

**REGULAMIN**  
**XXI ZIMOWEGO BIEGU TRZECZ JEZIOR W TRZEMESZNE**  
**15 M i 5 KM**

**NAZWA IMPREZY:**

- XXI Zimowy Bieg Trzech Jezior;
- XX Zimowe Mistrzostwa Klubowe;

**MIEJSCE:**

- Biuro zawodów i ceremonia zakończenia - Hala OSiR w Trzemesznie, ul. Piastowska 11;
- Start i meta – Gołębki OW "Jutrzenka" (15 km od Trzemeszna dowóz autokarami);

**DATA** - 10.02.2024 r.;

**DYSTANS** - 15 km i 5 km;

**TRASA** – asfalt, dukty leśne (ok. 3 km). Trasa biegu przebiega po bardzo malowniczej okolicy kompleksu leśnego Nadleśnictwa Gołębki, wokół trzech jezior usytuowanych na granicy trzech powiatów: gnieźnieńskiego, mogileńskiego i żnińskiego i trzech gmin: Trzemeszna, Rogowa i Mogilna.

**CEL IMPREZY:**

- Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu;
- Promocja pięknych okolic Trzemeszna, Rogowa, Mogilna i Żnina;
- Rywalizacja Klubów Sportowych.

**ORGANIZATOR:**

- Urząd Miejski Trzemeszna;
- Ośrodek Sportu i Rekreacji w Trzemesznie;
- Nadleśnictwo Gołębki;
- Starostwo Powiatowe w Gnieźnie;
- Ochotnicza Straż Pożarna Gminy Trzemeszno;
- Jednostki Policji Komisariat Policji w Trzemesznie, Komenda Powiatowej Policji w Gnieźnie.

**WARUNKI UCZESTNICTWA:****15 KM:**

W biegu mogą uczestniczyć zawodnicy którzy mają ukończone 16 lat (najpóźniej do 09.02.2024 r.). Wszyscy zawodnicy startujący w tym biegu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Organizacyjnym w **dniu zawodów 10.02.2024 r.** (w godz. **7.30-9.45**). Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty lub inny dokument ze zdjęciem umożliwiający identyfikację. Osoby niepełnoletnie muszą posiadać zgodę prawnych opiekunów na udział w biegu. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu. Tym samym zgłaszający uznaje, że zapoznał się z regulaminem i zobowiązuje się do jego przestrzegania oraz wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb biegu.

**5 KM:**

W biegu mogą uczestniczyć osoby, które mają ukończone 13 lat ( najpóźniej do 09.02.2024 r.). Wszyscy zawodnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów w dniach **10.02.2024 r.** w godz. **7.30-9.45**. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dokument tożsamości np. legitymację szkolną umożliwiającą identyfikację. Osobom, które nie ukończyły 16 lat oświadczenie o zdolności do udziału w biegu musi podpisać rodzic bądź prawny opiekun w dniu biegu podczas weryfikacji uczestnika w biurze zawodów. Osoby, które mają ukończone 16 lat ale nie są pełnoletnie muszą posiadać zgodę podpisaną przez rodzica bądź prawnego opiekuna do udziału w biegu podczas weryfikacji w biurze zawodów.

**UWAGI OGÓLNE:**

1. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu jest dokonanie prawidłowej rejestracji, wniesienie właściwej opłaty startowej oraz złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu. Tym

samym zgłaszający uznaje, że zapoznał się z regulaminem i zobowiązuje się do jego przestrzegania oraz wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb biegu.

2. Uczestnicy biegu zobowiązani są do zachowania szczególnej ostrożności i bezwzględnego podporządkowania się zaleceniom kierujących ruchem.

3. Nie ma możliwości odbioru pakietu za osoby, które uczestniczą w biegu. Upoważnienie dotyczy odbioru pakietów tylko i wyłącznie zawodników, którzy nie mogą uczestniczyć w zawodach. Upoważnienia znajdującego się na stronie [www.zimowybiegtrzechjezior.pl](http://www.zimowybiegtrzechjezior.pl) (zał. nr 1 regulaminu).

