



REGULAMIN

42. Bieg Soczewka

Biegi na dystansie 5,8 i 11,6 km

Biegi dla dzieci i młodzieży

Marsz Nordic Walking na dystansie 5,8 km

I. CEL.

1. Promowanie oraz wspieranie rozwoju sportu i kultury fizycznej wśród mieszkańców Mazowsza i pozostałych województw Polski;
2. Promocja zdrowego stylu życia poprzez organizację atrakcyjnych przedsięwzięć sportowo-rekreacyjnych;
3. Rozwój i podnoszenie umiejętności sportowych, w tym szkolenie sportowe oraz rywalizacja sportowa dzieci, młodzieży i dorosłych, w tym osób niepełnosprawnych.
4. Promocja walorów turystycznych Gminy Nowy Duninów.

II. ORGANIZATOR.

Płockie Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej, Al. Stanisława Jachowicza 35/10, 09-402 Płock, tel. kom 608067970 (dalej zwane „PTTKF”)

III. SPONSORZY.

1. Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego
2. Basell Orlen Polyolefins Sp z o.o.

IV. PARTNERZY.

1. Urząd Gminy Nowy Duninów
2. Nadleśnictwo Gostynin
3. PCK Płock

V. TERMIN I MIEJSCE.

17 września 2022 r. (sobota), Soczewka (koło Płocka)

Biuro zawodów biegów i Nordic Walking znajdować się będzie w Ośrodku "Mazowsze" w Soczewce, biuro biegów dla dzieci w namiocie w okolicy startu biegów.

- 8:30 - otwarcie biura zawodów
- 10:00 - start dziewcząt i chłopców do biegu na 60 m (do 6 lat);
- 10:10 - start dziewcząt i chłopców do biegu na 200 m (7-10 lat);
- 10:20 - start dziewcząt i chłopców do biegu na 400 m (11-15 lat);
- 10:55 - ustawienie zawodników dystansu 5,8 km na starcie
- 11:00 - start biegu na dystansie 5,8 km
- 11:05 - ustawienie zawodników dystansu 11,6 km oraz marszu Nordic Walking na starcie
- 11:10 - start biegu na dystansie 11,6 km oraz Marszu Nordic Walking
- 13.30 - uroczysta dekoracja i zakończenie imprezy

VI. TRASA.

1. Bieg na dystansie 11,6 km i Bieg towarzyszący na dystansie 5,8 km odbędą się na wyznaczonej trasie duktami leśnymi wokół jeziora Soczewka (długość jednej pętli wynosi 5,8 km).
Przełajowy profil trasy oraz zmienna nawierzchnia uniemożliwia start osobom na wózkach inwalidzkich.
2. Marsz Nordic Walking odbędzie się na wyznaczonej trasie duktami leśnymi wokół jeziora Soczewka (długość jednej pętli wynosi 5,8 km).
Nad poprawnością marszu będą czuwać sędziowie Nordic Walking, którzy mogą upominać zawodników lub przyznawać żółte i czerwone kartki. Przed startem o godz. 10:30 w okolicy biura zawodów dla dzieci, odbędzie się odprawa z sędziami, na której przeprowadzony będzie pokaz poprawnej techniki Nordic Walking oraz omówienie zasad sędziowania.
3. Biegi dziecięce i młodzieżowe odbędą się na wyznaczonej trasie alejkami przy jeziorze Soczewka.
 - 60 m – dziewczęta i chłopcy do 6 lat (rocznik 2016 i młodsze);
 - 200 m – dziewczęta i chłopcy od 7 do 10 lat; (roczniki 2012-2015);
 - 400 m – dziewczęta i chłopcy od 11 do 15 lat; (roczniki 2011-2007);

VII. UCZESTNICTWO.

1. W Biegu na dystansie 11,6 km prawo startu mają osoby, które ukończyły 18 lat, w biegu na dystansie 5,8 km warunkiem jest ukończenie 16 lat, a marszu Nordic Walking 12 lat.
2. Osoby niepełnoletnie startujące w biegu na dystansie 5,8 km, biegach dziecięcych i Nordic Walking zobowiązane są do przedstawienia pisemnej zgody rodzica lub opiekuna prawnego na druku dostępnym w biurze zawodów. Dopuszcza się start zawodników poniżej 16 lat w biegu na dystansie 5,8 km pod warunkiem posiadania przez zawodnika licencji PZLA (Polskiego Związku Lekkiej Atletyki).
3. Wprowadza się limit 250 uczestników:
 - 100 osób w biegu na dystansie 11,6 km
 - 50 osób na dystansie 5,8 km
 - 50 osób w Marszu Nordic Walking

