

Stowarzyszenie



Nadleśnictwo Bielsko

REGULAMIN

„VI Zimowy Bieg po Zdrój” 2025

Jaworze 26 stycznia 2025

I. Cel imprezy:

- Integracja lokalnej społeczności gminy Jaworze w różnych grupach wiekowych
- Promocja gminy Jaworze
- Popularyzacja zdrowego stylu życia poprzez sport
- Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu

Organizator:

Stowarzyszenie „Bieg po Zdrój”

Współorganizatorzy:

Gmina Jaworze

Nadleśnictwo Bielsko

II. Termin i miejsce zawodów.

26.01.2025 r. Jaworze k. Bielska-Białej Hala sportowa ul. Wapienicka 10

Start półmaratonu górskiego godz. 9.00

Start Trail 6,5 km godz. 10:00

Start marszu Nordic Walking 6,5 km godz. 10:00

Biuro zawodów czynne:

Dnia 25.01.2025r. sobota od godz. 17.00-19.00 Hala sportowa ul. Wapienicka 10 43-384 Jaworze

W dniu imprezy niedziela od godz. 7.30-09.45 Hala sportowa ul. Wapienicka 10 43-384 Jaworze

III. Trasa Biegu

a) Półmaraton Górski – „Zimowy Bieg po Zdrój”

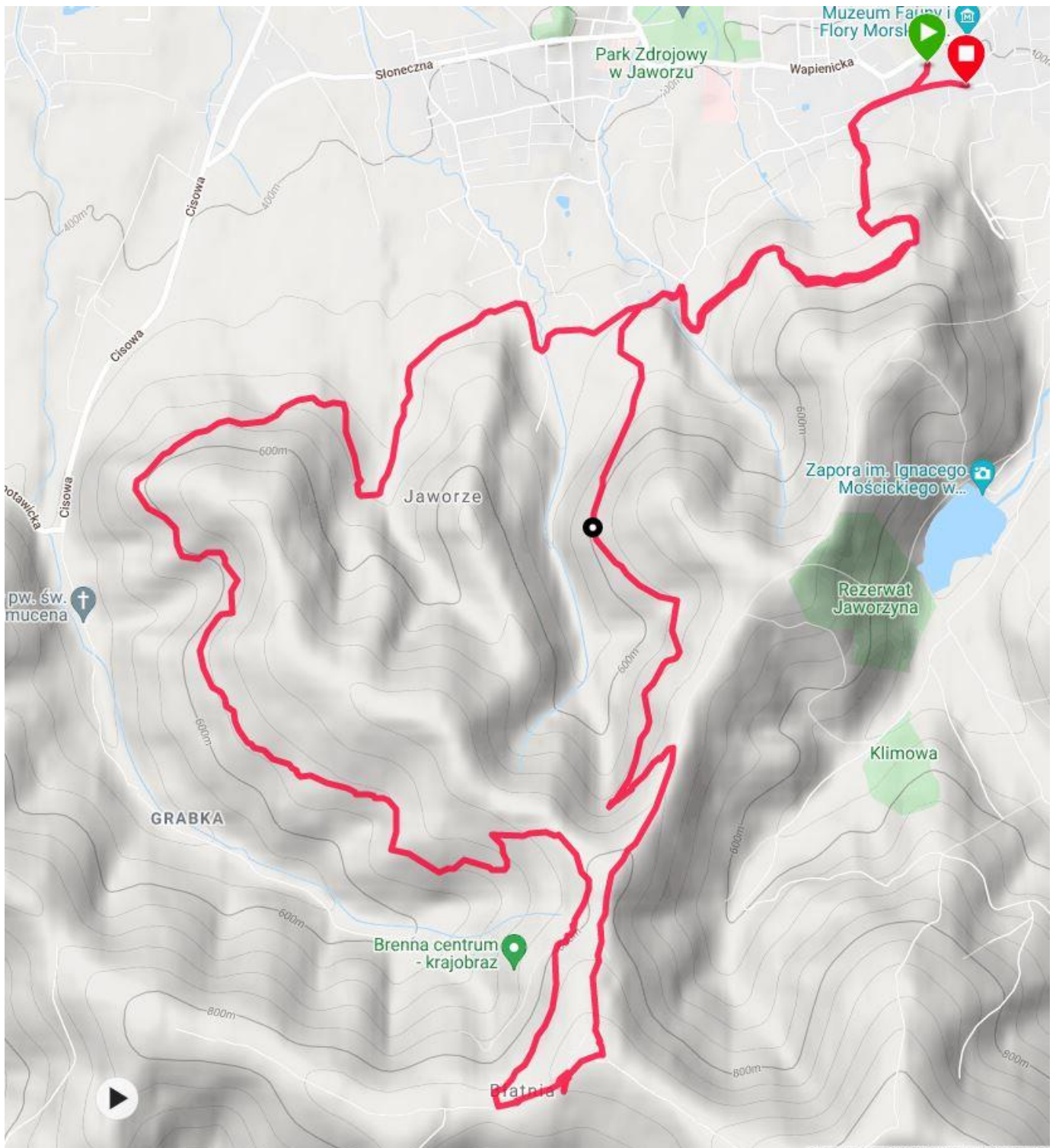
Start honorowy:, Hala sportowa ul. Wapienicka 10 - godz. 9.00

