

## 1. Organizator

- 1.1. Organizatorem Biegu Wykus-Michniów, zwanym dalej Biegiem, jest Stowarzyszenie Aktywisko z siedzibą w Skarżysku-Kam, ul. Łowiecka 27

## 2. Cel Biegu

- 2.1. Upamiętnienie żołnierzy Zgrupowań Partyzanckich Armii Krajowej „Ponury”-„Nurt” oraz męczeńskiej śmierci mieszkańców wsi Michniów spacyfikowanej w dniach 12-13 lipca 1943 r.
- 2.2. Upowszechnianie sportu i aktywności fizycznej.
- 2.3. Promocja regionu Sieradowickiego Parku Krajobrazowego
- 2.4. Upowszechnianie prozdrowotnych wzorców zachowań.

## 3. Termin i miejsce Biegu

- 3.1. Bieg odbędzie się w niedzielę 4 czerwca 2023 r.
- 3.2. Meta i Biuro Zawodów zlokalizowane będzie na polanie „Altana Michniów” (51.010170, 20.853864) przy niebieskim szlaku turystycznym we wsi Michniów. Start zlokalizowany jest na terenie Rezerwatu Wykus.
- 3.3. Zawodnicy będą mieli do pokonania dystans 11 km (możliwa są nieznaczne odchylenia w zależności od używanego urządzenia/zegarka mierzącego). Trasa przebiega częściowo drogą leśną utwardzoną a częściowo szlakiem nieutwardzonym. Dokładna mapa trasy udostępniona jest na stronie [www.aktywisko.pl](http://www.aktywisko.pl)
- 3.4. Pomiar czasu odbywać się będzie z wykorzystaniem jednorazowych kodów kreskowych stanowiących jednocześnie numery startowe uczestników. Ustalenie kolejności zawodników na mecie na podstawie osiągniętych czasów brutto.
- 3.5. Limit czasu w biegu – 180 minut. Po upływie tego czasu zawodnicy, którzy nie ukończyli zawodów zobowiązani są do przerwania zawodów i zejścia z trasy.
- 3.6. Organizator zastrzega sobie możliwe zmiany w limitach czasu. O ewentualnych zmianach organizator poinformuje na stronie internetowej Biegu.

## 4. Zasady uczestnictwa

- 4.1. Udział w Biegu ma charakter dobrowolny.
- 4.2. Każdy uczestnik bierze udział w Biegu na własną odpowiedzialność.
- 4.3. Uczestnikiem może być osoba, która spełniła łącznie następujące warunki:
  - Jest osobą pełnoletnią – w dniu Biegu musi mieć ukończone 18 rok życia. Organizator dopuszcza udział w Biegu osób, który najpóźniej w dniu Biegu ukończyły 15 rok życia – za pisemną zgodą opiekunów prawnych.
  - wypełni formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie Biegu (lub o ile pozostaną wolne miejsca na listach startowych i organizator wyrazi zgodę, w Biurze Zawodów) i wniesie opłatę startową. Miejsce na liście startowej mają tylko zawodnicy zarejestrowani i opłaćeni. W przypadku wypełnienia limitu miejsc, nieopłaćeni zawodnicy zostaną usunięci z listy.
  - Zaakceptuje niniejszy regulamin – dokonanie rejestracji jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu.
  - Zostanie zweryfikowany w Biurze Zawodów – osobiście na podstawie dowodu tożsamości ze zdjęciem (dowód osobisty, paszport, prawo jazdy). Dopuszcza się odbiór pakietu startowego przez osobę trzecią po przekazaniu pisemnego upoważnienia.
  - Złoży własnoręcznie podpisane oświadczenie o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w zawodach, które będzie dostępne w Biurze Zawodów.
  - Stawi się na starcie o określonej dacie i godzinie.
- 4.4. Limit uczestników wynosi 200 osób. Organizator dopuszcza możliwość zmiany liczby zawodników lub wprowadzenia innych ewentualnych ograniczeń, stosownie do obostrzeń wynikających z sytuacji epidemicznej na terenie RP.
- 4.5. Organizator ze względów bezpieczeństwa nie dopuszcza do udziału w zawodach osób na wózkach czy z wózkiem dziecięcym. Trasa nie jest dostosowana do potrzeb osób niepełnosprawnych.
- 4.6. Organizator dopuszcza możliwość uczestnictwa w biegu z psem, z zastrzeżeniem, iż pies przez cały czas trwania zawodów powinien być trzymany na smyczy/w uprzęży. Zawodnik startujący z psem jest w pełni odpowiedzialny za zachowanie i bezpieczeństwo zwierzęcia.

