



REGULAMIN

64. Biegi Ulicami Sieradza 20.04.2024

1. ORGANIZATOR:

ACTIVE RUN, ul. Warszawska 6, 98-200 Sieradz

2. PARTNERZY:

- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Sieradzu
- Miasto Sieradz

3. CEL

- Upowszechnianie sportu w rodzinie oraz w różnych grupach społecznych,
- Promowanie rozwoju sportu dla wszystkich i aktywności fizycznej wszystkich środowisk i grup społecznych,
- Zwiększenie aktywności fizycznej społeczeństwa, w różnych grupach społecznych i środowiskowych,
- Tworzenie warunków do aktywnego spędzania czasu wolnego, kształtowanie zdrowego stylu życia,
- Popularyzacja biegania,
- Propagowanie zdrowego stylu życia,
- Wdrażanie lokalnej społeczności do aktywnego uprawiania sportu,
- Przeciwdziałanie patologiom społecznym i chorobom cywilizacyjnym.

4. TERMIN I MIEJSCE:

20.04.2024 (sobota)

Biuro Zawodów, Start i meta: Rynek w Sieradzu

5. TRASA:

10 km- bieg uliczny z atestem PZLA Trasa asfaltowa (dwie pętle po 5km)

5 km – bieg uliczny

400 m - bieg dzieci – (INFORMACJE o biegu dzieci u dołu Regulaminu)

2 km (5x 400m) - sztafeta firmowa

6. PROGRAM ZAWODÓW:

- 9:00 otwarcie Biura Zawodów
- 9:45 zamknięcie Biura Zawodów sztafety
- **10:00 start sztafety firmowej**
- 10:30 zamknięcie Biura Zawodów biegu dzieci i wydawania pakietów biegu dzieci
- **11:00 start biegu dzieci**
- 11:00 zamknięcie Biura Zawodów i zakończenie wydawania pakietów biegu na 5 km
- 11:15 rozgrzewka biegu na 5 km
- **11:30 start biegu na 5 km**
- 12:00 zamknięcie Biura Zawodów biegu na 10 km
- 12:15 wspólna rozgrzewka biegu na 10 km
- **12:40 start biegu głównego na 10 km**
- 12:20 zamknięcie trasy biegu na 5 km
- 14:10 zamknięcie trasy biegu na 10 km i otwarcie ruchu ulicznego
- ok 14:30 dekoracja zwycięzców – godzina może ulec zmianie w zależności od tempa ukończenia Zawodów przez wszystkich Zawodników



7. LIMITY:

limit Zawodników wynosi łącznie: **250 opłaconych osób**

- **limit czasu:**

- ✓ bieg 10km: 90 minut
- ✓ bieg 5 km: 50 minut

- Po tym czasie osoby znajdujące się na trasie zobowiązane zostaną do jej opuszczenia. Warunkiem sklasyfikowania Zawodnika jest przebiegnięcie całej trasy biegu i ukończenie Zawodów w regulaminowym czasie. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w wymaganym czasie nie będą sklasyfikowani (DNF).
- Ktokolwiek zostanie na trasie biegu po upływie limitu czasu, ponosi za to odpowiedzialność własną, stosownie do obowiązujących przepisów Kodeksu Cywilnego.

BIEGI GŁÓWNE:

8. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA BIEG GŁÓWNY

- W biegu 10 km udział mogą wziąć osoby, które najpóźniej w dniu Zawodów będą miały ukończone 13 lat (osoby niepełnoletnie do 18 roku życia mogą wystartować tylko i wyłącznie za pisemną zgodą Opiekuna Prawnego, który musi być obecny w dniu Zawodów w Biurze Zawodów przy odbieraniu pakietu startowego i na miejscu złożyć oświadczenie. Opiekun musi przedstawić dokument tożsamości ze zdjęciem). Nie dopuszcza się udziału osób niepełnoletnich bez obecności Opiekuna Prawnego i jego zgody.
- W biegu 5 km udział mogą wziąć osoby, które najpóźniej w dniu Zawodów będą miały ukończone 13 lat (osoby niepełnoletnie do 18 roku życia mogą wystartować tylko za pisemną zgodą Opiekuna Prawnego, który musi być obecny w dniu Zawodów w Biurze Zawodów przy odbieraniu pakietu startowego i na miejscu złożyć oświadczenie. Opiekun musi przedstawić dokument tożsamości ze zdjęciem). Nie dopuszcza się udziału osób niepełnoletnich bez obecności Opiekuna Prawnego i jego zgody.
- Decyzja Zawodnika/Opiekuna o zgłoszeniu się/zgłoszeniu podopiecznego do biegu wraz z uiszczeniem wpisowego jest traktowana jako deklaracja właściwego stanu zdrowia pozwalająca Zawodnikowi na udział w biegu. Prawo startu mają tylko i wyłącznie **OSOBY O DOBRYM STANIE ZDROWIA**. Wszelkie objawy złego samopoczucia, w tym gorączkę, kaszel, duszności, należy niezwłocznie zgłosić służbom Organizatora.
- Prawo startu mają Zawodnicy, którzy dokonają poprawnego zgłoszenia, w terminie uiszczą opłatę startową oraz wypełnią, podpiszą i złożą w Biurze Zawodów odpowiednie oświadczenie (w przypadku niepełnoletnich oświadczenie osobiście składa Opiekun Prawny).