- 50 osób w biegach dla dzieci
- 4. Organizator zastrzega zachowanie puli numerów startowych dla zaproszonych zawodników oraz członków PTKKF.
- 5. Przekazanie swojego numeru startowego innej osobie za jej zgodą, powoduje dyskwalifikację Uczestnika jak również osoby, której Uczestnik przekazał numer.
- 6. W marszu Nordic Walking mogą uczestniczyć zawodnicy posiadający własne kijki niezbędne w tej dyscyplinie.
- 7. W kategorii Honorowych Krwiodawców wziąć udział mogą zawodnicy posiadający legitymację Honorowych Krwiodawców i oddali co najmniej jednokrotnie krew w okresie jednego roku poprzedzającego datę imprezy (17.09.2021-16.09.2022r.)
- 8. Wszyscy zawodnicy startujący w Biegach oraz Nordic Walking muszą poddać się weryfikacji w Biurze Zawodów w Ośrodku Mazowsze w Soczewce w dniu zawodów od godziny 8:30 do 10:30.
- 9. Pomiar czasu i ustalenie kolejności będzie dokonywane za pomocą elektronicznych chipów w numerach startowych.
- 10. Organizator proponuje i zaleca przed podjęciem decyzji o starcie w niniejszych Zawodach, jak również w okresie przygotowawczym (treningowym) wykonanie odpowiednich badań medycznych i konsultacji medycznych. Udział w biegu związany jest z wysiłkiem fizycznym, co może powodować powstanie ryzyka wystąpienia szkód i strat materialnych, jak również ryzyka zagrożenia wypadkiem, odniesienia obrażeń ciała, urazów fizycznych, utraty zdrowia, w tym utraty życia.
- 11. W Biegu powinny uczestniczyć wyłącznie osoby posiadające stan zdrowia, umożliwiający im udział w tych Zawodach oraz nieposiadające przeciwwskazań medycznych do uczestnictwa w biegu długodystansowym, jakim jest 42. Bieg Soczewka
- 12. Dokonując zgłoszenia do udziału w Biegu, zawodnik potwierdza zapoznanie się z niniejszym Regulaminem i zobowiązuje się go przestrzegać oraz wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych, przekazywanie danych Głównemu Inspektoratowi Sanitarnemu i służbom porządkowym i wykorzystanie swojego wizerunku, w tym na zamieszczanie tych danych w przekazach radiowych, telewizyjnych, internetowych i w formie drukowanej. Zakres szczegółowy przedmiotowych zgód określony został w formularzu oświadczenia, który stanowi załącznik nr 1 do niniejszego Regulaminu.
- 13. Składając osobiście podpisane oświadczenie o starcie w zawodach, zawodnik bierze udział w imprezie na własną odpowiedzialność mając na uwadze ryzyko i niebezpieczeństwo związane z charakterem i długością trasy biegu.

VII. ZGŁOSZENIA.

1. Zgłoszenia do udziału we wszystkich Biegach przyjmowane są wyłącznie elektronicznie przez formularz zgłoszeniowy imprezy na stronie <http://tkkfplock.pl> lub www.datasport.pl do dnia 12.09.2022 r.
2. Za pełne zgłoszenie uważa się wypełnienie przez zawodnika formularza zgłoszenia i wpłacenie opłaty startowej w ciągu 7 dni od momentu rejestracji.

VIII. OPŁATY

- Opłata startowa w biegu na dystansie 11,6 km, towarzyszącym na dystansie 5,8 km oraz Marszu Nordic Walking wynosi:
 - do dnia 31 sierpnia 2022 r. wynosi 60 zł
 - od 1 września do dnia 12 września 2022 r. wynosi 90 zł
 - opłata ulgowa w wysokości 50% w/w kwot dotyczy członków PTKKF z opłaconą składką członkowską za rok 2022
- Opłata startowa w biegach dzieci i młodzieży wynosi.
 - do dnia 31 sierpnia 2022 r. wynosi 20 zł
 - od 1 września do dnia 13 września 2022 r. wynosi 30 zł
- Kwotę opłaty startowej należy przelać na konto bankowe organizatora podając swoje imię, nazwisko, rocznik i wybrany dystans biegu:

Płockie Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej
Credit Agricole nr: 32 1940 1076 3112 6845 0000 0000
do dnia 12.09.2022r. (data wpływu na rachunek)
- Pracownicy Basell Orlen Polyolefins Sp. z o. o. oraz ich dzieci są zwolnieni z opłaty wpisowej pod warunkiem podania nazwy drużyny „Niebieska drużyna BOP”
- W ramach wpisowego każdy uczestnik otrzymuje:
 - posiłek i napój po ukończeniu biegu;
 - medal na mecie pod warunkiem ukończenia biegu/marszu zgodnie z regulaminem

IX. KLASYFIKACJE.

1. Bieg główny na dystansie 11,6 km

- generalna kobiet (trzy pierwsze zawodniczki),
- generalna mężczyzn (trzech pierwszych zawodników),
- kategoria członków PTKKF (trzech pierwszych zawodników i trzy pierwsze zawodniczki)
- kategoria Honorowych Krwiodawców (trzech pierwszych zawodników i trzy pierwsze zawodniczki)
- kategoria Pracowników BOP (trzech pierwszych zawodników i trzy pierwsze zawodniczki)
- kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn (trzy pierwsze osoby):

Kobiety

Mężczyźni

K 1: 18 – 39 lat ; M 1: 18 – 39 lat

K 2: 40 – 59 lat ; M 2: 40 – 59 lat

K 3: 60 lat i starsze ; M3: 60 lat i starsi

2. Bieg na dystansie 5,8 km

- generalna kobiet (trzy pierwsze zawodniczki),
- generalna mężczyzn (trzech pierwszych zawodników),
- kategoria niepełnosprawnych (trzech pierwszych zawodników i trzy pierwsze zawodniczki)
- kategoria Pracowników BOP (trzech pierwszych zawodników i trzy pierwsze zawodniczki)

3. Biegi dzieci i młodzieży:

- dzieci do 6 lat;
- dzieci od 7 do 10 lat;
- dzieci od 11 do 15 lat;

- kategorie dzieci Pracowników BOP (trzech pierwszych zawodników i trzy pierwsze zawodniczki w trzech powyższych kategoriach wiekowych)

4. Marsz Nordic Walking (5,8 km)

- generalna kobiet (trzy pierwsze zawodniczki),
- generalna mężczyzn (trzech pierwszych zawodników),

X. NAGRODY.

1. W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn biegów na 5,8 i 11,6km: I-III miejsce – puchary + nagrody rzeczowe
2. W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn marszu Nordic Walking na 5,8 km: I – III miejsce – puchary lub statuetki + nagrody rzeczowe
3. W klasyfikacji niepełnosprawnych kobiet i mężczyzn w biegu na 5,8 km: I – III miejsce - puchary lub statuetki + nagrody rzeczowe
4. W klasyfikacji Pracowników BOP kobiet i mężczyzn w biegu na 5,8 km i 11,6km : I – III miejsce - statuetki + karty podarunkowe
5. W klasyfikacji członków PTKKF kobiet i mężczyzn w biegu na 11,6km: I – III miejsce - statuetki + nagrody rzeczowe
6. W klasyfikacji Honorowych Krwiodawców kobiet i mężczyzn w biegu na 11,6km: I – III miejsce - statuetki
7. W klasyfikacji wiekowej kobiet i mężczyzn biegu na 11,6 km: I-III miejsce - puchary lub statuetki + nagrody rzeczowe
8. W klasyfikacjach wiekowych biegów dla dzieci (oddzielnie dziewczynki i chłopcy): I-III miejsce - puchary lub statuetki + nagrody rzeczowe
9. W klasyfikacji dzieci Pracowników BOP dziewczynek i chłopców: I – III miejsce - puchary lub statuetki + karty podarunkowe

KUMULACJA NAGRÓD. Nagrody w klasyfikacji wiekowej nie kumulują się z nagrodami w klasyfikacji generalnej

XI. ŻYWIENIE.

Po ukończeniu biegu na mecie zawodnicy otrzymają posiłek oraz napój.

XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE.

1. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne, jednakże umożliwiające bezpieczne odbycie biegu.
2. Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do koszulki z przodu na klatce piersiowej.
3. Zawodnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
4. Organizator zapewnia zawodnikom przebieralnię.
5. Organizator nie odpowiada za rzeczy zagubione w czasie trwania imprezy.
6. Organizator nie zapewnia depozytu ani pryszniców.
7. Pisemne protesty przyjmuje Biuro Organizacyjne w terminie do 30 minut po zakończeniu biegu.