Start lotny ul. Świerkowa godz. 9:10

Meta Hala sportowa.

Plik w formacie GPX dostępny na profilu Facebook: Bieg po zdroj oraz na www.biegpozdroj.pl

Trasa:



Długość trasy: 22,5 km, przewyższenie: 918m. Różnica wzniesień 510m

Na trasie zlokalizowane będą; pomiar czasu na Błatniej , punkty sędziowskie, oraz punkty nawadniania. Cała trasa będzie oznaczona taśmą czerwono-białą z logo Stowarzyszenia „Bieg Po Zdrój”. Na niektórych kilometrach będą znaczniki.

Wyznacza się limit czasowy na mecie – 4 godziny, zawodnicy którzy nie zmieszczą się w wyznaczonym limicie czasowym nie będą sklasyfikowani.

Profil trasy:



- każdy zawodnik na trasie jest obowiązany oprócz regulaminu biegu przestrzegać regulaminu Lasów Państwowych.

- Dopuszcza się używanie kijów trekkingowych.

- Bieg z psem wyłącznie w specjalnych szelkach do biegania z psem.

- Zawodnicy biegnący z psami w przypadku zajęcia nagradzanych miejsc nie będą brani pod uwagę.

b) Trail 6,5 km

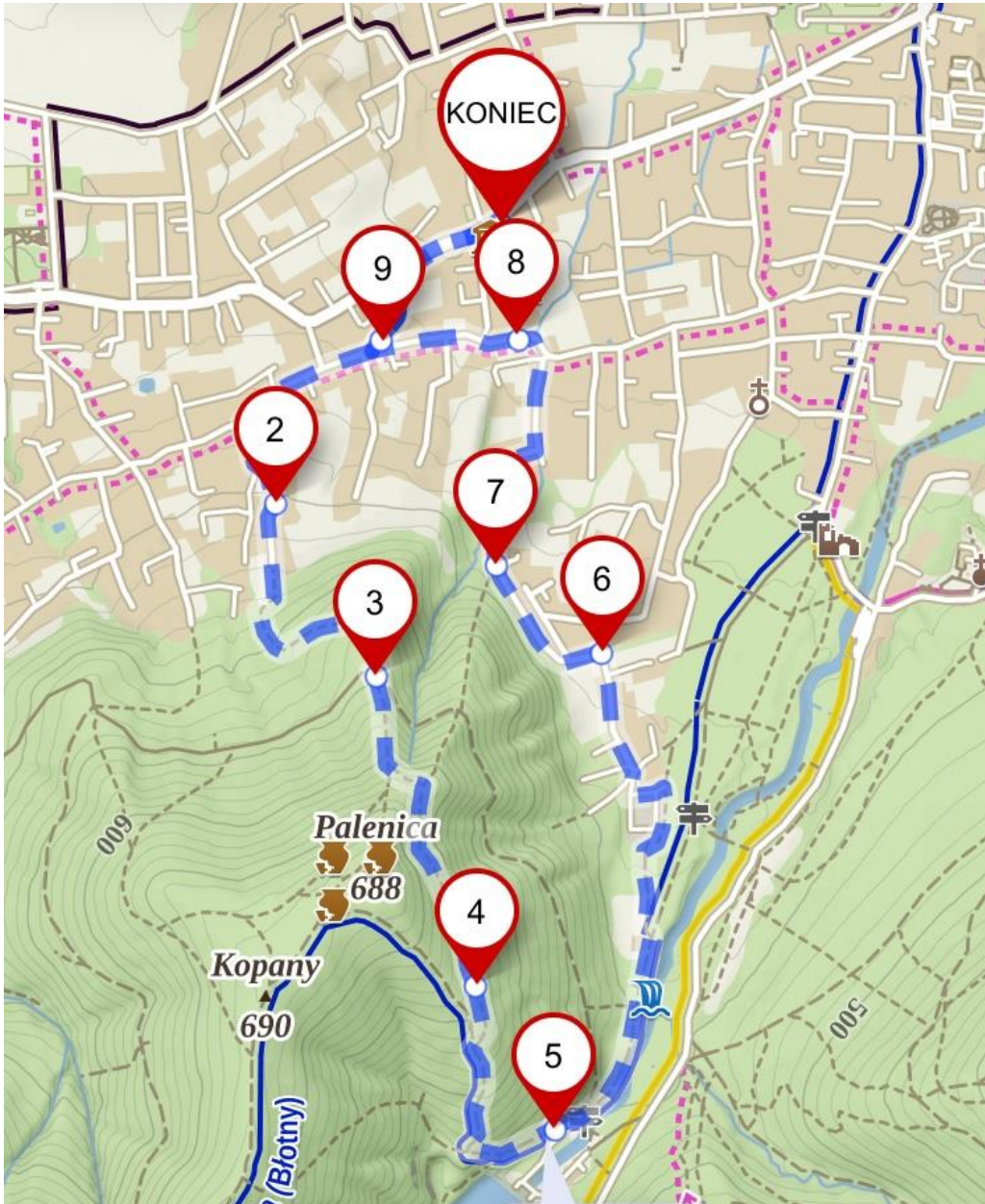
Start honorowy:, Hala sportowa ul. Wapienicka 10 - godz. 10.00

Start lotny ul. Świerkowa godz. 10:10

Meta Hala sportowa.

Plik w formacie GPX dostępny na profilu Facebook: Bieg po zdroj oraz na www.biegpozdroj.pl

Trasa



Długość trasy wynosi 6,5 km.

Cała trasa będzie oznaczona taśmą czerwono-białą z logo Stowarzyszenia „Bieg Po Zdrój”.

Na niektórych kilometrach będą znaczniki.

Wyznacza się limit czasowy na mecie – 1,5 godziny, zawodnicy którzy nie zmieszczą się w wyznaczonym limicie czasowym nie będą sklasyfikowani.

Każdy zawodnik na trasie jest obowiązany oprócz regulaminu biegu przestrzegać regulaminu Lasów Państwowych.

Dopuszcza się używanie kijów trekkingowych.

Bieg z psem wyłącznie w specjalnych szelkach do biegania z psem.

Zawodnicy biegnący z psami w przypadku zajęcia nagradzanych miejsc nie będą brani pod uwagę.

