



Regulamin Biegu o złotą kaczkę 2026

Bieg główny

Termin zawodów:

30 maja 2026 r.

Godzina startu:

Bieg: 13.00

Nordic Walking: 13.02

Dekoracja zwycięzców:

15.00

Miejsce zawodów i biuro zawodów:

Zamek w Toszku, ul. Zamkowa 10

Biuro zawodów czynne w dniu zawodów od godz. 8.00 do 12.00

Organizator zawodów:

Małgorzata i Bartłomiej Woźniak, KS Zamkowiec Toszek.

Cel zawodów:

- popularyzacja biegania i Nordic Walking jako najprostszej formy rekreacji ruchowej,
- propagowanie zdrowego trybu życia wśród lokalnej społeczności,
- promocja sportu dla niepełnosprawnych,
- zapobieganie wykluczeniu społecznemu osób niepełnosprawnych,
- promocja Gminy Toszek.

Trasa:

Dystans:

Bieg: ok. 10km.

Nordic Walking: ok 6km.

Bieg dla kategorii niepełnosprawni: ok 6km.

Trasa nie posiada atestu PZLA. Start i meta znajdują się w tym samym miejscu.

Podłoże mieszane: kostka, asfalt, polne drogi, ścieżki parkowe (nawierzchnia „mięka” ok. 80%).

Na trasie może miejscowo występować błoto. Może również być ślisko.

Z uwagi na nawierzchnię udział osób niepełnosprawnych na wózkach nie jest możliwy.

Organizator zapewnia puchary dla pierwszych 3 miejsc w kategoriach:

B I E G	
KOBIETY	MĘŻCZYŹNI
- open kobiet - K1 – kobiety 16-29 lat - K2 – kobiety 30-39 lat - K3 – kobiety 40-49 lat - K4 – kobiety 50-59 lat - K5 – kobiety 60-70 lat - K6 – kobiety 70 + - KN – kobiety niepełnosprawne 16-60+ - KM – kobiety służby mundurowe	- open mężczyzn - M1 – mężczyźni 16-29 lat - M2 – mężczyźni 30-39 lat - M3 – mężczyźni 40-49 lat - M4 – mężczyźni 50-59 lat - M5 – mężczyźni 60-70 lat - M6 – mężczyźni 70 + - MN – mężczyźni niepełnosprawni 16-60+ - MM – mężczyźni służby mundurowe

N O R D I C W A L K I N G	
KOBIETY	MĘŻCZYŹNI
- open kobiet - KNW1 – kobiety 16-29 lat - KNW2 – kobiety 30-39 lat - KNW3 – kobiety 40-49 lat - KNW4 – kobiety 50-59 lat - KNW5 – kobiety 60-70 lat - KNW6 – kobiety 70 + - KNNW – kobiety niepełnosprawne 16-60+	- open mężczyzn - MNW1 – mężczyźni 16-29 lat - MNW2 – mężczyźni 30-39 lat - MNW3 – mężczyźni 40-49 lat - MNW4 – mężczyźni 50-59 lat - MNW5 – mężczyźni 60-70 lat - MNW6 – mężczyźni 70 + - MNNW – mężczyźni niepełnosprawni 16-60+

Dodatkowe kategorie dla mieszkańców Gminy Toszek (Dotyczy osób posiadających zameldowanie w dniu zawodów na terenie Gminy Toszek)

B I E G	
KOBIETY	MĘŻCZYŹNI
- Najszybsza mieszkanka Gminy Toszek - Najstarsza mieszkanka Gminy Toszek	- Najszybszy mieszkaniec Gminy Toszek - Najstarszy mieszkaniec Gminy Toszek
N O R D I C W A L K I N G	
KOBIETY	MĘŻCZYŹNI
- Najszybsza mieszkanka Gminy Toszek NW - Najstarsza mieszkanka Gminy Toszek NW	- Najszybszy mieszkaniec Gminy Toszek NW - Najstarszy mieszkaniec Gminy Toszek NW

Kwalifikacje w kategoriach:

Pierwsze trzy kobiety i mężczyźni, którzy jako pierwsi ukończą Bieg główny oraz Nordic Walking będą kwalifikowane w kategorii **open** oraz w swojej kategorii wiekowej lub niepełnosprawni lub służby mundurowe (zgodnie ze swoją deklaracją). Zawodnicy kategorii niepełnosprawni lub służby mundurowe nie będą kwalifikowani równolegle w kategorii wiekowej.

Pomiar czasu i limity czasowe:

Pomiar czasu elektroniczny (chip), który jest zwrotny na mecie.

Limit czasu na pokonanie trasy to 2 godziny.

Rejestracja uczestników i opłata startowa:

Zgłoszenia i opłaty są możliwe tylko poprzez stronę timekeeper.pl do godz. 24.00 dnia 27.05.2026 r.

Opłata startowa wynosi **70zł** (bieg lub Nordic Walking).

Opłata startowa dla osób niepełnosprawnych wynosi **20zł**.

Limit uczestników 200 osób (Bieg + Nordic Walking).