Zgłoszenia do zawodów przyjmowane będą :

- **elektronicznie** na stronie www.rajsportactive.pl/zapisy do dnia **18.04.2024** lub do wyczerpania limitu (w przypadku uprzedniego wyczerpania się limitu zapisy zostaną automatycznie zamknięte).
- **W dniu Zawodów** w Biurze Zawodów do godz. **10:30, TYLKO** pod warunkiem dostępności miejsc- decyduje kolejność zgłoszeń.

Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza, wypełnienie oświadczenia i dokonanie opłaty startowej w kwocie wskazanej poniżej.

OPŁATY - Bieg 10 km:

- 50 zł – do dnia **18.04.2024** lub do wyczerpania limitu, płatne za pomocą systemu elektronicznego Przelewy24 podpiętego pod formularz zapisów
- Pakiet startowy w dniu Zawodów- **70 zł TYLKO pod warunkiem dostępności miejsc.**



OPŁATY - Bieg 5 km:

- 50 zł – do dnia **18.04.2024** lub do wyczerpania limitu, płatne za pomocą systemu elektronicznego Przelewy24 podpisanego pod formularz zapisów
- Pakiet startowy w dniu Zawodów- **70 zł TYLKO pod warunkiem dostępności miejsc.**

UWAGA WAŻNE: OPŁAT DOKONUJEMY TYLKO ZA POMOCĄ ELEKTRONICZNEGO SYSTEMY PŁATNOŚCI PRZELEWY24 PODPIĘTEGO POD SYSTEM ZAPISÓW.

UWAGA

Uczestnik, który rejestrując się na bieg nie dokona jednocześnie opłaty wpisowej nie zostanie umieszczony na liście startowej. Na liście widnieją tylko Zawodnicy opłacony.

- Zawodnik pojawi się na liście w terminie do 2 dni roboczych od dokonania przelewu i po odhaczeniu jej przez Organizatora.
- Zgłoszenia nieopłacone nie są traktowane jako zgłoszenia i nie dają one Uczestnikowi prawa do startu. W przypadku nieopłacenia pakietu należy zarejestrować się ponownie i dokonać opłaty przy kolejnej rejestracji.
- **Po 18.04.2024 lub po wyczerpania limitu, wpłaty nie będą przyjmowane** i będą zwracane na konto, a Zawodnik będzie musiał uiścić opłatę w kasie Biura Zawodów zgodnie z taryfą obowiązującą w dniu Zawodów (o ile limit nie zostanie wyczerpany i o ile Organizator dopuści taką możliwość).

W przypadku rezygnacji, dyskwalifikacji lub wycofania się Uczestnika, Organizator nie zwraca wpisowego.

Osoby, które dokonują opłaty elektronicznej w ostatnich dniach przed biegiem (nie przekraczając terminów podanych w Regulaminie) proszone są o **zabranie ze sobą dowodu wpłaty wpisowego**. W przypadku nie posiadania takiego dowodu i braku możliwości zweryfikowania otrzymania tej płatności przez Organizatora, Zawodnik chcąc wziąć udział w biegu, będzie musiał zapłacić wpisowe bezpośrednio w kasie Biura Zawodów.

9. PAKIET STARTOWY

W ramach wpisowego Uczestnik otrzymuje:

- ✓ medal okolicznościowy po ukończeniu Zawodów
- ✓ numer i **ZWROTNY** chip startowy do elektronicznego pomiaru czasu
- ✓ wyżywienie
- ✓ wodę

Pakiet nieodebrany w dniu Zawodów w godzinach pracy Biura pakiet przepada. Organizator nie wysyła pakietów.