c) Marsz Nordic Walking

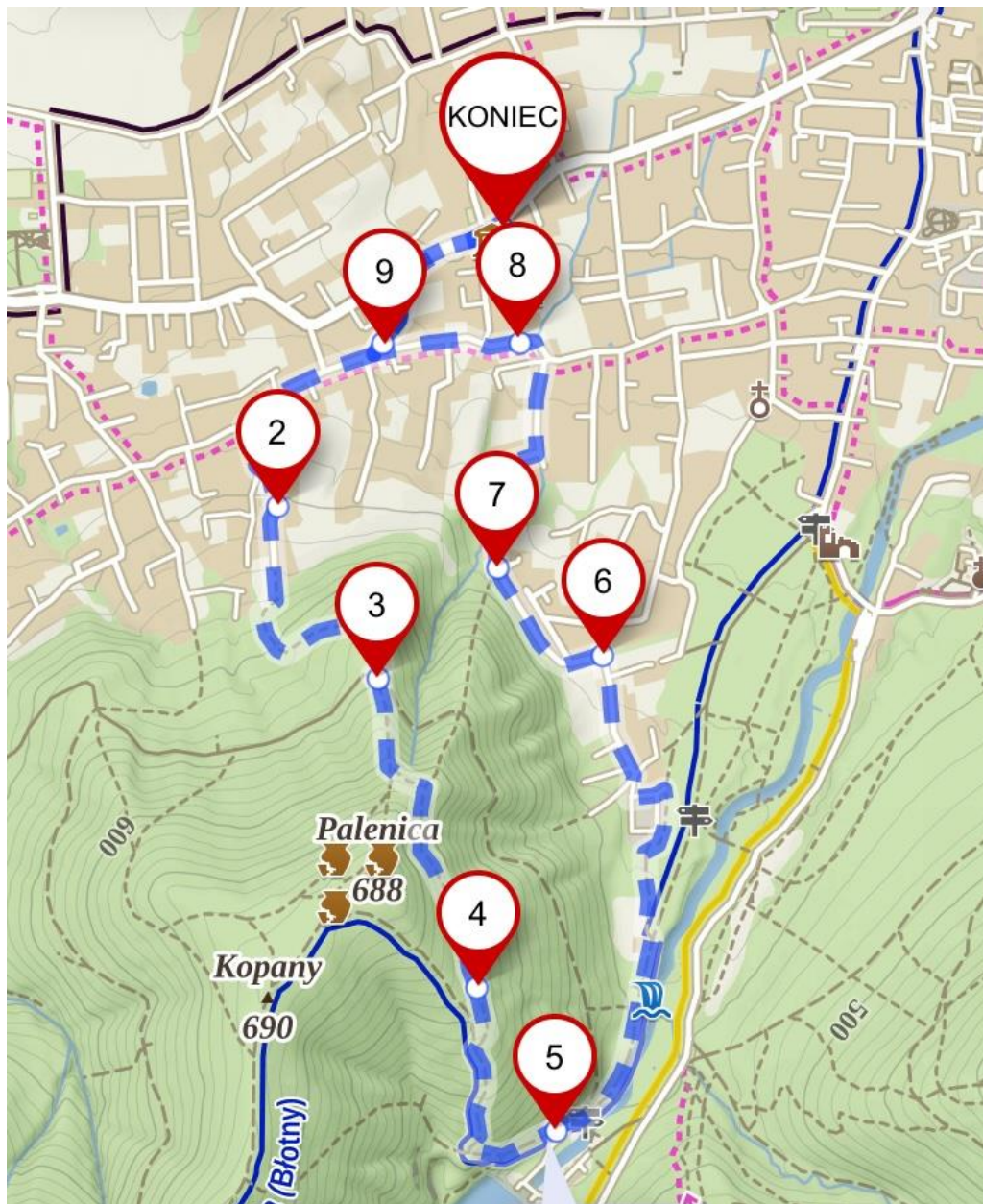
Start honorowy:, Hala sportowa ul. Wapienicka 10 - godz. 10.00

Start lotny ul. Świerkowa godz. 10:15

Meta Hala sportowa.

Plik w formacie GPX dostępny na profilu Facebook: Bieg po zdroj oraz na www.biegpozdroj.pl

Trasa:



Długość trasy wynosi 6,5 km.

Cała trasa będzie oznaczona taśmą czerwono-białą z logo Stowarzyszenia „Bieg Po Zdrój”. Na niektórych kilometrach będą znaczniki.

Uczestników obowiązuje limit czasu 2h. Nie zmieszczenie się w limicie czasu obliguje zawodnika do przerywania marszu i zejścia z trasy.

Każdy zawodnik na trasie jest obowiązany oprócz regulaminu marszu przestrzegać regulaminu Lasów Państwowych.

IV. Warunki uczestnictwa.

a) Półmaraton Górski – „Zimowy Bieg po Zdrój” oraz Trail 6,5km

1. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręcznie podpisane Zaświadczenie o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w biegu.
2. W biegu mogą uczestniczyć zawodnicy, którzy do dnia 26 stycznia 2025 roku ukończą 16 lat.
3. Każda osoba niepełnoletnia zobowiązana jest do posiadania pozwolenia na udział w biegu od rodziców lub opiekunów prawnych z ich podpisem i nr PESEL.
4. Każda osoba startująca w biegu, uczestniczy w nim na własną odpowiedzialność.
5. Organizator rekomenduje przed startem poddanie się badaniom kontrolnym i zasięgnięcie opinii lekarskiej, co do możliwości udziału w biegu.
6. Podczas odbioru numeru startowego zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku.
7. Każdy zawodnik w celu odbioru numeru startowego będzie musiał przyjść do biura zawodów z wydrukowaną i podpisaną kartą zgłoszeniową, która zostanie udostępniona mu w panelu administracyjnym na stronie zapisów najpóźniej na 3 dni przed zawodami.