### LIMITY:

#### Limit ilości zawodników:

- dla biegu na 15 km - limit 400 zawodników;
- dla biegu na 5 km - limit 150 zawodników;
- W momencie zgłoszenia i opłacenia startowego przez ilość osób określoną w limicie lista startowa zostaje zamknięta. W przypadku nie osiągnięcia limitu w poszczególnym biegu, startowe będzie można opłacić w dniu biegu.

#### Limit czasowy biegów:

- dla biegu na 15 km - limit 2 godz. 15 min;
- dla biegu 5 km - limit 55 min;

### OPŁATY:

Dla biegu na 15 km:

- Pierwsze 250 osób 79 zł
- Kolejne 150 osób 89 zł

Dla biegu na 5 km:

- Pierwsze 100 osób 70 zł
- Kolejne 50 osób 80 zł

#### **Osoby urodzone w roku 2008 i młodsze zwolnione są z opłaty (obowiązuje opłata 40 zł przy wyborze pakietu)**

- Opłata startowa jest dokonywana tylko za pomocą płatności elektronicznych, za pośrednictwem internetowej rejestracji na stronie [www.zimowybiegtrzechjezior.pl](http://www.zimowybiegtrzechjezior.pl). Zapisy prowadzi DATA SPORT.
- Organizator nie dopuszcza możliwości przeniesienia opłaty oraz pakietu startowego na innego zawodnika. Opłata nie może zostać przeniesiona na kolejną edycję lub inną imprezę.
- Organizator nie zwraca opłaty także w przypadku kwarantanny zawodnika. Zaleca się ubezpieczyć od takich przypadków podczas zapisów.
- Chęć otrzymania faktury proszę potwierdzać podczas internetowej rejestracji podając dane do rachunku. Rachunki będą wydawane w biurze zawodów.

### KLASYFIKACJE:

#### 15 KM:

Przeprowadzona będzie klasyfikacja w następujących kategoriach: oddzielnie dla kobiet, mężczyzn:

1. **Kategoria OPEN.**

2. **Kategoria wiekowa:**

MEŹCZYZNI:

M16: 16-19 lat

M20: 20-29 lat

M30: 30-39 lat

M40: 40-49 lat

M50: 50-59 lat

M60: 60-69 lat

M70: +70 lat

KOBIETY:

K16: 16-19 lat

K20: 20-29 lat

K30: 30-39 lat

K40: 40-49 lat

K50: 50-59 lat

K60: 60-69 lat

K70: +70 lat

### 3. **Mistrzostwa Klubów Sportowych.**

- Zawodnik nie może jednocześnie reprezentować kilku klubów.
- Do końcowej rywalizacji brane będą czasy czterech najlepszych zawodników z danego klubu.
- Wymaga się podczas rejestracji wpisania jednakowej nazwy klubu przez wszystkich jego członków.

4. **Mistrzostwa Pracowników Lasów Państwowych:** zawodnicy startujący w tej kategorii podczas weryfikacji i odbioru nr startowego muszą okazać się legitymacją służbową.

5. **Mistrzostwa Firmy PAROC:** w klasyfikacji będą brani pod uwagę zawodnicy biegu głównego będący pracownikami Firmy PAROC.

6. **Mistrzostwa Gminy Trzemeszno:** w klasyfikacji będą brani pod uwagę zawodnicy biegu głównego zameldowani w Gminie Trzemeszno.

#### 5 KM:

Przeprowadzona będzie klasyfikacja w następujących kategoriach: oddzielnie dla kobiet, mężczyzn:

#### 1. **Kategoria OPEN;**

#### 2. **Kategorie wiekowe:**

MEŹCZYZN:

KOBIET:

M13: 13 – 19 lat

K13: 13 – 19 lat

M20: 20 – 29 lat

K20: 20 – 29 lat

M30: 30 – 39 lat

K30: 30 – 39 lat

M40: 40 – 49 lat

K40: 40 – 49 lat

M50: 50 – 59 lat

K50: 50 – 59 lat

M60: + 60 lat

K60: + 60 lat

3. **Kategoria Mieszkańcy Gminy Trzemeszno:** w klasyfikacji będą brani pod uwagę zawodnicy zapisani do kategorii na portalu datasport.pl zameldowani w Gminie Trzemeszno.

