawane kurierom w siedzibie Organizatora nie wcześniej niż od dn. 17 listopada 2021 r.). Organizator samodzielnie nie nadaje przesyłek kurierskich w punktach i paczkomatach.
3. Osobisty odbiór medali będzie możliwy od 17 listopada do 10 grudnia 2021 w siedzibie Stołecznego Centrum Sportu AKTYWNA WARSZAWA (ul. Rozbrat 26, Warszawa) w następujących dniach i godzinach: poniedziałki, środy, piątki: 9-11, wtorki i czwartki: 13-15.
4. Istnieje możliwość, aby medal w imieniu Uczestnika odebrała inna osoba. Aby to uczynić odbierający musi okazać unikalny kod QR, który Uczestnicy otrzymają drogą mailową (na adres mailowy podany przy zapisie) dnia 16 listopada. Raz użyty kod QR traci swą ważność.
5. Liczba medali jest ograniczona do pierwszych 2000 osób, których wynik zostanie pozytywnie zweryfikowany przez Organizatora.

## **V. Symboliczne nagrody**

1. Stołeczne Centrum Sportu AKTYWNA WARSZAWA jako Organizator „Biegu Niepodległości 2021 - pobeignij dla siebie” przewidziało dla pierwszych 3 kobiet i pierwszych 3 mężczyzn z najlepszymi wynikami symboliczne nagrody. Będą one do odbioru w siedzibie Organizatora, możliwa też będzie wysyłka razem z medalem (to opcja dodatkowo płatna).
2. Organizator może zwiększyć liczbę nagród. Odbiór nagród będzie możliwy od 17 listopada do 10 grudnia 2021 w siedzibie Stołecznego Centrum Sportu AKTYWNA WARSZAWA (ul. Rozbrat 26, Warszawa) w pokoju nr 214 w godzinach 9-15:30 od poniedziałku do piątku.
3. Nieodebrane nagrody przechodzą do puli Organizatora i nie są wydawane po wskazanym wyżej terminie.