b) Marsz Nordic Walking:

1. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do marszu będzie własnoręcznie podpisane Zaświadczenie o braku przeciwwskazań do uczestnictwa,
2. W Marszu mogą uczestniczyć zawodnicy, którzy do dnia 26 stycznia 2025 roku ukończą 16 lat.
3. Każda osoba niepełnoletnia zobowiązana jest do posiadania pozwolenia na udział w marszu od rodziców lub opiekunów prawnych z ich podpisem i nr PESEL.
4. Każda osoba startująca w Marszu, uczestniczy w nim na własną odpowiedzialność.
5. Organizator rekomenduje przed startem poddanie się badaniom kontrolnym i zasięgnięcie opinii lekarskiej, co do możliwości udziału w marszu.
6. Podczas odbioru numeru startowego zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku.
7. Każdy zawodnik w celu odbioru numeru startowego będzie musiał przyjść do biura zawodów z wydrukowaną i podpisaną kartą zgłoszeniową, która zostanie udostępniona mu w panelu administracyjnym na stronie zapisów najpóźniej na 3 dni przed zawodami.
8. Wszyscy uczestnicy Marszu powinni posiadać własne kije do Nordic Walking

Pakiety startowe nieodebrane w dniu zawodów nie będą wydawane ani rozsyłane w późniejszym terminie.

Organizator w porozumieniu ze służbą medyczną zastrzega sobie możliwość niedopuszczenia lub usunięcia z imprezy osoby, które wykazują objawy chorobowe lub są w złym stanie fizycznym.

Bufety odżywcze wyposażone będą w napoje (woda, izotonik) oraz żywność

Na każdym bufecie odżywczym znajdować się będą termosy z wodą/izotonikiem. Zawodnik sam napelnia swoje kubki/bidony/bukłaki itd.

V. Klasyfikacja:

a) Półmaraton Górski – „ Zimowy Bieg po Zdrój”

Klasyfikacja biegu prowadzona zostanie w kategorii open kobiet i mężczyzn oraz w kategoriach wiekowych.

Klasyfikacja w grupach wiekowych:

a) Kobiety:

1. K20 – kobiety 16-29 lat
2. K30 – kobiety 30-39 lat
3. K40 – kobiety 40-49 lat
4. K50 – kobiety 50-59 lat
5. K60 – kobiety 60 i więcej lat

b) Mężczyźni:

1. M20 – mężczyźni 16-29 lat
2. M30 – mężczyźni 30-39 lat
3. M40 – mężczyźni 40-49 lat
4. M50 – mężczyźni 50-59 lat
5. M60 – mężczyźni 60 i więcej lat

UWAGA! Nagrody w klasyfikacji generalnej i wiekowej nie pokrywają się.

b) Trail 6,5 km

Klasyfikacja biegu prowadzona zostanie w kategorii open kobiet i mężczyzn.

c) Marsz Nordic Walking

W Marszu Nordic Walking nie będzie prowadzona klasyfikacja generalna. Marsz ma charakter rekreacyjny.

VI. Opłata startowa i uczestnictwo:

REJESTRACJA zawodników oraz opłata startowa odbywa się poprzez formularz na stronie www.zapisy.inesssport.pl; www.biegpozdroj.pl do dnia 21.01.2025r

Limit zapisów dla półmaratonu górskiego ustala się na 100 zawodników.

Limit zapisów dla Trial 6,5 km ustala się na 100 zawodników.

Limit zapisów dla Marszu Nordic Walking ustala się na 50 zawodników.

1. Opłata startowa:

a) Półmaraton Górski – „Zimowy Bieg po Zdrój”

Opłata po wcześniejszej rejestracji:

Pierwszych 50 osób 150zł

Kolejnych 50 osób 170zł

na miejscu w sobotę 25.01.2025r. **200zł** do wyczerpania limitu zapisów, płatność gotówką.