#### **POMIAR CZASU**

1. Elektroniczny pomiar czasu prowadzony będzie przez Datę Sport przy użyciu chipów elektronicznych wbudowanych w numer startowy i zabezpieczonych pianką. Numer z chipem jest gotowy do użycia i powinien być prawidłowo zamocowany czterema agrafkami z przodu zawodnika, brak numeru startowego będzie skutkowało dyskwalifikacją. Zabrania się jakichkolwiek modyfikacji. Brak numeru podczas zawodów będzie skutkowało dyskwalifikacją. Numer z chipem jest własnością uczestnika i nie podlega zwrotowi.

2. Wszelkie klasyfikacje prowadzone będą wg indywidualnych czasów netto liczonych od momentu przekroczenia linii startu do przekroczenia linii mety za wyjątkiem pierwszych 50-ciu zawodników przekraczających linię mety, którzy będą klasyfikowani wg czasu brutto liczonego od momentu strzału startera. Dla zachowania jak najlepszych warunków sportowej rywalizacji na trasie uczestnicy ustawiają się na starcie w kolejności od najszybszych do najwolniejszych.

#### **NAGRODY:**

##### 15 KM:

Puchary/statuetki i nagrody pieniężne w kategorii generalnej:

Mężczyźni

I - miejsce: 700,00 zł

II - 500,00 zł

III - 300,00 zł

Kobiety

I - miejsce: 700,00 zł

II - 500,00 zł

III - 300,00 zł

1. Puchary/statuetki i nagrody rzeczowe w pozostałych kategoriach za I, II, III miejsce.

5 KM:

1. Puchary/statuetki i nagrody rzeczowe w kategorii generalnej.

2. Puchary/statuetki i nagrody rzeczowe w pozostałych kategoriach wiekowych za I, II, III miejsce.

**UWAGI OGÓLNE:**

1. Wszyscy uczestnicy biegu otrzymują pamiątkowy medal, pakiet startowy oraz talon na ciepły posiłek, kawę/herbatę.

2. Warunkiem otrzymania nagród regulaminowych jest obecność podczas ceremonii dekoracji. Nie ma możliwość przesłania bądź odbioru w późniejszym czasie nagród, które nie zostały odebrane podczas ceremonii dekoracji.

3. Organizator zapewnia 550 medali.

**PROGRAM MINUTOWY:**

**10 lutego** - hala OSiR w Trzemesznie:

7.30-9.45 - weryfikacja zawodników, zapisy do biegu - hala OSiR w Trzemesznie:

9.00 - wyjazd autokarów na miejsce startu do Gołębek z parkingu stacji paliw (znajdującej się w sąsiedztwie hali OSiR);

10.30-10.50 - rozgrzewka w lesie;

11.00 - start biegu 15 km;

ok. 11.15 - start biegu 5 km (odjazd autokarów na start z miejsca startu biegu na 5 km o godz. 10.50);

ok. 11.35 - pierwszy zawodnik na mecie;

12.30-13.30 - odjazd autokarów do Trzemeszna;

13.30 - ceremonia zakończenia, wręczenie pucharów i nagród, konkurs - hala OSiR;

**POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

1. **Wybór swojego rozmiaru** – będzie możliwy do dnia 26 stycznia 2024 włącznie. Po tym terminie zawodnicy, którzy zapiszą się do biegu będą mogli wybrać rozmiar podczas weryfikacji spośród dostępnych rozmiarów.

2. Szatnia i przechowalnia odzieży w dniu 10.02.2024 r. będą znajdowały się w hali OSiR w Trzemesznie. Rzeczy osobiste zawodników będą przyjmowane od godz. 8.45. Wydawanie depozytu odbywać się będzie za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia organizatora od odpowiedzialności za pozostawione rzeczy.

3. Odjazd autokarów na start od godz. 9.00 z parkingu stacji paliw, znajdującej w sąsiedztwie hali OSiR.

4. Trasy biegów oznaczone będą co kilometr a bezpieczeństwa przebiegu trasy będą zapewniać wolontariusze wraz ze strażą pożarną.

