**Bieg na 5 km (udział limitowany - 250 zawodników)**

**Specjalnie dla krótkodystansowców uruchamiamy bieg na 5 km, będzie to bieg dodatkowy w ramach Biegu Dębowego, który odbędzie się po starcie biegu głównego.**

## **1. Organizatorzy i współorganizatorzy:**

* Gmina Dąbrowa (woj. kujawsko-pomorskie)
* Stowarzyszenie Rozwoju Miejscowości Sucharzewo "Kuźnia"
* Rada Sportu w Dąbrowie
* Zespół Szkół w Dąbrowie
* OSP Dąbrowa, OSP Parlin, OSP Krzekotowo, OSP Mokre
* Sołectwo Dąbrowa, Parlin, Parlinek
* Koła Gospodyń Wiejskich (KGW) z Gminy Dąbrowa

**Start - Dąbrowa - 04.03.2023 r. (sobota) godz. 11:45**

**Trasa biegu:**

Start i meta w Dąbrowie, nawrót w połowie dystansu w miejscowości Parlin (na wysokości 2,5 km oznaczonej matą pomiarową).

Nawierzchnia asfaltowa

Oznaczenie trasy znakami pionowymi co kilometr.

* Na starcie i mecie ustawiony zostanie punkt odżywiania (ciepła herbata, woda)
* Trasa atestowana (PZLA)
* Limit ukończenia biegu: **1 godzina**

## **2. Program szczegółowy:**

07:00 - Otwarcie biura zawodów (hala sportowa w Dąbrowie)

10:45 - Zamknięcie listy startowej (15km, 5km) i zamknięcie biura zawodów

10:45 - 11:15 - Rozgrzewka przy muzyce (Orlik)

Wspólne zdjęcie na boisku ORLIK

**11:10 - Start rajdu NW (według odrębnego regulaminu) - start z półmetka (Parlinek)**

**11:30 - Start biegu głównego Biegu Dębowego (15 km)**

**11:45 - Start biegu na 5 km**

Dekoracja zawodników 5 km o godz. 12:45

14:00 - Ceremonia zakończenia, wręczenie nagród

## **3. Klasyfikacje, kategorie, nagrody:**

* **Generalna** - I, II, III miejsca K i M (puchar za miejsce i nagroda)
* **Wiekowa** - 5 kategorii wiekowych, osobno dla K i M

**Kobiety**

**Wiek Nagradzane miejsca Nagroda**

16-29 lat I, II, III Puchar + nagroda

30-39 lat I, II, III Puchar + nagroda

40-49 lat I, II, III Puchar + nagroda

50-59 lat I, II, III Puchar + nagroda

60 lat i więcej I, II, III Puchar + nagroda

**Mężczyźni**

**Wiek Nagradzane miejsca Nagroda**

16-29 lat I, II, III Puchar + nagroda

30-39 lat I, II, III Puchar + nagroda

40-49 lat I, II, III Puchar + nagroda

50-59 lat I, II, III Puchar + nagroda

60 lat i więcej I, II, III Puchar + nagroda

* **Najlepszy zawodnik z Gminy Dąbrowa** – w kategorii kobiet (I, II, III miejsce) i w kategorii mężczyzn (I, II, III): nagroda rzeczowa + puchar
* **Najstarszy zawodnik biegu**: nagroda rzeczowa + puchar
* **Najstarsza zawodniczka**: nagroda rzeczowa + puchar

**Osoby nagrodzone w klasyfikacji generalnej nie będą nagradzane w kategoriach wiekowych.**

**Wszyscy uczestnicy otrzymają:**

* Numer startowy, pakiet startowy, ciepły posiłek

**Wszyscy uczestnicy którzy ukończą bieg otrzymają:**

* Pamiątkowe medale
* Wynik swojego biegu po ukończeniu trasy za pośrednictwem SMS (po podaniu prawidłowego numeru telefonu przy zgłoszeniu)

## **4.Uczestnictwo, zgłoszenia, pomiar czasu, oświadczenia:**

**Zgłoszenia do biegu przyjmowane będą na stronie biegu poprzez internetowy panel zapisów:** [**PANEL ZAPISÓW**](https://www.zapisy.maratonczykpomiarczasu.pl/pl/bieg-debowy-dabrowa)