UWAGA: w dniu zawodów brak zapisów, możliwy tylko odbiór pakietów startowych!

40% opłaty startowej zostanie przekazane na 33 finał WOŚP

1. Warunkiem dopuszczenia do startu jest **wniesienie opłaty startowej** za pośrednictwem portalu internetowego Przelewy24 **do dnia 21.01.2025r. włącznie** lub osobiście w przypadku zapisów na miejscu gotówką w sobotę 25.01.2025r. bez gwarancji pełnego pakietu startowego. Po dokonaniu zgłoszenia, system przekierowuje na stronę Przelewy24, przez którą należy dokonać opłaty startowej. Płatności można dokonać również po zalogowaniu w serwisie zapisy.inesssport.pl – zakładka moje konto – płatności.
2. Opłaty startowe następują on-line jako finalizacja zgłoszenia uczestnictwa .Organizator nie ponosi odpowiedzialności za terminy realizacji przelewów bankowych i pocztowych.
3. Brak wpłaty do 21.01.2025 r. skutkuje skreśleniem z listy startowej, co jest rozumiane jako brak pozwolenia na udział w Biegu. Istnieje możliwość wpłaty w dniu 25.01.2025 do określonego limitu uczestników.
 - Opłata na miejscu nie gwarantuje pełnego pakietu startowego.
 - Opłata startowa nie podlega zwrotowi.
4. Istnieje możliwość przeniesienia wpisowego na innego zawodnika w nieprzekraczalnym terminie do 15.01.2025r. Warunkiem jest wypełnienie formularza przeniesienia pakietu zamieszczonego na stronie www.zapisy.inesssport.pl
5. W biegu mogą brać udział wszyscy chętni legitymujący się zdolnością do biegu lub oświadczeniem własnym zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 Dz. U. Nr 101 poz.1095 § 2 pkt 6. Dla biegu na dystansie 22,5 m, limit wiekowy to ukończone 16 lat.

6. Ze względu na bezpieczeństwo własne zawodników obowiązuje odpowiedni ubiór.
7. Każdy zawodnik jest obowiązany mieć przy sobie podczas biegu folię NRC oraz naładowany telefon z zapisanym numerem GOPR 601 100 300 lub zainstalowaną Bezpłatną aplikacją „Ratunek”. Za brak powyższych elementów wyposażenia grozi dyskwalifikacja zawodnika. Kontrola przeprowadzona będzie na starcie oraz mecie biegu.
8. Start w biegu dyskwalifikuje złe samopoczucie lub inny stan niedyspozycji.

b)Trail 6,5 km

Opłata po wcześniejszej rejestracji:

Pierwszych 50 osób 100zł

Kolejnych 50 osób 120zł

na miejscu w sobotę 25.01.2025r. **150 zł** do wyczerpania limitu zapisów, płatność gotówką.

UWAGA: w dniu zawodów brak zapisów, możliwy tylko odbiór pakietów startowych!

40% opłaty startowej zostanie przekazane na 33 finał WOŚP

1. Warunkiem dopuszczenia do startu jest **wniesienie opłaty startowej** za pośrednictwem portalu internetowego Przelewy24 **do dnia 21.01.2025r. włącznie** lub osobiście w przypadku zapisów na miejscu gotówką w sobotę 25.01.2025r. bez gwarancji pełnego pakietu startowego. Po dokonaniu zgłoszenia, system przekierowuje na stronę Przelewy24, przez którą należy dokonać opłaty startowej. Płatności można dokonać również po zalogowaniu w serwisie zapisy.inessport.pl – zakładka moje konto – płatności.
2. Opłaty startowe następują on-line jako finalizacja zgłoszenia uczestnictwa .Organizator nie ponosi odpowiedzialności za terminy realizacji przelewów bankowych i pocztowych.
3. Brak wpłaty do 21.01.2025 r. skutkuje skreśleniem z listy startowej, co jest rozumiane jako brak pozwolenia na udział w Biegu. Istnieje możliwość wpłaty w dniu 25.01.2025 do określonego limitu uczestników.
4. Opłata na miejscu nie gwarantuje pełnego pakietu startowego.
5. Opłata startowa nie podlega zwrotowi.
6. Istnieje możliwość przeniesienia wpisowego na innego zawodnika w nieprzekraczalnym terminie do 15.01.2025r. Warunkiem jest wypełnienie formularza przeniesienia pakietu zamieszczonego na stronie www.zapisy.inessport.pl
7. W biegu mogą brać udział wszyscy chętni legitymujący się zdolnością do biegu lub oświadczeniem własnym zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 Dz. U. Nr 101 poz.1095 § 2 pkt 6. Dla biegu na dystansie 22,5 m, limit wiekowy to ukończone 16 lat.
8. Ze względu na bezpieczeństwo własne zawodników obowiązuje odpowiedni ubiór.