- 4.7. Uczestnik zawodów, potwierdzając zgłoszenie i dokonując opłaty startowej, potwierdza, że rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w zawodach, w tym zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała oraz urazów fizycznych lub śmierci, a także szkód o charakterze majątkowym, i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko.
- 4.8. Organizator nie zapewnia Uczestnikom jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci, szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub udziałem Uczestnika w zawodach, a także nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.
- 4.9. Na trasie zawodów dostępna będzie bezpłatna pomoc medyczna. Decyzje obsługi medycznej dotyczące kontynuowania zawodów są ostateczne i nieodwołalne.

## 5. Zgłoszenia

- 5.1. Zgłoszenia do Biegu przyjmowane będą za pośrednictwem formularza elektronicznego dostępnego na stronie <https://www.aktywisko.pl/wykus-michniow> a w przypadku nie osiągnięcia limitu zgłoszeń również w Biurze Zawodów.
- 5.2. **Zgłoszenia elektroniczne przyjmowane będą do dnia 01.06.2023 r. do godz. 23:59:59.**
- 5.3. Opłata startowa za udział w Biegu wynosi 60,00 zł (pierwsze 100 pakietów zawierających koszulkę) i 50 zł (pakiet 101-200, bez koszulki).
- 5.4. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik otrzymuje:
  - Pamiątkowa koszulkę,
  - Numer startowy + 4 agrafki,
  - Zabezpieczenie medyczne oraz pomoc ratowniczą podczas Biegu,
  - Napoje i lekki posiłek na punkcie odżywczym,
  - Posiłek regeneracyjny po Biegu,
  - Przejazd z Biura Zawodów na Start,
  - Medal pamiątkowy dla wszystkich, którzy ukończą Bieg,
  - Dostęp do depozytu.
- 5.5. Opłatę startową należy wpłacić przelewem na konto organizatora podanym na formularzu zgłoszeniowym, a w przypadku zapisu w Biurze Zawodów, wyłącznie gotówką.
- 5.6. Każdy uczestnik jest zobowiązany do wniesienia opłaty startowej w ciągu 5 dni od momentu dokonania zgłoszenia nie później niż do dnia 01.06.2023 roku do godziny 23:59:59. Zgłoszenie nieopłacone w terminie zostanie anulowane.
- 5.7. Opłata startowa przeznaczona jest na pokrycie kosztów organizacyjnych biegu.
- 5.8. W przypadku kwestii spornych związanych z limitem miejsc startowych decydująca jest data zaksięgowania wpłaty na koncie organizatora.
- 5.9. Po zarejestrowaniu zgłoszenia podstawowe dane uczestnika (imię, nazwisko, miejscowość, klub) będą jawne, udostępnione do publicznej wiadomości na liście startowej oraz potem liście wyników. Pozostałe dane pozostają tylko do wglądu organizatora.
- 5.10. Obowiązkiem każdego uczestnika i zarazem warunkiem uczestnictwa w biegu jest podanie numeru telefonu komórkowego, pod którym uczestnik będzie dostępny w trakcie trwania Biegu oraz numeru telefonu osoby, którą należy powiadomić w razie wypadku (numer ICE – In Case of Emergency).

## 6. Klasyfikacje i nagrody

- 6.1. Prowadzona będzie klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn w biegu (miejsca 1-3) oraz klasyfikacje wiekowe (1. miejsca kat. 15-19, 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60+) kobiet i mężczyzn. Organizator zastrzega sobie prawo do łączenia kategorii. Nagrody nie dublują się.
- 6.2. Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą zawody otrzymają pamiątkowy medal na mecie.
- 6.3. Zwycięzcy Biegu i marszu otrzymają pamiątkowe puchary i nagrody rzeczowe.
- 6.4. Wyniki zawodów zostaną zamieszczone na stronie Organizatora.

## 7. Zasady obowiązujące podczas Biegu

- 7.1. Zawodnicy zostaną przetransportowani z Biura Zawodów na Start Biegu. Autobus z zawodnikami wyjeżdża po ostatecznym zamknięciu listy startujących.