**LIMIT UCZESTNIKÓW W BIEGU: 250 ZAWODNIKÓW**

**Pierwsze 250 uczestników zapisanych na internetowym panelu ze statusem wpłaty "OPŁATA" zamyka listę startową!!!**

**Do startu dopuszczeni zostaną zawodnicy którzy:**

* ukończą przed 4 marca 2023 r. 16-ty rok życia,
* dokonają weryfikacji w Biurze Zawodów (4 marca 2023 r.) - zawodnik okazuje się dowodem osobistym/paszportem
* przedstawią zaświadczenie lekarskie stwierdzające zdolność do udziału w biegu długodystansowym lub złożą oświadczenie wyrażające zgodę na udział w biegu na własną odpowiedzialność podpisane własnoręcznie,
* wyrażą zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz na utrwalanie i publikację wizerunku
* opłacą wpisowe określone w regulaminie
* oświadczą, że zapoznali się z regulaminem Biegu Dębowego zamieszczonego na stronie [**www.biegdebowy.pl**](http://www.biegdebowy.pl/) i akceptują jego postanowienia w całości.

Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą ryzyko i zagrożenie wypadkiem, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych w tym śmierci.

**UWAGA !**

**Warunkiem dopuszczenia osób niepełnoletnich do startu jest obecność rodzica lub opiekuna prawnego (legitymującego się dokumentem ze zdjęciem) w momencie weryfikacji zawodnika w Biurze Zawodów lub posiadanie i przedłożenie, podczas weryfikacji zawodnika, pozwolenia na udział w biegach, podpisanego przez rodzica lub opiekuna.**

* Zgoda rodzica lub opiekuna do pobrania [**TUTAJ**](https://sites.google.com/d/10eBHPF3v4Ux-_E9MEprUqdItwXHkcxw7/p/1f3c2Ns6yAmuUYvfj7QPhbIuUDOEVlJ_n/edit)**.**

**Pobranie numeru startowego przez zawodnika będzie równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.**

**Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania.**

* Numery startowe wydawane będą w biurze zawodów w dniu 4 marca 2023 r. (zalecamy zabranie ze sobą dowodu wpłaty startowego) i po złożeniu oświadczenia o zdolności zdrowotnej do udziału w biegu i potwierdzenia zapoznania się z regulaminem biegu.
* Podpisanie karty zgłoszenia przez zawodnika jest jednoznaczne z przyjęciem umowy cywilno-prawnej między organizatorem a zawodnikiem.

**UWAGA !**

**Numer startowy nadawany będzie po weryfikacji opłaty wpisowej po zamknięciu listy startowej online - czyli w dniu 31 stycznia 2023 r.**

**Każdy poprawnie zweryfikowany zawodnik otrzyma SMS-em informacje o numerze startowym.**

**Pomiar czasu**

* Organizator zapewnia pomiar elektroniczny (pomiar za pomocą chipów umieszczonych w numerze startowym).
* Każdy uczestnik ma obowiązek przymocować numer startowy z przodu (na klatce piersiowej) tak, aby był widoczny podczas biegu. Zawodnicy bez widocznego numeru startowego nie będą sklasyfikowani.
* Uczestników biegu obowiązują przepisy ustawy o ruchu drogowym oraz niniejszy regulamin. Bieg odbędzie się w ograniczonym ruchu ulicznym, każdy zawodnik ma obowiązek zachować szczególną ostrożność podczas biegu.

**Oświadczenia, zgody**

* Wszyscy uczestnicy startujący w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów.
* Ochrona wizerunku – uczestnicy Biegu Dębowego wyrażają zgodę na nieodpłatne utrwalanie (fotografia, zapis video) i publikację ich wizerunku do celów promocyjnych za pośrednictwem wszelkich środków medialnych (m.in. w relacjach z Biegu zamieszczonych na stronie Biegu, w mediach oraz materiałach promocyjnych Biegu) przez organizatorów.
* Uczestnicy oświadczają, że stan ich zdrowia pozwala na udział w zawodach i startuję na własną odpowiedzialność.
* Uczestnicy oświadczają, że zapoznali się z regulaminem Biegu Dębowego zamieszczonego na stronie [**www.biegdebowy.pl**](http://www.biegdebowy.pl/) i akceptują jego postanowienia w całości.

