

REGULAMIN

XVIII BIEG WEDŁA

w ramach XXVII ZIMY NA PRADZE

**pod honorowym patronatem
Burmistrza Dzielnicy Warszawa Praga Płd.**



Warszawa - Park Skaryszewski, 19 lutego 2023

biegwedla.pl

REGULAMIN XVIII BIEG WEDLA

1. CEL

- popularyzacja różnych form aktywnego sposobu spędzania wolnego czasu w celu podniesienia własnej odporności fizycznej,
- propagowanie zdrowego trybu życia, aktywnego wypoczynku i rekreacji wśród mieszkańców Warszawy,
- promocja walorów krajoznawczych Parku Skaryszewskiego im. Ignacego Jana Paderewskiego, najładniejszego parku w Polsce i trzeciego w Europie oraz terenów Kamionka

2. ORGANIZATOR

Oddział PTTK Warszawa Praga im. Z. Glogera oraz HKT „TREP” PTTK, Komisja Imprez na Orientację,

Al. Stanów Zjednoczonych 24, 03-964 Warszawa, praga.warszawa.pttk.pl , trepkлуб.waw.pl
Kierownik Biegu – Andrzej Krochmal tel. 605 403 929 andrzej_krochmal@wp.pl

Współpraca: Fundacja Trzy Kroki, KS Drukarz

3. PATRONAT HONOROWY

Burmistrz Dzielnicy Warszawa Praga Południe
Rada Osiedla Kamionek

4. PARTNER TYTULARNY: E.WEDEL

5. PATRONAT MEDIALNY: Gazeta „Mieszkaniec”

6. TERMIN I MIEJSCE

19 lutego 2023 r. (niedziela), Warszawa Park Skaryszewski – na placu, za muszlą koncertową i obiekty KS „Drukarz” w pobliżu ul. Międzynarodowej.

UWAGA: Niniejszy regulamin reguluje zasady organizacji wydarzeń sportowych, o ile nie zostanie wprowadzony zakaz organizacji wydarzeń sportowych, ani nie zostanie zmniejszony limit uczestników tych imprez.

W przypadku :

- a) wprowadzenia zakazu organizacji imprez sportowych czy jakichkolwiek innych restrykcji uniemożliwiających ich przeprowadzenie, bieg zmieni swój charakter na **BIEG WIRTUALNY**,
- b) zmniejszenia limitu uczestników wydarzeń sportowych poniżej już zaproponowanych, organizator podzieli startujących na mniejsze grupy z inną godziną/minutą startową.

Jeśli nie uda się dotrzymać wymaganych warunków startowych, które uniemożliwią organizację biegu w ciągu jednego dnia, impreza zmieni charakter na **BIEG WIRTUALNY**.

BIEG WIRTUALNY to taki, w którym uczestnicy biegną indywidualnie z własnym pomiarem czasu, najlepiej na tej samej trasie w parku (zgodnie z zamieszczoną mapką) lub innej wybranej przez siebie trasie o podobnej długości w dniach 18.02-26.02.2023 r. i prześlą swój wynik do organizatora. Odbiór pakietu odbędzie się w biurze w dniu biegu lub w dniach 12.02.-17.02.2023 r. w miejscu podanym przez organizatora.

Osoby, które dokonują rejestracji do biegu akceptują ryzyko zmiany na imprezę wirtualną z ewentualną zmianą programu minutowego oraz deklarują, że nie będą występowały o zwrot opłaty startowej z tego powodu.

Apelujemy do uczestników, żeby nie dokonywali rejestracji do biegu jeśli nie akceptują możliwości zmiany formuły na bieg wirtualny.

7. PROGRAM

13.02-17.02.2023 r. (pn.-pt.) – odbiór numerów startowych z chipem (z koszulką jeśli była opłacona) w Sklepie Biegacza na Powiślu, ul. Wybrzeże Kościuszkowskie 45 w godz. 11.00 – 20.00.

19.02.2023 r. (niedziela)

godz. 9.00 – otwarcie biura w centrum zawodów na terenie KS Drukarz (obok muszli koncertowej w Parku Skaryszewskim) i wydawanie numerów startowych dla osób spoza Warszawy

Start o godz.:

10.00 – start NW, O-run

11.00 – start trasy C, BnO

12.15 – start trasy A

12.40 – start trasy B

13.00 – start trasy D

- Wręczenie nagród dla najlepszych wśród kobiet i mężczyzn odbędzie się zaraz po każdym biegu w centrum zawodów.

8. DYSTANS (trasy bez atestu PZLA)

A – 1,86 km (1 pętla) start o godz. 12.15 dla dzieci i młodzieży urodzonych w 2008 r. i wcześniej

B – 0,25 km start o godz. 12.40 dla dzieci ur. w 2016 i później; dopuszcza się asystę osób dorosłych. W przypadku niekorzystnych warunków atmosferycznych (np. niskich temperatur poniżej -5°C) start dzieci pozostawiamy do decyzji rodziców lub opiekunów.

