

# Regulamin Zimowego Przesilenia

## 1. Cel imprezy

- Promocja biegów terenowych
- Promocja biegania jako aktywnej formy spędzania wolnego czasu
- Integracja środowiska biegaczy
- Promocja Dynowa, Pogórza Dynowskiego oraz Doliny Sanu

## 2. Organizator

Stowarzyszenie „Aktywny Dynów”  
ul. Kościuszki 10, 36-065 Dynów

## 3. Dystanse

Szczodruszka – 22,5 km, 860m +

Trasa - <https://www.alltrails.com/explore/map/zimowe-przesilenie-szczodruszka-2020-d3d80b6?u=m>

## 4. Termin, miejsce i trasa SZCZODRUSZKI (22,5 km)

A. Start biegu odbędzie się w niedzielę, 19 grudnia 2021 roku, o godzinie 10:30 z Ośrodka Turystycznego „Błękitny San” w Dynowie (ul. Plażowa 9)

### **UWAGA!**

*Termin rezerwowy – 27 lutego 2022 (niedziela) godz. 10.30 (tylko i wyłącznie! jeśli nie będzie możliwości organizacji biegu w dniu 19 grudnia 2021 w związku z ograniczeniami, nakazami i zakazami z powodu występowania pandemii COVID-19)*

B. Biuro Zawodów znajdować będzie się w budynku Szkoły Podstawowej nr 2 w Dynowie ul. Bartkówka 105 (około 1,5 km od startu) i otwarte będzie w niedzielę w godzinach 8:00 – 10:15.

C. Trasa:

Trasa Szczodruszki wiedzie z Ośrodka „Błękitny San” w kierunku dzielnicy Bartkówka i dalej do wsi Dąbrówka Starzeńska i Pawłokoma. Meta biegu zlokalizowana będzie na terenie Ośrodka Turystycznego „Błękitny San”

D. Przebieg trasy będzie oznakowany przez Organizatora.

### 4.1 Limity czasu

A. Zawodników obowiązuje limit czasu na pokonanie trasy Szczodruszki wynoszący 4 godziny.

2. Dodatkowy limit czasu, 2 godziny i 40 minut, obowiązuje na punkcie kontrolnym na 14,5 km trasy. Zawodnicy, którzy nie zdołają opuścić tego punktu w limicie, będą zdyskwalifikowani.

## 4.2 Uczestnictwo

- A. Udział w zawodach mogą brać zawodnicy, którzy w dniu zawodów będą mieli ukończone 16 lat, przedstawią organizatorom pisemne oświadczenie o stanie zdrowia (podpis w biurze zawodów, nie trzeba przywozić żadnych zaświadczeń!), dokonają zgłoszenia oraz uiszczą opłatę startową.
- B. Zgłoszeń można dokonać drogą elektroniczną poprzez formularz dostępny na stronie [www.timekeeper.pl/zawody](http://www.timekeeper.pl/zawody).
- C. Limit uczestników określa się na 200 osób.
- D. Po osiągnięciu liczby 200 zawodników opłaconych zapisy i opłaty automatycznie zamknięte. Zapisanie się na zawody, bez wniesienia opłaty startowej nie gwarantuje udziału w biegu!

### **UWAGA!**

*Organizator zastrzega sobie możliwość wcześniejszego zamknięcia zapisów oraz zmniejszenia liczby uczestników do obowiązujących w tym czasie limitów w związku z pandemią COVID-19.*

## 4.3 Opłata startowa

- A. Opłata startowa dla uczestników Szczodruszki wynosi:  
80 zł – wpłacone od 28 października a do 30 listopada 2021  
99 zł - wpłacone od 1 grudnia do 14 grudnia 2021
- B. Opłata startowa nie podlega zwrotowi! jednak istnieje możliwość przepisania na inną osobę. Opłata manipulacyjna za przepisanie pakietu startowego wynosi 15 zł. Maksymalny termin przepisania pakietu startowego to 14 grudnia! Po tym terminie nie ma możliwości przepisania pakietu!

### **UWAGA!**

*W przypadku braku możliwości organizacji biegu w terminie pierwotnym (19 grudnia 2021) z powodu ograniczeń, nakazów i zakazów związanych z powodu występowania pandemii COVID-19 uczestnik zgadza się na przeniesienie opłaty startowej na termin rezerwowy (27 luty 2022).*

*W przypadku braku możliwości organizacji biegu również w terminie rezerwowym zawodnicy otrzymają 100% zwrotu opłaty startowej, a bieg nie dojdzie do skutku.*

## 4.4 Świadczenia

W ramach opłaty startowej zawodnicy otrzymają:

- gadżet niespodziankę
- wodę oraz napoje izotoniczne na trasie i mecie biegu
- posiłek regeneracyjny na mecie biegu
- przekąski, które będą serwowane w punktach na trasie
- profesjonalną obsługę medyczną

- numer startowy
- pamiątkowy medal
- profesjonalną obsługę fotograficzną
- ew. dodatkowe świadczenia uzależnione od pozyskanych sponsorów

#### **4.5 Punkty regeneracyjne, kontrolne i punkty z wodą**

A. Punkty odświeżania/kontrolne, zaopatrzone w wodę, napoje izotoniczne oraz lekkie przekąski, będą rozmieszczone w odstępach co około 7-8 km.

#### **4.6 Punkty z odświeżania/kontrolne:**

Reszów (7 km) punkt regeneracyjny, punkt z wodą

Zagóra (14.5 km) punkt regeneracyjny, punkt z wodą, punkt kontrolny

#### **4.7 Nagrody i klasyfikacje**

A. Przewidujemy puchary/statuetki i nagrody finansowe dla 3 najlepszych kobiet i mężczyzn. Nie będzie prowadzona klasyfikacja w kategoriach wiekowych.