## **5. Sprawy finansowe:**

* Wpisowe - opłata startowa:

**40 zł do 31.01.2023 r. - online, od 01.02-28.02.2023 r. - 60 zł**

* **Uwaga! wpłaty - "wpisowe" przyjmowane są wyłącznie w formie przelewu, nie ma możliwości zapłaty gotówką oraz wniesienia opłaty w biurze zawodów w dniu 4 marca 2023 r.**
* Koszty organizacyjne ponoszą organizatorzy. Koszty osobowe ponoszą uczestnicy lub jednostki delegujące.
* **Ostatnim dniem wnoszenia opłaty online jest 31.01.2023 r.**
* **Pierwsze 250 uczestników zapisanych na internetowym panelu ze statusem wpłaty "OPŁATA" zamyka listę startową!!!**
* Wpisowe należy wpłacać na konto organizatora

**Dane do przelewu:**

**GMINA DĄBROWA**

**BANK SPÓŁDZIELCZY W PRUSZCZU POMORSKIM O.DABROWA 78 8170 1021 0060 0343 2000 0310**

z dopiskiem: **startowe X Bieg Dębowy - 5 km, Imię i nazwisko zawodnika, data urodzenia**

* Organizator po weryfikacji na swoim koncie bankowym, dokonania opłaty wpisowej przez uczestnika biegu, nadaje mu na internetowej liście startowej **status - OPŁATA**. Weryfikacja następuje od 1-3 dni od dokonania przelewu.
* Zaleca się zabranie ze sobą dowodu wpłaty celem okazania w biurze zawodów - w sprawach spornych.
* Organizator nie odpowiada za zaginięcie zgłoszenia oraz przekazu pocztowego lub przelewu bankowego z winy poczty lub banku.
* **Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi niezależnie od przyczyn. Nie ma możliwości przenoszenia raz wniesionej opłaty na rzecz innego zawodnika.**
* Organizator nie wysyła pakietów przed ani po zakończeniu imprezy. Nieodebrane pakiety przechodzą na rzecz Organizatora.
* **Organizator wystawia faktury za wpisowe po zaksięgowaniu wpłaty na swoim koncie bankowym. Chęć otrzymania faktury prosimy zgłaszać w terminie do 5 dni po dokonaniu wpłaty: telefonicznie 52 315 32 16 wew.15 lub mailowo: zimowybiegdebowy@gmail.com**

## **6. Postanowienia końcowe:**

* Organizatorzy zapewniają opiekę lekarską podczas trwania imprezy,
* Organizator zapewnia kąpiel/natrysk po zakończeniu imprezy w Zespole Szkół w Dąbrowie,
* Organizator zapewnia gorącą herbatę i ciepły posiłek,
* Bieg jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez zawodnika,
* Bieg odbędzie się bez względu na pogodę,
* Zawodnik ma prawo wniesienia skargi do komisji sędziowskiej (dyrektor biegu, organizatorzy) po wpłacie kaucji w wysokości 100 zł. W przypadku skargi nieuzasadnionej kaucja nie podlega zwrotowi i zostanie przekazana na cel charytatywny,
* Każdy startujący w biegu głównym musi posiadać numer startowy,
* Ze względu na bezpieczeństwo uczestników biegu nie zezwalamy na udział biegaczy z towarzyszeniem psów lub innych zwierząt,
* Interpretacja regulaminu należy do organizatora.