5. Punkty z ciepłą herbatą będą rozmieszczone na ok. 10 km i na mecie.

6. Zabezpieczenie medyczne na mecie oraz karetka pogotowia na trasie.

7. Organizator zastrzega sobie prawo odmowy dopuszczenia do biegu zawodnika, który w rażący sposób naruszył regulamin dowolnego biegu zgłoszonego w kalendarzu Polskiego Stowarzyszenia Biegów lub swoim zachowaniem zakłócił przebieg takiego biegu.

8. Nieprawidłowe wypełnienie zgłoszenia przez uczestnika zwalnia organizatora z wszelkich następstw.

9. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

10. Odebranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją całego regulaminu. Numer startowy z wbudowanym chipem jest własnością zawodnika.

11. Pisemne protesty przyjmuje Biuro Organizacyjne Biegu do godz. 14.00, opłata wynosi 100 zł. Zwrot nastąpi w przypadku pozytywnego rozpatrzenia protestu. Protesty będą rozpatrywane w czasie do jednej godziny.
12. Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.
13. W przypadku pytań prosimy o kontakt: [menedzerosir@trzemeszno.pl](mailto:menedzerosir@trzemeszno.pl) lub telefon: 691 808 908.

### **UBEZPIECZENIE:**

Organizator nie zapewnia uczestnikom jakiegokolwiek ubezpieczenia związanego z możliwością wystąpienia choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w Biegu. Uczestnikom doradza się, jeżeli uznają to za konieczne, by zakupili stosowne ubezpieczenie. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu przez lub w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, a także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce. Uczestnik wyraża zgodę na powyższe działania. Uczestnik jest odpowiedzialny za wszelkie koszty medyczne lub koszty transportu poniesione przez Organizatora, jego współpracowników, personel medyczny i paramedyczny obsługujący Bieg, a wynikłe z powodu choroby, wypadku lub doznanych obrażeń ciała, poniesionych w związku z obecnością lub udziałem Uczestnika w Biegu w przypadku gdy takie zdarzenie nastąpi z winy sprawcy. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w Biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Dodatkowo, mogą wystąpić inne czynniki ryzyka, niemożliwe do przewidzenia w tym momencie. Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego Formularza Rejestracyjnego oraz dokonanie Opłaty Startowej oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w Biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność. Uczestnik oświadcza, że nie będzie działał na szkodę Organizatora. Uczestnik deklaruje, że zwróci Organizatorowi wszystkie koszty (w tym koszty honorariów adwokackich i eksperckich) poniesione lub wypłacone przez Organizatora na rzecz jakiegokolwiek osoby (w tym Uczestnika i/lub każdego z jego ubezpieczycieli) w związku z jakimkolwiek wypadkiem, stratą, szkodą lub odniesieniem obrażeń (w tym śmiercią), wynikłym z obecności lub udziału Uczestnika w Biegu z wyjątkiem wypadków spowodowanych zaniedbaniem ze strony Organizatora.

### **PRZETWARZANIE DANYCH OSOBOWYCH ORAZ WIZERUNKU:**

- Organizatorem Imprezy jest OSiR w Trzemesznie z siedzibą w Trzemesznie przy ul. Piastowskiej, posiadająca nr NIP: 784-22-84-148, Regon: 634629000 (zwanym dalej OSiR).
- Uczestnikiem Imprezy jest każda osoba fizyczna, która bierze udział w Imprezie (dalej jako „Uczestnik”).
- Istnieje możliwość, iż przebieg Imprezy, w tym wizerunek osób w niej uczestniczących, będzie utrwalany za pomocą urządzeń rejestrujących obraz i dźwięk.
- Biorąc udział w Imprezie Uczestnik wyraża nieodpłatnie zgodę na wykorzystanie, w tym rozpowszechnianie przez OSiR jego wizerunku, utrwalonego w trakcie Imprezy za pomocą urządzeń rejestrujących obraz i dźwięk, poprzez jego publikację w całości lub we fragmentach na profilach społecznościowych (np. Facebook, Youtube) i stronach internetowych OSiR oraz podmiotów z nią współdziałających w zakresie realizacji jej celów statutowych, jak również w pochodzących od OSiRu lub wykonanych na jej zlecenie publikacjach, prezentacjach, materiałach filmowych, oraz innego rodzaju materiałach informacyjnych (także w wersji drukowanej i elektronicznej) rozpowszechnianych przez OSiR w związku z organizacją Imprezy lub dotyczącą jej działalnością informacyjną lub promocyjną.

