

## REGULAMIN

# I Biegu Charytatywnego „Zabiegani dla Promyczka” w Otwocku

25.10.2020 r.

### 1. CEL IMPREZY

1. Promocja zdrowego trybu życia,
2. Promocja aktywności fizycznej w kontekście zapobiegania nadwadze,
3. Stymulowanie aktywności fizycznej w rodzinie i u osób nieaktywnych sportowo bez względu na wiek.
4. Promowanie i upowszechnianie idei hospicyjnej wśród mieszkańców.
5. Popularyzowanie wiedzy o zachowaniach zdrowotnych oraz profilaktyce chorób.
6. Organizacja wydarzenia kulturalnego-sportowego dla mieszkańców miasta i powiatu
7. Rozwijanie poczucia przynależności do społeczności lokalnej/ integracja
8. Zwiększenie poczucia tożsamości lokalnej, której jednym z fundamentów może być niesienie pomocy nieuleczalnie chorym dzieciom.
9. Zbiórka środków finansowych na prowadzenie działalności Domowego Hospicjum Dziecięcego Promyczek w Otwocku.
10. Promocja wolontariatu
11. promocja miasta Otwocka oraz powiatu otwockiego,

### 2. ORGANIZATORZY

- 1) Fundacja Domowe Hospicjum Dziecięce Promyczek ul. Karczewska 48, 05-400 Otwock  
KRS: 0000336442, NIP: 113-2777-973, REGON: 142009873

### 3. TERMIN I MIEJSCE

25 października 2020

- Start i meta znajdować się będą przy siedzibie Fundacji Domowe Hospicjum Dziecięce Promyczek ul. Narutowicza 80 w Otwocku (wzdłuż ul. Tatrzańskiej).
- trasa prowadzi będzie lasami otwockimi – Mazowieckiego Parku Krajobrazowego

### 4. KATEGORIE WIEKOWE I DYSTANSE BIEGÓW

- Bieg skierowany jest do wszystkich chcących zadbać o swoje zdrowie i tężyznę fizyczną bez względu na wiek, płeć.
- Przewiduje się udział do 150 uczestników z terenu Otwocka, województwa mazowieckiego startujących w następujących kategoriach wiekowych:

#### 120 uczestników BIEG OPEN

- rocznik 2005-2017 (3-15 lat) bieg rodzinny K/M – 5 km
- rocznik 2004 i starsi (16 lat i starsi) K/M – 10 km
- rocznik 2004 i starsi (16 lat i starsi) K/M – 5 km

30 uczestników NORDIC WALKING – Open – 5km

**Trasa biegu prowadzi po drogach leśnych.**

## 5. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

- Zgłoszenia do biegu przyjmowane są tylko elektronicznie [www.hospicjumpromyczek.pl](http://www.hospicjumpromyczek.pl) do 18 października 2020r.
- W przypadku wyczerpania się limitów miejsc w biegach, listy startowe są zamykane.
- W przypadku mniejszej ilości osób zgłoszonych zapisy będą aktywne do momentu wyczerpania się limitu 150 osób, ale bez gwarancji otrzymania pakietu startowego.
- NIE PRZEWIDUJE SIĘ PRZYJMOWANIA ZGŁOSZEŃ W DNIU BIEGU.
- Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza dostępnego w zakładce "ZAPISY BIEG STACJONARNY" i wniesienie opłaty startowej do 18 października 2020r.
- Opłata startowa w formie darowizny/cegiełki wynosi :
- 40 zł – w pakiecie koszulka, medal, certyfikat uczestnictwa, gadzety partnerów.
- Opłata startowa powinna zostać uiszczona do dnia 18 października 2020r. przelewem na konto za pośrednictwem profilu DotPay znajdującego się na stronie [www.hospicjumpromyczek.pl](http://www.hospicjumpromyczek.pl)
- Cały dochód z wpłat zostanie przekazany na cele statutowe Fundacji tj. prowadzenie Domowego Hospicjum Dziecięcego Promyczek w Otwocku
- Organizator nie przewiduje się zwrotu opłaty/cegiełki.

## 6. PROGRAM ZAWODÓW

Zawody przeprowadzone będą według następującego programu:

W dniu zawodów:

- godz. 9:00 – 10:45 odbiór numerów biegów dziecięcych w Biurze Zawodów
- godz. 9:00 – 10:45 odbiór numerów biegu OPEN / Nordic Walking w Biurze Zawodów
- godz. 11:00 – start dystans open 5 km i 10 km
- godz. 11:10 start biegów dziecięcych
- godz. 11:15 – start Nordic Walking 5km
- godz. 13.30 – dekoracje zwycięzców

## 7. KLASYFIKACJA I NAGRODY

- Kategoria Open/ Nordic Walking kobiet i mężczyzn - 1-3 miejsce – medale, dyplomy, pakiety od sponsorów
- wszyscy otrzymują pamiątkowe medale, certyfikaty udziału.
- Uczestnicy zarejestrowani w terminie do 18 października 2020r. którzy ukończą Biegi , otrzymają pamiątkowe medale.
- W przypadku zgłoszeń po terminie 18 października 2020r., Organizator nie zapewnia pamiątkowego medalu.
- **UWAGA! Wszystkie nagrody i trofea odbieramy tylko w dniu zawodów.**

## 8. WARUNKI UCZESTNICTWA

- Prawo uczestnictwa w biegu 5 km i 10 km OSOBY W WIEKU OD 16 LAT, JEŚLI MAJĄ PISEMNA ZGODĘ RODZICÓW.
- W biegu dla dzieci prawo startu mają wyłącznie przedszkolaki i dzieci ze szkół podstawowych, które poddane zostaną weryfikacji w biurze zawodów.
- W biegach dziecięcych nie prowadzi się pomiaru czasu.