**Organizator zapewnia bezpłatne miejsca noclegowe w Zespole Szkół w Dąbrowie (trzeba posiadać własny śpiwór i materac).**

**Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie rajdu, wynikające z winy uczestników rajdu.**

## **7. Klauzula informacyjna dla zawodników**

1. Administratorem danych osobowych w rozumieniu Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady Europy (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE jest Urząd Gminy w Dąbrowie, ul. Kasztanowa 16, 88-306 Dąbrowa.
2. Nadzór na przestrzeganiem przepisów o ochronie danych osobowych w Urzędzie Gminy w Dąbrowie realizuje Inspektor Ochrony Danych Osobowych email: iod@ug-dabrowa.pl.
3. Celem przetwarzania danych zgodnie z deklaracją udziału i złożonymi oświadczeniami jest organizacja X Biegu Dębowego.
4. Przekazanie danych osobowych przez zawodnika Organizatorowi jest dobrowolne, jednakże stanowi warunek uczestnictwa w biegu.
5. Dokumenty zawierające Pani/Pana dane osobowe będą przechowywane przez okres ustalony przepisami prawa, w tym ustawa o rachunkowości oraz instrukcja kancelaryjna, stosowanymi w Urzędzie Gminy w Dąbrowie.
6. Administrator może przekazać lub udostępnić dane osobowe wyłącznie tym podmiotom lub osobom (np. „Maratończyk” Maciej Łucyk, ul. Żegockiego 15, 61-693 Poznań - w celu pomiaru czasu oraz publikacji wyników lub wolontariuszom wydającym pakiety), które realizują na zlecenie Organizatora czynności związane z organizacją i przebiegiem biegu, wyłącznie w zakresie niezbędnym do realizacji biegu.
7. Każdej osobie, której dane dotyczą, przysługuje także prawo do uzyskania informacji o zasadach przetwarzania i zabezpieczania danych oraz kontroli ich przetwarzania.
8. Posiada Pani/Pan prawo dostępu do treści swoich danych osobowych oraz prawo żądania ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo wniesienia sprzeciwu, o ile jest to zgodne z przepisami powszechnie obowiązującego prawa.
9. Skorzystanie z prawa do wycofania zgody na przetwarzanie danych w dowolnym momencie lub ograniczenia ich przetwarzania nie ma wpływu na zgodność przetwarzania, którego dokonano na jej podstawie przed cofnięciem zgody lub ograniczeniem przetwarzania.
10. Ma Pani/Pan prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, gdy uzna Pani/Pan, że przetwarzanie jego danych osobowych narusza obowiązujące przepisy.

## **8. Szczególne regulacje związane z obowiązującym stanem epidemii (SARS-CoV-2):**

W przypadku wprowadzenia obostrzeń związanych z epidemią SARS CoV-2 Organizator zastrzega sobie prawo do:

* Zmiany daty Biegu Dębowego,
* Zmiany godziny otwarcia Biura Zawodów,
* Wprowadzenia dodatkowych obostrzeń i wymogów sanitarnych (jak np. konieczność poddania się pomiarowi temperatury, konieczność wypełnienia oświadczenia dotyczącego niestwierdzenia zakażenia, braku objawów infekcji oraz niepodleganiu obowiązkowej kwarantannie, konieczność zakrywania ust i nosa, itp.),
* Podjęcia innych niezbędnych działań mających na celu zapewnienie możliwości przeprowadzenia biegu w świetle obowiązujących przepisów oraz zapewnienie bezpieczeństwa jego uczestnikom i obsłudze.

O ewentualnych zmianach Organizator poinformuje uczestników za pomocą wiadomości e-mail i/lub SMS.

Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w niniejszym regulaminie, w tym w szczególności w przypadku zmiany sytuacji faktycznej, w tym w związku z epidemią Sars-CoV-2 lub zmianą przepisów prawnych. Uczestnicy, którzy dokonali zgłoszenia, będą na bieżąco informowani o ewentualnych zmianach w regulaminie (poprzez informację na stronie www.biegdebowy.pl lub na portalu Facebook).

W przypadku zmiany terminu biegu uczestnik może ubiegać się o zwrot wniesionej opłaty startowej. Zwrot następuje w analogiczny sposób jak opłata została wniesiona.

**UWAGA RODZICE!**

**Podczas trwania biegów dla dzieci, rajdu NW oraz biegu głównego na terenie hali sportowej w Dąbrowie uruchomione zostanie "przedszkole biegowe". Będzie można w nim zostawić swoje pociechy pod okiem naszych nauczycieli tak, abyście sami mogli ukończyć Bieg Dębowy. Przedszkole czynne będzie w godzinach od 10:00 do 14:00**