W przypadku rezygnacji z udziału w zawodach organizator nie dokonuje zwrotu opłaty startowej.

Nie ma możliwości przenoszenia opłaty startowej na innego zawodnika.

Organizator zastrzega sobie prawo do zamknięcia listy startowej po osiągnięciu 200 zapisanych i opłaconych uczestników, o czym poinformuje na stronie wydarzenia FB oraz na www.timekeeper.pl

Przepisy Nordic Walking:

Regulamin kategorii Nordic Walking opisany w załączniku.

Uczestnictwo:

1. Do Biegu dopuszczone zostaną wyłącznie osoby, które:

- opłacą opłatę startową,
- do dnia zawodów ukończą 16 rok życia,
- złożą własnoręcznie podpis na liście startowej o zdolności i braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w Biegu oraz **przedstawią dokument tożsamości ze zdjęciem** w Biurze Zawodów.

2. W przypadku **osób niepełnosprawnych** należy okazać podczas odbioru numeru startowego aktualną legitymację lub orzeczenie o niepełnosprawności.

3. W przypadku **osób niepełnoletnich** wymagane jest złożenie podpisu pod oświadczeniem przez rodzica lub opiekun prawny o zdolności i braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w Biegu.

4. Kategoria służby mundurowe

Wykaz służb mundurowych mogących wystartować w biegu:

Siły Zbrojne Rzeczypospolitej Polskiej, Policja, Żandarmeria, Służba Celno-Skarbowa, Służby Specjalne, Służba Więzienna, Służba Ochrony Państwa, Straż Ochrony Kolei, Służba Leśna, Inspekcja Transportu Drogowego, Straż Miejska, Straż Marszałkowska, Państwowa Straż Pożarna, Ochotnicza Straż Pożarna i pozostałe.

W kategorii służb mundurowych mogą wziąć udział zarówno czynni jak i emerytowani mundurowi.

W przypadku osób startujących w kategorii Służb mundurowych należy podczas odbioru numeru startowego okazać legitymację lub zaświadczenie potwierdzającą przynależność do ww. służb.

5. Zawodnicy startują w Biegu na własną odpowiedzialność. **Organizator informuje, że trasa biegu jest wymagająca, z wieloma podbiegami i zbiegami o różnym kącie nachylenia nawierzchni, częściowo odbywa się w terenie otwartym, nasłonecznionym.** Podpisanie listy startowej oraz dokonanie opłaty startowej oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Biegu Głównym, w tym zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko.

6. Uczestnicy Biegu zobowiązani są do przestrzegania przepisów Kodeksu Ruchu Drogowego, zasad fair play oraz bezwzględnego wykonywania poleceń służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem drogowym, w tym Policji, OSP, a także służb zabezpieczających trasę Biegu z ramienia Organizatora pod rygorem dyskwalifikacji.

Nie dopuszczalne jest skracanie zakrętów, trasy i wybieganie poza trasę za co grozi dyskwalifikacja.

W przypadku upłynięcia regulaminowego czasu na ukończenie biegu, uczestnicy są zobowiązani do zejścia z trasy biegu a następnie przejść na chodnik lub pobocze (zgodnie z przepisami ruchu

drogowego) pod rygorem dyskwalifikacji. Nie dostosowanie się spowoduje zagrożenie dla życia i zdrowia uczestnika biegu oraz opóźni przywracanie stałej organizacji ruchu.

7. Wszelki protesty związane z Biegiem należy przedstawić w Biurze zawodów po wpłaceniu wadium 150zł do godz. 14.30 w dniu biegu. W przypadku uznania protestu wadium będzie zwrócone.

Ostateczną decyzję podejmuje Organizator.

8. Osoby będące pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających nie będą dopuszczeni do Biegu.

9. Pobranie numeru startowego przez zawodnika będzie równoznaczne z zapoznaniem się z regulaminem biegu, jego akceptacją oraz zgodą na przetwarzanie danych osobowych i wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z Biegu zamieszczonych na stronie Organizatorów oraz w mediach i materiałach promocyjnych Organizatorów.

10. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numer startowy przymocowany z przodu.

Brak numeru startowego lub jego zasłanianie w części lub całości podczas biegu jest niedozwolone i będzie skutkowało dyskwalifikacją. Zawodnicy bez numeru startowego będą usuwani z trasy biegu przez sędziów lub organizatorów.

Chip podlega zwrotowi na mecie.

11. Wszyscy uczestnicy startując w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów.

12. Organizator zapewnia 2 punkty z wodą na trasie biegu.

13. Każdy zawodnik, który ukończy bieg otrzyma pamiątkowy medal oraz posiłek (za okazaniem numeru startowego).

14. Zawody odbędą się niezależnie od warunków atmosferycznych.

15. Organizator dopuszcza do udziału bieg z psem. Na całym odcinku trasy pies musi być na smyczy nie dłuższej niż 2m.

Startujący z psami startują jako ostatni z grupy biegających w celu zapewnienia maksymalnego bezpieczeństwa wszystkim uczestnikom. Zawodnik bierze pełną odpowiedzialność za zachowanie psa przez cały czas biegu jak i w czasie poprzedzający tak i po zakończeniu zawodów.