9. Każdy zawodnik jest obowiązany mieć przy sobie podczas biegu folię NRC oraz naładowany telefon z zapisanym numerem GOPR 601 100 300 lub zainstalowaną Bezpłatną aplikacją „Ratunek”. Za brak powyższych elementów wyposażenia grozi dyskwalifikacja zawodnika. Kontrola przeprowadzona będzie na starcie oraz mecie biegu.
10. Start w biegu dyskwalifikuje złe samopoczucie lub inny stan niedyspozycji.

c) Marsz Nordic Walking

Opłata po wcześniejszej rejestracji: **40zł**

na miejscu w sobotę 25.01.2025r. **50zł** do wyczerpania limitu zapisów, płatność gotówką.

UWAGA: w dniu zawodów brak zapisów.

40% opłaty startowej zostanie przekazane na 33 finał WOŚP

1. Warunkiem dopuszczenia do startu jest **wniesienie opłaty startowej** za pośrednictwem portalu internetowego Przelewy24 **do dnia 21.01.2025r. włącznie** lub osobiście w przypadku zapisów na miejscu gotówką w sobotę 25.01.2025r. Po dokonaniu zgłoszenia, system przekierowuje na stronę Przelewy24, przez którą należy dokonać opłaty startowej. Płatności można dokonać również po zalogowaniu w serwisie zapisy.inessport.pl – zakładka moje konto – płatności.
2. Opłaty startowe następują on-line jako finalizacja zgłoszenia uczestnictwa .Organizator nie ponosi odpowiedzialności za terminy realizacji przelewów bankowych i pocztowych.
3. Brak wpłaty do 21.01.2025 r. skutkuje skreśleniem z listy startowej, co jest rozumiane jako brak pozwolenia na udział w Marszu. Istnieje możliwość wpłaty w dniu 25.01.2025 do określonego limitu uczestników. Opłata startowa nie podlega zwrotowi.
4. Warunkiem dopuszczenia jest odbiór nr startowego w biurze zawodów.
5. Ze względu na bezpieczeństwo własne zawodników obowiązuje odpowiedni ubiór.
6. Każdy zawodnik jest obowiązany mieć przy sobie podczas marszu naładowany telefon z zapisanym numerem GOPR 601 100 300 lub zainstalowaną Bezpłatną aplikacją „Ratunek”. Za brak powyższych elementów wyposażenia grozi dyskwalifikacja zawodnika. Kontrola przeprowadzona będzie na starcie oraz mecie marszu.
7. Start w marszu dyskwalifikuje złe samopoczucie lub inny stan niedyspozycji

VII. Pomiar czasu:

a) Półmaraton Górski – „ Zimowy Bieg po Zdrój” i Trail 6,5 km :

1. Pomiar czasu odbędzie się za pomocą chipów w numerach startowych.
2. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane w pozycji poziomej z przodu do odzieży wierzchniej. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości bądź jego

modyfikacja, zmiana pozycji mocowania, jest zabroniona i wiąże się z możliwością dyskwalifikacji zawodnika.

3. Nieuwzględnienie zawodnika w wynikach biegu wynikające z błędnie przytwierdzonego numeru z chipem nie stanowi podstawy do protestu.
4. W przypadku umieszczenia numeru z chipem w innym miejscu, jakiegokolwiek uwagi do wyników będą od razu odrzucane.
5. Brak numeru z chipem będzie równoznaczny z dyskwalifikacją zawodnika.
6. Do klasyfikacji generalnej liczy się czas brutto.
7. Każdy zawodnik otrzyma po zakończonym biegu smsa z wynikiem.

b) Marsz Nordic Walking

Bez pomiaru czasu.

