



REGULAMIN 5. Wróblewska Eko Dycha 09.05.2026 Pod patronatem Wójta Gminy Wróblew

1. ORGANIZATORZY:

- ACTIVE RUN ul. Armii Krajowej 30/21, 98-200 Sieradz
- Gmina Wróblew

2. CELE

- 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;
- Promocja Gminy Wróblew.

3. TERMIN I MIEJSCE:

09.05.2026 (sobota)

Biuro Zawodów: Muzeum Walewskich w Tubądzinie, Tubądzin 31A, 98-285 Wróblew

link Google: <https://goo.gl/maps/ger2wQuiqrX25EP98>

Start i meta: okolice Muzeum Walewskich w Tubądzinie

4. KONKURENCJE

- Bieg przełajowy na 10 km
- Bieg przełajowy na 5 km – trasa z atestem
- Marsz nordic walking na 5 km
- Bieg dzieci (około 1000 metrów) – (INFORMACJE o bieg dzieci u dołu regulaminu)

5. TRASA:

Trasa przełajowa z elementami asfaltu.

6. PROGRAM ZAWODÓW:

- 09:30 otwarcie Biura Zawodów
- 11:00 zamknięcie Biura Zawodów biegu dzieci i wydawania pakietów
- 11:30 start biegu dzieci
- 11:30 zamknięcie Biura Zawodów biegu na 5km i zakończenie wydawania pakietów
- 11:45 uroczyste otwarcie biegów głównych, rozgrzewka
- 12:00 start biegu na 10 km
- 12:10 start biegu na 5 km
- 12:15 start Marszu Nordic Walking
- 13:10 zamknięcie trasy biegu na 5km
- 13:15 zamknięcie trasy Marszu
- 13:30 zamknięcie trasy biegu na 10 km
- ok 13:15-13:45 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 min
 - ✓ bieg 5km i marsz NW 5 km: 60 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 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 na **5 km** oraz **MARSZU Nordic Walking** mogą wziąć udział osoby, które 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.
- W przypadku gdy Opiekunem w dniu Zawodów nie jest Opiekun Prawny musi on być osobą pełnoletnią oraz posiadać pisemne upoważnienie od co najmniej jednego Opiekuna Prawnego dziecka do występowania w imieniu Opiekuna dziecka na czas Zawodów oraz wypełnione przez niego oświadczenie (Opiekuna Prawnego) dla Uczestnika.
 - 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 **07.05.2026 r.** lub do wyczerpania limitu (w przypadku uprzedniego wyczerpania się limitu zapisy zostaną automatycznie zamknięte).
- **osobiście** w siedzibie Organizatora, przy ul. Warszawskiej 6, 98-200 Sieradz do dnia **07.05.2026 pn.-pt.** godz. 9-16 sob. 9-13 (w przypadku nie wyczerpania się limitu).
- **W dniu Zawodów** w Biurze Zawodów do godz. 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/5km/marsz NW:

- **50 zł** – do dnia **07.05.2026** lub do wyczerpania limitu, płatne za pomocą systemu elektronicznego Przelewy24 podpiętego pod formularz zapisów lub gotówką w siedzibie organizatora.
- Pakiet startowy w dniu Zawodów- **100 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 płatności 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 07.05.2026 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 z chipem startowym 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 01.05.2026.** Koszt przepisania wynosi 20 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, 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 są 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 z przodu koszulki numer startowy z chipem.
- **Umieszczenie numeru startowego z chipem w innym miejscu lub jego zdjęcie/zgubienie w trakcie Biegu karane będzie dyskwalifikacją.**
- 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** oraz Marszu **NORDIC WALKING** prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- Open Kobiet I-III miejsce
- Open Mężczyzn I-III miejsce
- Masters Kobiet I-III miejsce (powyżej 40 roku życia)
- Masters Mężczyzn I-III miejsce (powyżej 40 roku życia)
- Klasyfikacja drużynowa I-III miejsce. Drużyna musi składać się z 5 osób. 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:

- Open Kobiet I-III miejsce
- Open Mężczyzn I-III miejsce
- Klasyfikacje wiekowe Kobiet i Mężczyzn I-III miejsce:
K/M- 16-29 lat
K/M- 30-39 lat
K/M- 40-49 lat
K/M- 50-59 lat
K/M -60+
- Najlepszy mieszkaniec/mieszkanica Gminy Wróblew
- Klasyfikacja drużynowa. Drużyna musi składać się z 5 osób. 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

1. 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. 11:30

Limit: 100 dzieci

ZGŁOSZENIA na bieg rodzinny przyjmowane są drogą elektroniczną www.rajsportactive.pl/zapisy

do dnia **07.05.2026** lub do wyczerpania limitu. O miejscu na liście decyduje kolejność zgłoszeń. Bieg jest darmowy.

- ✓ Bieg odbywa się na dystansie ok 1000 m.
 - ✓ 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. 11:00 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. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszelkie objawy złego samopoczucia, w tym gorączkę, kaszel, duszności należy bezzwłocznie zgłosić służbom Organizatora.
2. Podczas Zawodów wszyscy Zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do **przedniej części koszulek startowych, niczym nie zasłonięte.**
3. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji. Numery startowe są bezzwrotne.



4. Chip do pomiaru czasu jest w numerze startowym.
5. 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 pełnić funkcje porządkowe/bezpieczeństwa w uzgodnieniu z Organizatorem Biegu / marszu).
6. Zabrania się wnoszenia na trasę biegu przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych Uczestników.
7. 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.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian Regulaminu w okresie przygotowawczym w celu zapewnienia właściwej realizacji biegu, zgodnie z oczekiwaniami Uczestników i uwarunkowaniami zewnętrznymi.
9. 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.
10. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania, przeniesienia Zawodów lub ich przerwania bez podania powodów.
11. 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.
12. Organizator zapewnia wszystkim Uczestnikom Biegu opiekę medyczną.
13. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie biegu wynikające z winy Uczestników.
14. Nie można skracać trasy biegu wychodząc poza wyznaczoną trasę.
15. 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.
16. Ze względów bezpieczeństwa uprasza się Zawodników o nie startowanie w biżuterii, szczególnie łańcuszkach, kolczykach. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za uszczerbek na zdrowiu powstały w wyniku noszenia niedozwolonych ozdób, jak również nie ponosi odpowiedzialności za ich zgubienie.
17. 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.
18. Pisemne protesty można zgłaszać w Biurze zawodów po zakończeniu Zawodów w dniu 10.05.2026 do godz. 15:00 za wniesieniem kaucji 100 zł. W przypadku wydania decyzji na korzyść zgłaszającego kaucja zostanie zwrócona.
19. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi biegu i marszu.
20. W sprawach nieujętych w Regulaminie ostateczną decyzję podejmuje Organizator.

KONTAKT:

dział techniczny zapisów:

663-748-312

rajsport.sieradz@gmail.com