C – 5,43 km (3 pętle) start o godz. 11.00

D – 9,00 km (5 pętli) start o godz. 13.00

Zmiana wybranego dystansu nie jest możliwa. Prosimy o przemyślane decyzje. Nie ma możliwości startu w dwóch biegach C+D jak w latach ubiegłych.

Start na trasie C i D jest dla osób urodzonych w 2007 r. i wcześniej.

Bieg odbędzie się na dużej pętli w Parku Skaryszewskim w Warszawie Dzielnicy Praga Półd. o długości 1,79 km z nawierzchnią asfaltową. Ze względu na porę roku trasa może być zaśnieżona lub błotnista, a jej stan zależy od gospodarza terenu - ZOM.

Start: A, C, NW zlokalizowany jest na skrzyżowaniu głównej pętli i alei po przekątnej parku lub w jej pobliżu ok. 175 m

Start: B, D jest oddalony o ok. 175 m od ww. skrzyżowania (patrz mapka)

Zawodnicy startują na pętli zgodnie z ruchem wskazówek zegara.

Trasa biegu jest przedstawiona na mapie zamieszczonej także na stronie biegu biegwedla.pl

Start: O-run, BnO, zlokalizowany jest w okolicach Baru Przystań nad

J. Kamionkowskim (za placem, na tyłach muszli koncertowej)

Nordic walking – 5 km (3 pętle) start o godz. 10.00 dla osób urodzonych w 2007 i wcześniej. Trasa przebiega po asfaltowej nawierzchni, głównej alei parkowej. Trasa jest przedstawiona na załączonej mapie. Start NW (na naszej mapie biegów) w miejscu skrzyżowania głównych alejek parku, obok muszli koncertowej.

UWAGI dotyczące uczestników marszu:

- uczestnicy posługują się kijkami do nordic walking w sposób właściwy dla techniki nordic walking,
- nie biegają,
- nie trzymają kijków w inny sposób niż wynikający z marszu techniką nordic walking,
- zachowują między sobą bezpieczne odległości,
- reagują na polecenia organizatorów i obsługi instruktorskiej

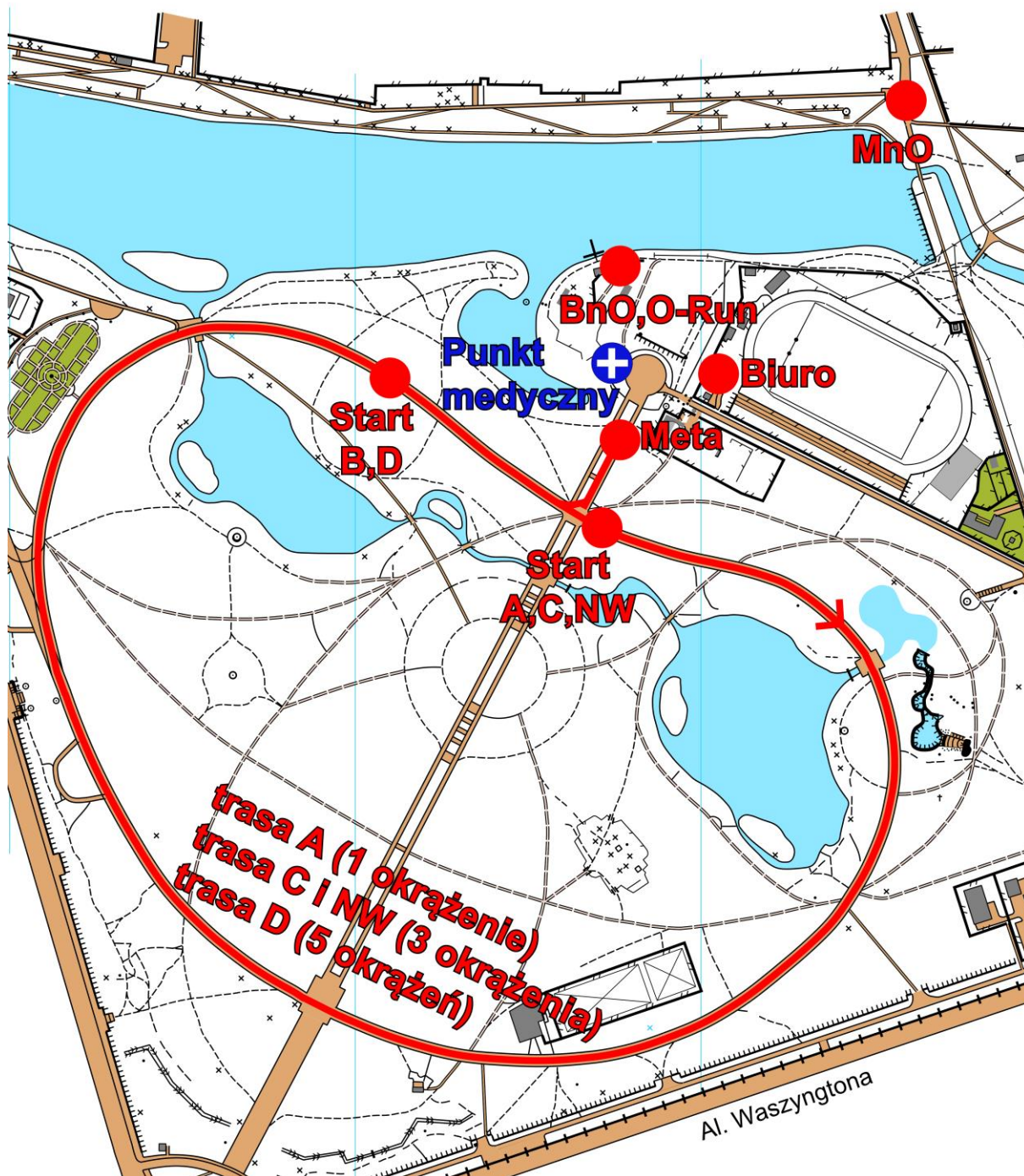
O-run (Orienteering-run) – 5 km start interwałowy pierwszego zawodnika od godz. 10.00 na podstawie wcześniej opublikowanej listy startowej.