VIII. Każdy zarejestrowany zawodnik w ramach wpisowego otrzyma następujące świadczenia

a) Półmaraton Górski – „ Zimowy Bieg po Zdrój” i Trail 6,5km:

- numer startowy z chipem,
- zabezpieczenie medyczne,
- elektroniczny pomiar czasu i obsługę techniczną,
- napoje i posiłek regeneracyjny na mecie,
- pamiątkowy medal.
- depozyt,
- dobrą zabawę i super atmosferę,
- dodatkowe świadczenia w miarę hojności sponsorów;

c) Marsz Nordic Walking

- numer startowy,
- zabezpieczenie medyczne,
- napoje i posiłek regeneracyjny na mecie,
- pamiątkowy medal
- dobrą zabawę i super atmosferę.

IX. Wydawanie numerów i zdawanie odzieży osobistej:

1. Zawodnik musi posiadać dowód osobisty lub inny dokument osobisty ze zdjęciem potwierdzający tożsamość na tej podstawie zostanie wydany mu numer startowy.

2. Zawodnik przekazuje zaświadczenie lekarskie lub podpisuje oświadczenie o stanie zdrowia i odpowiedzialności własnej.
3. Zawodnik otrzyma worek z identyfikatorem na deponowanie odzieży (dotyczy tylko półmaratonu górskiego).
4. Miejsce identyfikacji i zdawania odzieży Hala sportowa ul. Wapienicka 10 43-384 Jaworze

X. Nagrody:

a) Półmaraton Górski – „Zimowy Bieg po Zdrój”

1. Trzy pierwsze miejsca w kategorii generalnej – puchary oraz nagrody rzeczowe.
2. Trzy pierwsze miejsca w poszczególnych grupach wiekowych kobiet i mężczyzn – dyplomy + upominek.
3. Dla najlepszego Jaworzanina i Jaworzanki Puchary
4. **UWAGA! Nagrody w klasyfikacji generalnej i wiekowej nie pokrywają się.**

Warunkiem otrzymania nagrody jest uczestnictwo w dekoracji, która rozpocznie się o godzinie 12:00.

b) Trail 6,5 km

Trzy pierwsze miejsca w kategorii generalnej – puchary oraz nagrody rzeczowe.

Warunkiem otrzymania nagrody jest uczestnictwo w dekoracji, która rozpocznie się o godzinie 12:00

b) Marsz Nordic Walking

Każdy z uczestników marszu, który ukończy marsz otrzyma pamiątkowy medal.

Dodatkowo wśród uczestników marszu, którzy ukończą marsz zostaną rozlosowane nagrody rzeczowe zaraz po dekoracji Półmaratonu i Trailu 6,5km.

XI. Informacje końcowe:

1. Wszyscy zawodnicy muszą przestrzegać niniejszego regulaminu – nieprzestrzeganie regulaminu może skutkować wykluczeniem z imprezy bez zwrotu wpisowego.
2. W przypadku niezastosowania się do ogólnych zasad przytoczonych w regulaminie bądź niezastosowania się do poleceń służb porządkowych lub zabezpieczenia medycznego, skutkuje tym, że zawodnik w przypadku podjętej akcji ratowniczej może zostać obciążony jej kosztami.
3. Ze względów bezpieczeństwa organizator w porozumieniu ze służbami zabezpieczającymi imprezę może zmienić trasę, a w przypadkach ekstremalnych odwołać lub przerwać imprezę bez zwrotu wpisowego.

W szczególności:

- gdy temperatura w dniu startu wyniesie poniżej -15°C ,
 - w przypadku intensywnych opadów śniegu lub deszczu,
 - w przypadku oblodzenia trasy,
 - w przypadku silnego wiatru,
4. Zawodnik wyraża zgodę na wykorzystanie jego wizerunku oraz przetwarzania jego danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów i upublicznienia imprezy i wyników.
 5. Nie przewiduje się prawa do zgłaszania protestów.
 6. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu.

XII. Inne:

1. Sprawy nie ujęte w niniejszym regulaminie oraz jego interpretacja należą do Organizatora.
2. Zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie.
3. Kontakt: Mateusz Michalski 503 015 921,
biuro@biegpozdroj.pl
4. Więcej informacji na stronach internetowych:
<http://www.biegpozdroj.pl>
Facebook: Bieg po źródł
Instagram: bieg_po_zdroj