8. Wszelkie kwestie sporne dotyczące 42. Biegu Soczewka rozstrzyga Sędzia Główny, jego decyzje są ostateczne i niepodważalne.
9. Sędzia Główny i Dyrektor Biegu mogą nie dopuścić zawodników do biegu lub nie pozwolić na jego kontynuowanie ze względów regulaminowych.
10. Organizator ubezpiecza uczestników 42. Biegu Soczewka od nieszczęśliwych wypadków zaistniałych w trakcie imprezy.
11. Dyrektor Biegu zastrzega sobie możliwość zmian w Regulaminie o których zobowiązany jest poinformować wszystkich uczestników w formie komunikatów pisemnych wywieszonych na tablicy ogłoszeń obok Biura Zawodów lub ogłoszeń spikera, przed rozpoczęciem imprezy.

ZADANIE DOFINANSOWANE ZE ŚRODKÓW Z BUDŻETU WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO



Załącznik nr 1 do Regulaminu 42. Biegu Soczewka

OŚWIADCZENIE OSOBY BIORĄCEJ UDZIAŁ W 42. Biegu Soczewka (zwanego dalej "Zawodami")

Ja niżej wymieniony/-a i niżej podpisany/-a przystępując w dniu 17.09.2022 r. do udziału w **42. Biegu Soczewka**, spełniając warunki określone w Regulaminie Zawodów:

1. Oświadczam, iż zapoznałem się i zobowiązuję się do przestrzegania Regulaminu **42. Biegu Soczewka**, a tym samym w pełni akceptuję wszystkie jego regulacje i postanowienia.
2. Oświadczam, iż biorę udział w Biegu na własną odpowiedzialność, mając pełną świadomość niebezpieczeństw i ryzyka, wynikających z charakteru i długości trasy tego biegu, które mogą polegać na utracie zdrowia lub życia. Jednocześnie oświadczam, iż posiadam dobry stan zdrowia i nie są mi znane jakiegokolwiek przeciwwskazania zdrowotne i medyczne do mojego udziału w **42. Biegu Soczewka**, jak również mój stan zdrowia w pełni pozwala mi na udział w tym Biegu. Według swojej najlepszej wiedzy, nie jestem osobą zakażoną i nie przebywam na kwarantannie lub pod nadzorem epidemiologicznym.
3. Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez Organizatora **42. Biegu Soczewka** dla celów związanych z organizacją, przygotowaniem i przeprowadzeniem zawodów. Jednocześnie wyrażam zgodę na przesyłanie przez Organizatora, na mój adres e-mail lub nr telefonu, informacji dotyczących **42. Biegu Soczewka**
4. Oświadczam, iż **wyrażam zgodę** na nieodpłatne wykorzystanie mojego wizerunku, poprzez jego sporządzenie, utrwalanie i rozpowszechnianie przez Organizatora **42. Biegu Soczewka**, w rozumieniu przepisów art. 81 ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (t. j. Dz. U.

z 2021 r. poz. 1062 z późn. zm.) i ustawy z dnia 23 kwietnia 1964 r. Kodeks cywilny (t. j. Dz. U. z 2020 r. poz. 1740 z późn. zm.) poprzez:

- utrwalanie i zwielokrotnianie jakąkolwiek znaną techniką oraz rozpowszechnianie w dowolnej formie,
- wprowadzanie do pamięci komputera i do sieci multimedialnej, zwielokrotnianie zapisu utrwalonego wizerunku,
- publiczne wystawianie, wyświetlanie, odtwarzanie oraz nadawanie i reemitowanie, a także publiczne udostępnianie w taki sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i w czasie przez siebie wybranym,
- zamieszczanie i publikowanie w prasie, na stronach internetowych, plakatach, ulotkach, broszurach, prezentacjach, bilbordach, emisja w przekazach telewizyjnych i radiowych,
- udostępnianie sponsorom oraz oficjalnym partnerom lub współorganizatorom egzemplarza lub kopii, na której utrwalono wizerunek, w celu wykorzystania do promocji sponsora, oficjalnego partnera lub współorganizatora w kontekście jego udziału w organizacji **42. Biegu Soczewka**, w celach promocyjnych i statystycznych związanych z rozpowszechnianiem przy wykorzystaniu środków masowego przekazu, informacji o **42. Biegu Soczewka**.

5. Oświadczam, iż wszystkie podane przeze mnie dane i informacje, związane z moim udziałem w **42. Biegu Soczewka** są zgodne z prawdą i stanem faktycznym.