- **Przepisanie pakietu jest możliwe tylko i wyłącznie do 15.04.2024.** Koszt przepisania wynosi 10 zł. W tej sprawie należy kontaktować się mailowo z Organizatorem.

10. ODBIÓR PAKIETÓW

- Odbiór pakietów startowych oraz chipów odbywa się tylko w dniu Zawodów. Jeśli Organizator dopuści inną opcję poinformuje o tym w specjalnym komunikacie.
- Osoby niepełnoletnie muszą stawić się do Biura Zawodów z Opiekunem Prawnym (**Opiekun musi posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem**).
- Należy liczyć się z kolejkami - Organizator nie odpowiada za przekroczenie czasu wynikające ze stania w kolejce. Zawodnik musi liczyć się z nieotrzymaniem pakietu, a co za tym idzie z niemożliwością startu.



- Pakiety wydawane są na podstawie ważnego dokumentu tożsamości. Każdy Zawodnik przed otrzymaniem pakietu zobowiązany jest złożyć wypełnione oświadczenie Zawodnika (oświadczenie znajduje się u dołu niniejszego Regulaminu) – odmowa złożenia oświadczenia jest równoznaczna z brakiem możliwości startu w Zawodach.
- Po godz. pracy Biura danego dystansu ze względu na specyfikę systemu elektronicznego i zamknięcie list startowych pakiety nie będą wydawane.

11. UCZESTNICTWO

- Wszyscy Zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów w celu podpisania oświadczenia oraz odebrania pakietu startowego. Podstawą weryfikacji jest dowód osobisty bądź inny dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość.
- Zawodnicy zobowiązani się odebrać pakiet startowy do godzin wskazanych w harmonogramie. Po tej godz. pakiety nie będą wydawane z powodu zamknięcia listy startowej w systemie pomiarowym.
- Uczestnik biegu podpisując oświadczenie akceptuje warunki Regulaminu.
- Osoby niepełnoletnie muszą stawić się do Biura Zawodów z Opiekunem Prawnym (**Opiekun musi posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem**).
- Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa i podporządkowania się decyzjom Organizatora. Zawodnicy ponoszą w pełni odpowiedzialność za własne działania i zachowanie.
- Impreza ma charakter rekreacyjny.
- Wszystkie objawy złego samopoczucia należy zgłosić Organizatorom.
- Zawodnicy pod wpływem alkoholu i substancji psychotropowych nie zostaną dopuszczeni do udziału w Zawodach.
- Zawodnik powinien bezwzględnie trzymać się wyznaczonej trasy biegu. Zejście z trasy, w celu skrócenia biegu lub ominięcia innego Zawodnika, może skutkować dyskwalifikacją.
- Zawodnik, który nieumyślnie zszedł z trasy, zobowiązany jest do niezwłocznego powrotu na miejsce, w którym opuścił trasę i kontynuowania biegu od tego miejsca.

12. POMIAR CZASU

- Elektroniczny pomiar czasu za pomocą chipowego systemu pomiaru.
- Każdy Zawodnik musi posiadać przytwierdzony do lewej lub prawej nogi na w okolicy buta chip identyfikacyjny służący do elektronicznego pomiaru czasu.
- **Umieszczenie chipa w innym miejscu lub jego zdjęcie w trakcie/zgubienie Biegu karane będzie dyskwalifikacją.**
- Zawodnicy, którzy nie dokonają zwrotu chipa bezpośrednio po ukończeniu Biegu pociągnięci będą do zapłaty kary w wysokości 40 zł.
- Warunkiem sklasyfikowania Zawodnika jest przebiegnięcie całej, wytyczonej przez Organizatora trasy biegu i ukończenie Zawodów w regulaminowym czasie. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w wymaganym czasie nie będą sklasyfikowani (DNF).
- Ktokolwiek zostanie na trasie biegu po upływie limitu czasu, ponosi za to odpowiedzialność własną, stosownie do obowiązujących przepisów Kodeksu Cywilnego.
- Nieobecność Zawodnika w kontrolnym punkcie pomiarowym równoznaczna jest z pomyleniem lub skróceniem trasy i jest podstawą jego dyskwalifikacji.
- Do klasyfikacji generalnej biegu liczy się czas brutto 3 najlepszych kobiet i 3 najlepszych mężczyzn oraz czas netto pozostałych.