B. Podstawą klasyfikacji jest elektroniczny pomiar czasu wykonywany za pomocą chipa. Na trasie biegu znajdować się będą maty kontrolne, które odnotowują pojawienie się zawodnika w danym punkcie. Brak odczytu pojawienia się zawodnika na danym punkcie może spowodować dyskwalifikację.

C. Klasyfikacja zawodników odbywa się na podstawie czasu brutto (liczonego od chwili strzału startera).

### **5. Bezpieczeństwo**

A. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę. Od uczestników oczekujemy samodzielnej oceny sytuacji i odpowiedniego reagowania w razie pogorszenia pogody. Organizatorzy mogą wstrzymać lub przerwać biegi w razie wystąpienia ekstremalnych warunków pogodowych, naturalnych katastrof lub innych czynników uniemożliwiających bezpieczne przeprowadzenie zawodów.

B. W przypadku rezygnacji z dalszego biegu, zawodnik ma obowiązek poinformować o tym obsługę biegu (telefonicznie lub w inny skuteczny sposób). W przeciwnym razie Organizator może być zmuszony do uruchomienia akcji poszukiwawczej, czego odpowiedzialność i konsekwencje spoczną na zawodniku, który zaniechał udzielenia informacji o rezygnacji z biegu.

C. Biegając po drogach publicznych należy stosować się do zasad ruchu drogowego.

D. Zabronione jest niszczenie oznaczeń trasy pod rygorem wysokich kar finansowych!

E. Na trasie nad prawidłowością przebiegu zawodów czuwać będą, oprócz sędziów w wyznaczonych punktach, także nieoznakowani sędziowie lotni.

F. Wyposażenia

#### **•Wyposażenie obowiązkowe**

- numer startowy przypięty w widocznym miejscu
- naładowany telefon komórkowy z numerami alarmowymi do organizatora

- folia NRC

•Wyposażenie zalecane

- gwizdek alarmowy
- bandaż elastyczny i opatrunek
- wiatro-; wodoodporna kurtka
- wiatro-; wodoodporne rękawiczki
- chusta wielofunkcyjna typu „buff” lub czapka

## **6. Ochrona przyrody**

Na trasie biegów należy stosować się do zasad ochrony przyrody, a w szczególności zabrania się:

A. zaśmiecania terenu (czyli np. porzucania opakowań po odżywkach, butelek, kubeczków – wszystkie śmieci należy zostawiać na punktach kontrolnych)

B. samoczynnego schodzenia z trasy, bez powiadomienia organizatorów

C. zakłócania ciszy.

**ZAWODNICY ŁAMIĄCY TE ZASADY BĘDĄ ZDYSKWALIFIKOWANI!**

## **7. Dane osobowe i ochrona wizerunku**

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

B. Uczestnicy biegów wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z biegu zamieszczonych w mediach oraz materiałach promocyjnych biegu.

## **8. Postanowienia końcowe**

A. Podczas biegów wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulek lub pasów startowych. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji.

B. Depozyty. Zawodnicy będą mogli zdeponować rzeczy w specjalnie wyznaczonym miejscu. Worek będzie można odebrać tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia przez zawodnika numeru startowego, lub nieodebrania depozytu w dniu zawodów do godz. 15:00, Organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę.

Uwaga!!! Zabrania się pozostawiania w depozycie przedmiotów wartościowych oraz dokumentów.

C. Nie będzie możliwości skorzystania z pryszniców po biegu.

D. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu, wymaga polisy indywidualnie wykupionej przez uczestnika.

E. Organizator zastrzega sobie prawo wprowadzenia dodatkowych klasyfikacji i nagród.

F. Zawodnicy, którzy dokonali zgłoszenia, będą na bieżąco informowani o ewentualnych zmianach w regulaminie.

G. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorom Zimowego Przesilenia.

H. Pytania dotyczące regulaminu oraz samego biegu należy kierować meilowo na adres [aktywnydynow@wp.pl](mailto:aktywnydynow@wp.pl)

### **Oświadczenie uczestnika biegu:**

- Uczestniczę w Szczodruszce – Zimowym Przesileniu 2021 świadom czyhających zagrożeń i na własne ryzyko. Jestem świadomy, iż mój udział w Szczodruszce – Zimowym Przesileniu 2021 może narazić mnie na utratę zdrowia lub życia.
- Zabezpieczę się wszelkimi możliwymi sposobami od ryzyka utraty zdrowia lub życia związanego z moim uczestnictwem w Szczodruszce – Zimowym Przesileniu 2021.
- Zwalniam z wszelkiej odpowiedzialności Stowarzyszenie „Aktywny Dynów” - Organizatora biegu, a także kierownictwo, administratorów, osoby odpowiedzialne wg kompetencji, urzędników, wolontariuszy, świadczeniodawców na wypadek strat, zranień, utraty zdrowia lub życia, lub szkód związanych z moim uczestnictwem w biegu.
- Zgadzam się, aby wszystkie spory i kontrowersje związane ze Szczodruszką – Zimowym Przesileniem 2021 rozstrzygał Komitet Organizacyjny, którego postanowienia są definitywne i obowiązujące. Nie będę wnosić żadnych spraw, nie będę rozpoczynać żadnej procedury sądowej i nie będę żądać żadnego zadośćuczynienia przed sądami.
- Zgadzam się na filmowanie mnie, na fotografowanie mnie, na wykorzystywanie moich danych obecnie i w przyszłości przez organizatorów Szczodruszki – Zimowego Przesilenia 2021 dla potrzeb klasyfikacji i promocji.