- Osoby niepełnoletnie zobowiązane są dostarczyć do Organizatora Biegu KARTY ZGŁOSZENIA z podpisem rodzica bądź opiekuna prawnego, wyrażającego zgodę na udział w Biegu osoby niepełnoletniej i biorącego za nią odpowiedzialność. (Wzór oświadczenia będzie dostępny w biurze zawodów i na stronie internetowej.) Bez przekazania KARTY ZGŁOSZENIA z podpisem rodzica lub opiekuna prawnego nie będzie możliwy udział w biegu.
- Najmłodszy zawodnicy (do lat 3) mogą pokonywać trasę w asyście dorosłego opiekuna pod warunkiem, że ich pokonanie trasy odbędzie się samodzielnie (– dziecko nie jest ciągnięte, popychane przez opiekuna.) W tym biegu liczy się tylko i wyłącznie dobra zabawa oraz udział.
- Każdy uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w Biegu, w szczególności zasad fair play.
- Nie dopuszcza się startu zawodników ze zwierzętami.
- Osoby pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających nie zostaną dopuszczone do zawodów. Na miejsce biegu zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji, środków podnoszących wydajność fizyczną oraz środków alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju. Uczestnikom zabrania się zażywania takich środków i substancji zarówno przed jak i podczas biegu pod warunkiem wykluczenia z niego. W wypadku stwierdzenia, że uczestnik narusza powyższy zakaz, organizator zastrzega sobie możliwość niedopuszczenia go do udziału w biegu lub wykluczenia go w jego trakcie.
- Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.

### **UWAGA – OBOSTRZENIA COVID-19**

**!!!UWAGA!!! W związku z ograniczeniami wynikającymi ze stanu epidemicznego organizator wprowadza tymczasowe zasady bezpieczeństwa i higieny:**

- 1) zmniejszamy limit zawodników na poszczególnych dystansach do 150 osób.
- 2) zawody odbędą się w zależności od aktualnej sytuacji - z publicznością lub bez udziału publiczności.
- 3) każdy zawodnik ma obowiązek zdezynfekować ręce przy wejściu/wyjściu na teren zawodów – udostępnimy płyn do dezynfekcji.
- 4) na podstawie podpisanej karty zawodnika w mini biurze zawodów (na wolnym powietrzu) odbierze wyłącznie numer startowy.
- 5) chcemy maksymalnie ograniczyć ryzyko zarażenia – usługę depozytu oferujemy wyłącznie osobom, które nie mają innej opcji (np. pozostawienia swoich rzeczy w samochodzie; skorzystanie z depozytu będzie wymagało samodzielnego zapakowania oddawanych przedmiotów w dostarczony przez nas plastikowy worek i samodzielne opisanie pakietu własnym numerem startowym.
- 6) przez cały czas trwania zawodów każdy zawodnik powinien mieć ze sobą maseczkę – obowiązkowe jest jej użycie w strefie startu/mety oraz w miejscach, gdzie nie ma możliwości zachowania dystansu od innych osób.
- 7) podczas wizyty w biurze zawodów uczestnik imprezy jest zobowiązany do dezynfekcji dłoni (organizator zapewni odpowiednie środki).
- 8) mini punkt nawadniania będzie wydawał wyłącznie niegazowaną, butelkowaną (zakręconą) wodę mineralną; będziemy Wam wdzięczni za wyrzucanie pustych butelek wyłącznie do koszy w obrębie punktu nawadniania / mety (przypominamy: jeśli nie wypijesz wszystkiego, wylej wodę, pustą zgniecioną butelkę wrzuć do kosza – nie wrzucaj butelki z wodą do kosza).

**Bardzo dziękujemy za Waszą wyrozumiałość i za przestrzeganie powyższych zasad!**

## **9. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z przodu, na wysokości klatki piersiowej.

- Wszyscy uczestnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
- Organizator Biegu zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których jest zobowiązany poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy.
- Odebranie numeru startowego przez uczestnika Biegu jest równoznaczne z akceptacją regulaminu. Organizatorzy zapewniają opiekę sanitarną na trasie i medyczną na mecie biegu.
- Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników biegu. Mogą one być wykorzystane przez Organizatora poprzez umieszczanie w mediach, na stronach internetowych, w gazetach, jak również na potrzeby promocyjno-reklamowe Organizatora.
- Organizator informuje, że nie sprzedaje i nie udostępnia osobom i podmiotom trzecim danych osobowych podawanych podczas procesu rejestracji.
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.