Jeden zawodnik może biec z jednym psem. W przypadku zaobserwowania zachowań psa, które mogą zagrażać bezpieczeństwu pozostałych uczestników zawodów, organizator ma prawo nie dopuścić takiego psa do startu i zażądać opuszczenia miejsca zawodów bez możliwości zwrotu za udział.

Pies musi mieć co najmniej 12 miesięcy. W zawodach nie mogą brać udziału sukienki karmiące młode bądź będące w drugim miesiącu ciąży, nie być w okresie rui (cieczki), który obejmuje również okres jednego tygodnia przed i po wystąpieniu rui. Pies musi być zdrowy.

Podczas rejestracji w dniu biegu należy przedłożyć książeczkę zdrowia z aktualnym zaświadczeniem o zaszczepieniu psa przed wścieklizną.

Do biegu nie zostaną dopuszczone psy ras uznawanych za niebezpieczne wskazane w Rozporządzeniu Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 28 kwietnia 2003 r. w sprawie wykazu ras psów uznawanych za agresywne. W przypadku spornym lub niejednoznacznym ostateczną decyzję o możliwości udziału psa podejmuje organizator.

Właściciel (zawodnik) rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem swojego psa w Biegu Głównym.

Na trasie przy punktach z wodą będą stały miski dla psów.

Organizator:

Organizator zapewnia szatnie, toalety, depozyt. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za mienie pozostawione bez opieki podczas Biegu.

Organizator nie zapewnia pryszniców.

Organizator zapewnia wszystkim uczestnikom biegu opiekę przedmedyczną na czas trwania biegu.

Organizator nie pokrywa kosztów medycznych lub transportu związanych z obecnością lub uczestnictwem w biegu.

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.

Ochrona danych osobowych

1. Dane osobowe uczestników będą przetwarzane zgodnie z obowiązującymi przepisami, w szczególności z Rozporządzeniem 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 (ogólne rozporządzenie o ochronie danych).
2. Administratorem Danych Osobowych (ADO) zawartych w formularzu osobowym jest Klub Sportowy Zamkowiec Toszek.
3. Podane przez Pana/nią dane osobowe będą przetwarzane na podstawie umowy związanej z uczestnictwem w Biegu o Żółtą Kaczkę – podstawa prawna art. 6 ust. 1 lit. b RODO (Pana/i dane będą więc przetwarzane aby zawrzeć umowę i wypełnić jej warunki, wykonywać rozliczenia finansowe w okresie niezbędnym do wypełnienia ww. obowiązków). W przypadku oświadczenia, że znajduje się Pana/i w dobrym stanie zdrowia dane osobowe będą przetwarzane na podstawie Pana/i zgody – podstawa prawna art. 9 ust. 1 lit. a RODO.
4. ADO może przekazywać Pani/Pana dane w szczególności następującym odbiorcom:
 - a) podmiotom przetwarzającym, którym ADO zleci czynności przetwarzania danych,
 - b) innym odbiorcom danych np. ubezpieczycielom, serwisom płatności elektronicznych, bankom, podmiotom świadczącym usługi internetowe.

5. Pana/i dane osobowe będą przetwarzane przez 5 lat , tj. czasie niezbędnym do realizacji przez ADO obowiązków i uprawnień wynikających z przepisów prawa związanych z wykonaniem obowiązków organizacyjnych Organizatora przedmiotowej imprezy oraz w przypadku wyrażonej zgody na przetwarzanie danych dotyczących stanu zdrowia przez okres nie dłuższy niż 5 lat lub do wycofania przez Pana/i zgody na ich przetwarzanie.
6. Ma Pan/i prawo dostępu do swoich danych, żądania sprostowania i uzupełnienia niekompletnych danych, ograniczenia przetwarzania danych, przenoszenia danych w zakresie wynikającym z obowiązujących przepisów prawa, prawo do wycofania zgody na ich przetwarzanie oraz usunięcia danych osobowych.
7. Ma Pan/i prawo do wniesienia skargi do Organu nadzorczego (w rozumieniu RODO) dotyczącą przetwarzanie Pana/i danych osobowych tj. Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
8. Podanie przez Pana/ią danych osobowych jest warunkiem zawarcia umowy. Ich podanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie będzie skutkowało brakiem możliwości uczestnictwa w Biegu o Złotą Kaczkę.

Postanowienia końcowe

Regulamin biegów jest dostępny na stronie www.timekeeper.pl i stronie wydarzenia FB.

W dniu zawodów nie będzie możliwości skorzystania z parkingu przy zamku (ul. Zamkowa). Prosimy o pozostawianie samochodów w okolicy Rynku poza odcinkami trasy biegu (część Rynku i ul. Powstańców)

Kontakt z Organizatorem:
Bartłomiej Woźniak
bieg.kaczka@interia.pl
Tel. 502 49 43 40