- 7.2. Wszyscy zawodnicy w czasie imprezy muszą mieć przypięte z przodu, w widocznym miejscu numery startowe.
- 7.3. W trakcie całych zawodów należy poruszać się wyłącznie po trasie wskazanej przez organizatora.
- 7.4. Każdy uczestnik zobowiązany jest poruszać się i nieść całe potrzebne na czas biegu wyposażenie samodzielnie (tj. numer startowy, naładowany telefon komórkowy, ważny dowód osobisty lub paszport), bez używania jakichkolwiek środków transportu i pomocy (supportu) osób trzecich na trasie biegu. Support jest dozwolony na punktach odżywczych.
- 7.5. Uczestnicy Biegu mogą korzystać z punktu żywieniowego zapewnionego przez Organizatora.
- 7.6. Na całej trasie biegów obowiązuje kategoriyczny zakaz rozpalania ognisk.
- 7.7. Bieg ma charakter sportowej rywalizacji w oparciu o zasady fair-play.

## **8. Zasady bezpieczeństwa**

- 8.1. Na trasie Biegu obowiązuje limit czasowy. Przekroczenie limitu czasu wskazanego oznacza dyskwalifikację zawodnika. Zawodnicy, którzy nie zmieszczą się w limicie proszeni są o opuszczenie trasy.
- 8.2. Każdy uczestnik ma obowiązek niezwłocznie poinformować organizatora o rezygnacji z kontynuowania biegu, telefonicznie lub poprzez SMS na podany numer kontaktowy lub poprzez poinformowanie osób z zespołu organizacyjnego na punkcie odżywczym.
- 8.3. Uczestnicy zobowiązują się do zachowania szczególnej ostrożności przy przekraczaniu i pokonywaniu dróg leśnych.
- 8.4. Każdy uczestnik zobowiązuje się do przestrzegania poleceń służb ratowniczych, służb medycznych i porządkowych. W przypadku wydania polecenia o braku możliwości kontynuowania biegu ze względów bezpieczeństwa, należy bieg przerwać i skontaktować się z organizatorem.
- 8.5. Poszkodowanemu innemu uczestnikowi należy udzielić natychmiastowej pomocy, jeśli takowa jest konieczna. Nieudzielenie pomocy innemu uczestnikowi biegu jest regulowane prawnie i skutkuje dyskwalifikacją. Gdy poszkodowany uczestnik może poczekać na pomoc lub jasno deklaruje, że jej nie potrzebuje można kontynuować bieg.
- 8.6. Numer telefonu Organizatora oraz numery ratunkowe zostaną podane na numerze startowym. Zaleca się wpisanie przez Uczestnika tych numerów do telefonu przed rozpoczęciem Biegów
- 8.7. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę. W sytuacjach wyjątkowych (zagrożających życiu lub zdrowiu uczestników) organizator zastrzega sobie prawo do odwołania lub przerwania biegu.

## **9. Biuro Zawodów**

- 9.1. Biuro zawodów zlokalizowane będzie na strefie mety na polanie „Altana Michniów” (51.010170, 20.853864) przy niebieskim szlaku turystycznym we wsi Michniów.
- 9.2. Godziny pracy biura zawodów zostaną podane na stronie internetowej Organizatora.
- 9.3. Na czas udziału w Biegu istnieje możliwość skorzystania z punktu depozytowego w strefie mety (organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione w depozycie).

## **10. Postanowienia końcowe**

- 10.1. Zgłoszenie uczestnictwa w zawodach wyrażone poprzez wysłanie zgłoszenia zgodnie z pkt 5 lub przedłożenie go w Biurze Zawodów jest równoznaczne z akceptacją regulaminu.
- 10.2. Każdy uczestnik podczas weryfikacji podpisuje oświadczenie o wyrażeniu zgody na przetwarzanie danych osobowych przez Stowarzyszenie Aktywisko z siedzibą w Skarżysku-Kam.
- 10.3. Uczestnicy wyrażają zgodę na publikację wizerunku w relacjach przeprowadzonych przez partnerów wydarzenia.
- 10.4. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany terminu Biegu lub jego odwołania z ważnych przyczyn niemożliwych do przewidzenia, w szczególności w przypadku wystąpienia zdarzeń zagrażających bezpieczeństwu, życiu lub zdrowiu Uczestników oraz wydania decyzji organu administracji – niezależnie od formy tej decyzji – skutkującej koniecznością odwołania Biegu.
- 10.5. W przypadku zaistnienia okoliczności, o których mowa w ust. 10.4 skutkujących odwołaniem Biegu, Organizator dokona zwrotu opłaty startowej jedynie w części niewydatkowanej zgodnie z zapisem ust. 5.4 Regulaminu.

- 10.6. Pisemny protest dotyczący organizacji zawodów powinien być zgłoszony do Organizatora w ciągu 1 godziny od chwili ogłoszenia wyników. Protesty rozstrzyga Organizator, którego decyzje są nieodwołalne.
- 10.7. Organizator zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie do 7 dni przed Biegiem.