▪ Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (Dz. Urz. UE L 119/1 z 04.05.2016 r.), dalej jako „RODO”, informuję, że: 1) Administratorem danych osobowych Uczestników jest OSiR. 5; 2) Administrator powołał Inspektora Ochrony Danych Osobowych; kontakt do IOD: [iod@trzemeszno.pl](mailto:iod@trzemeszno.pl); 3) dane osobowe Uczestników w postaci wizerunku przetwarzane będą w celu informowania w mediach oraz publikacjach o działalności Administratora, na podstawie art. 6 ust. 1 lit. a RODO, tj. odrębnej zgody, o której mowa w pkt. 4 powyżej; 4) odbiorcami danych osobowych będą podmioty uprawnione do uzyskania danych osobowych na podstawie odrębnych przepisów prawa, upoważnieni pracownicy/współpracownicy Administratora, dostawcy usług technicznych i organizacyjnych, oraz podmioty, którym Administrator powierzył przetwarzanie danych osobowych – z zachowaniem wszelkich gwarancji zapewniających bezpieczeństwo przekazywanych danych; 5) dane osobowe Uczestników w postaci wizerunku będą przekazywane do państw trzecich (spoza Europejskiego Obszaru Gospodarczego), co do których Komisja Europejska wydała decyzję o stwierdzeniu odpowiedniego stopnia ochrony danych osobowych; w takich przypadkach dane będą przekazywane zgodnie z powszechnie obowiązującymi przepisami prawa z zapewnieniem odpowiednich zabezpieczeń, na podstawie standardowych klauzul ochrony danych przyjętych przez Komisję Europejską; Uczestnik może uzyskać kopię danych osobowych przekazywanych do państwa trzeciego; 6) dane osobowe Uczestników przechowywane będą do momentu odwołania zgody; 7) Uczestnicy posiadają prawo dostępu do treści swoich danych oraz prawo ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo wniesienia sprzeciwu, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem; Strona 2 z 2 8) Uczestnikom przysługuje prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych w przypadku, gdy przy przetwarzaniu danych osobowych Administrator narusza przepisy dotyczące ochrony danych osobowych; 9) podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednakże niezbędne do uczestnictwa w Imprezie; 10) wobec Uczestników nie będą podejmowane zautomatyzowane decyzje (decyzje bez udziału człowieka), w tym ich dane nie będą podlegały profilowaniu.

**NIE MA MOŻLIWOŚCI ODBIORU NUMERÓW STARTOWYCH W GOŁABKACH**

Załącznik nr 1

.....  
(miejsowość, data)

### Upoważnienie do odbioru pakietu startowego za zawodnika, który nie bierze udziału w biegu!

Ja niżej podpisany

.....  
(imię i nazwisko )

zamieszkały.....

(adres)

legitymujący się dowodem osobistym.....

(seria, nr, organ wydający)

upoważniam Pana/Panią.....

(imię i nazwisko )

zamieszkałego/łą.....

(adres)

legitymującego/cą się dowodem osobistym.....

(seria, nr, organ wydający)

**do odebrania pakietu startowego XXI ZIMOWEGO BIEGU TRZECH JEZIOR.**

.....  
(podpis osoby składającej wniosek)

#### ZAŁĄCZNIKI OBOWIĄZKOWE:

1. Ksero dowodu osobistego osoby składającej wniosek.
2. Ksero dowodu osobistego osoby upoważnionej do odbioru pakietu.

<sup>1</sup>Nie ma możliwości odbioru pakietów startowych za zawodników, którzy będą brali udział w biegu. Każdy zawodnik uczestniczący w biegu ma obowiązek podpisać osobiście oświadczenie zawodnika !!!

<sup>2</sup>Pakiety można odebrać wyłącznie podczas weryfikacji. Pakiety nie zawierają nr startowych.