13. KLASYFIKACJE I KATEGORIE

Podczas Biegu na 5km prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- kat. Open Kobiet I-III miejsce
- kat. Open Mężczyzn I-III miejsce
- Kobiety Masters (powyżej 40 roku życia)
- Mężczyźni Masters (powyżej 40 roku życia)



- Mundurowi I-III (trzy pierwsze osoby) – tylko za okazaniem legitymacji
- Klasyfikacja drużynowa. Drużyna musi składać się z 5 osób, w tym MINIMUM jednej kobiety. Zawodnicy jednej drużyny zobowiązani są podawać w zgłoszeniu taką samą nazwę drużyny pod względem pisowni i wymowy (wielkie i małe litery, odstępy pomiędzy znakami) ze względu na specyfikę systemu elektronicznego. W innym przypadku nie będą zaliczeni do jednej Drużyny.

W kategoriach Open i dodatkowych za miejsca I-III trofea. Kat. Open i wiekowe nie dublują się. Kategoria jest uznana jeśli wystartuje minimum 3 Zawodników.

Podczas Biegu na 10 km prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- kat. Open Kobiet I-III miejsce
- kat. Open Mężczyzn I-III miejsce
- Klasyfikacje wiekowe kobiet i mężczyzn
K/M- 16-29 lat
K/M- 30-39 lat
K/M- 40-49 lat
K/M- 50-59 lat
K/M -60+
- Mundurowi I-III (trzy pierwsze osoby) – tylko za okazaniem legitymacji
- Najlepszy mieszkaniec/mieszkanca Województwa Łódzkiego
- Najlepszy mieszkaniec/mieszkanca Sieradza
- Klasyfikacja drużynowa. Drużyna musi składać się z 5 osób, w tym MINIMUM jednej kobiety. Zawodnicy jednej drużyny zobowiązani są podawać w zgłoszeniu taką samą nazwę drużyny pod względem pisowni i wymowy (wielkie i małe litery, odstępy pomiędzy znakami) ze względu na specyfikę systemu elektronicznego. W innym przypadku nie będą zaliczeni do jednej Drużyny.

W kategoriach Open i dodatkowych za miejsca I-III trofea. Kat. Open i wiekowe nie dublują się. Kategoria jest uznana jeśli wystartuje minimum 3 Zawodników.

14. WYNIKI

Oficjalne wyniki będą zamieszczone na stronie internetowej Zawodów.

15. DEPOZYT: Organizator zapewnia depozyt. Wartość złożonego depozytu nie może przekraczać 400 zł.

16. SZATNIE: Organizator nie zapewnia szatni.

17. SANITARIATY: Organizator zapewnia sanitariaty – TOI TOI.

18. BIEG DZIECI

Start biegu dzieci: godz. 11:00

Limit: 80 dzieci.

ZGŁOSZENIA na bieg rodzinny przyjmowane są drogą elektroniczną www.rajsportactive.pl/zapisy do dnia 18.04.2024 lub do wyczerpania limitu. O miejscu na liście decyduje kolejność zgłoszeń. Bieg jest darmowy.

- ✓ Bieg odbywa się na dystansie ok 400 m- okrążenie wokół Rynku w Sieradzu.
- ✓ Bieg rodzinny ma charakter rekreacyjno-integracyjny, bez klasyfikacji końcowej. Bieg skierowany jest do dzieci i młodzieży poniżej 15 roku życia. Uczestnicy mogą biec z członkami rodziny.
- ✓ Dzieci poniżej 5 roku życia **OBOWIĄZKOWO** muszą biec z Rodzicem/Opiekunem Prawnym.
- ✓ Warunkiem przystąpienia do jest złożenie pisemnej zgody Opiekuna Prawnego, który musi być obecny w dniu Zawodów w Biurze Zawodów przy odbieraniu pakietu startowego i na miejscu złożyć oświadczenie. Opiekun musi przedstawić dokument tożsamości ze zdjęciem). Nie dopuszcza się udziału osób niepełnoletnich bez obecności



- ✓ Opiekuna Prawnego i jego zgody.
- ✓ **O godz. 10:30 biuro biegu rodzinnego zostanie zamknięte, a nieodebrane pakiety przepadają na rzecz kolejnych Uczestników.**
- ✓ Na mecie każde dziecko otrzyma pamiątkowy medal (medal przewidziany jest tylko dla dziecka).

19. SZTAFETA FIRMOWA

Start sztafety: godz. 10:00

Liczba Zawodników w drużynie: 5 Zawodników

ZGŁOSZENIA na sztafetę firmową przyjmowane są drogą elektroniczną www.rajsportactive.pl/zapisy do dnia 18.04.2024 lub do wyczerpania limitu. O miejscu na liście decyduje kolejność zgłoszeń.

19. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zawodnicy zobowiązani są **BEZWZGLĘDNIE** umożliwić przejazd służbom ratunkowym (straż, pogotowie, policja, służby porządkowe). W przypadku zablokowania przejazdu służbom ratunkowym przez Uczestnika, Organizator wyciągnie konsekwencje prawne w stosunku do Uczestnika.
2. Podczas Biegu wszyscy Zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulek startowych. Zastąpienie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji. Numery startowe są bezzwrotne.
3. Przebywanie na trasie Biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę trasy. W szczególności zabrania się poruszania po trasie biegu na rowerach (z wyłączeniem osób, które będą pełniły funkcje porządkowe/bezpieczeństwa w uzgodnieniu z Organizatorem Biegu).
4. Bieg będzie odbywać się przy częściowo wyłączonym ruchu drogowym. W miejscach szczególnie niebezpiecznych Policja oraz służby Organizatora ułatwią włączenie się do ruchu.
5. Zawodnicy muszą zachować szczególną ostrożność mając na uwadze możliwość wyjechania pojazdów z dróg czy pojedynczych zabudowań.
6. Wszyscy Zawodnicy powinni bezwzględnie przestrzegać przepisów Ruchu Drogowego oraz postanowień Organizatora dotyczących poruszania się po trasie.
7. Wszelkie objawy złego samopoczucia, w tym gorączkę, kaszel, duszności należy bezzwłocznie zgłosić służbom Organizatora.
8. Podczas Zawodów wszyscy Zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulek startowych.
9. Zastąpienie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji. Numery startowe są bezzwrotne.
10. **Chip startowy jest zwrotny - kara za niezwrócenie chipa wynosi 30zł.**
11. Przebywanie na trasie Biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę trasy. W szczególności zabrania się poruszania po trasie biegu na rowerach (z wyłączeniem osób, które będą pełniły funkcje porządkowe/bezpieczeństwa w uzgodnieniu z Organizatorem Biegu).
12. Zabrania się wnoszenia na trasę biegu przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych Uczestników.
13. Uczestnicy biorący udział w imprezie wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych, zezwalają na korzystanie ze swojego wizerunku, zdjęć, filmów na potrzeby organizatora tj. internet, prasa, ulotki, plakaty itp. i wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych.
14. Organizator zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian Regulaminu w okresie przygotowawczym w celu zapewnienia właściwej realizacji biegu, zgodnie z oczekiwaniami Uczestników i uwarunkowaniami zewnętrznymi.
15. Organizator nie zapewnia Uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, OC, z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci lub szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub udziałem Uczestnika w imprezie oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.
16. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania, przeniesienia Zawodów lub ich przerwania bez podania powodów.



17. Uwzględniając przepisy 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 (RODO), Uczestnicy biorący udział w imprezie wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych, zezwalają na korzystanie ze swojego wizerunku, zdjęć, filmów na potrzeby organizatora tj. internet, prasa, ulotki, publikacja wyników, list, grafik, plakatów, zdjęć itp.
18. Organizator zapewnia wszystkim Uczestnikom biegu opiekę medyczną.
19. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie biegu wynikające z winy Uczestników.
20. Nie można skracać trasy biegu wychodząc poza wyznaczoną trasę.
21. 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.
22. Ze względów bezpieczeństwa uprasza się Zawodników o nie startowanie w biżuterii, szczególności łańcuszkach, kolczykach. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za uszczerbek na zdrowiu powstały w wyniku noszenia niedozwolonych ozdób, jak również nie ponosi odpowiedzialności za ich zgubienie.
23. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.
24. Pisemne protesty można zgłaszać w Biurze Zawodów po zakończeniu Zawodów w dniu 20.04.2024 do godz. 14:00 za wniesieniem kaucji 100 zł. W przypadku wydania decyzji na korzyść zgłaszającego kaucja zostanie zwrócona.
25. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi biegu.
26. W sprawach nieujętych w Regulaminie ostateczną decyzję podejmuje Organizator.

KONTAKT:

dział techniczny zapisów:

663-748-312

rajsport.sieradz@gmail.com