To nowy rodzaj biegu, który po raz ósmy w Polsce zostanie przeprowadzony na naszym biegu. Start jest zlokalizowany na placu, na tyłach muszli koncertowej.

Co to jest? Jest to połączenie biegu przełajowego z biegiem na orientację. Trasa o długości 5 km jest klasycznym dystansem biegu przełajowego przebiegająca po istniejących drogach i ścieżkach w terenie. Może być mocno wymagająca i urozmaicona np. podbiegami i zbiegami, a także z naturalnymi przeszkodami terenowymi. Cała trasa nie jest wyznakowana w terenie np. linami, wstążeczkami itp., a jedynie za pomocą Punktów Kontrolnych (PK) ustawionych w charakterystycznych miejscach na załamaniu kierunku trasy np. tuż przy skrzyżowaniu dróg itp. W tym celu zawodnik jak w typowym biegu na orientację, na starcie otrzymuje mapę ze wszystkimi PK, które musi w kolejności potwierdzić za pomocą chipa otrzymanego przed startem. Potwierdzenie PK następuje poprzez włożenie lub zbliżenie (w zależności od stosowanego systemu pomiaru) chipa do stacji znajdującej się na stojaku z biało-pomarańczowym lampionem. Wydaje się, że nawigacja jest tutaj dość prosta i dostępna nawet dla uczestnika początkującego w biegach na orientację.

Zawodnicy startują indywidualnie w kolejności wg listy startowej w krótkich odstępach czasowych (tzw. interwał). O pozycji na mecie decyduje potwierdzenie w kolejności wszystkich PK oraz krótszy czas pokonania trasy.

9. TRASY I CENTRUM IMPREZY



10. WARUNKI UCZESTNICTWA

W biegach mogą startować osoby, które:

- dokonają **zgłoszenia on-line poprzez formularz zamieszczony na stronie biegu oraz wniosą opłatę startową do 11.02.2023** lub do wcześniejszego wyczerpania limitu miejsc. Zapisy nie będą prowadzone w dniu zawodów,
- przedstawią zaświadczenie lekarskie stwierdzające zdolność do udziału w biegu lub złożą podpis na karcie zgłoszenia (przy odbiorze numeru startowego), który jest równoznaczny z oświadczeniem woli startu na własną odpowiedzialność, braku przeciwwskazań lekarskich i zobowiązaniem do przestrzegania regulaminu.

- Rejestracja do zawodów nie jest wystarczającym warunkiem udziału. Zawodnicy zarejestrowani, którzy do czasu wyczerpania limitu opłaconych uczestników nie dokonają opłaty, nie mogą wziąć udziału w imprezie.

- Podczas zgłaszania się do biegu w formularzu pojawi się możliwość ubezpieczenia się od NNW, kosztów rehabilitacji i zwrotu opłaty jeśli nie można wziąć udziału w biegu z powodu uzasadnionych przyczyn.

Limity uczestników

Trasa A i B łącznie	- 150 osób
Trasa C	- 325 osób
Trasa D	- 325 osób
NW	- 100 osób,
O-run	- 100 osób,

Oplata startowa

Wniesiona online do **11.02.2023** lub do czasu wyczerpania miejsc:

- **15 zł** od uczestnika trasy **A i B** (lub 35 zł z koszulką)
- **55 zł** od uczestnika trasy **C, D, NW** (lub 75 zł z koszulką),
- **35 zł** (cena promocyjna) od uczestnika trasy **O-run** (lub 55 zł z koszulką),

- Prawo bezpłatnego startu mają osoby zaproszone przez organizatora biegu.

Uwaga! Koszulki można nabyć tylko w trakcie rejestracji online do dnia **3.02.2023 r.** lub wcześniejszej informacji do organizatora. Po tym terminie nie będzie to możliwe. Dołożymy wszelkich starań aby zapewnić koszulki zgodnie z zamówionymi rozmiarami.

- Oplata raz wniesiona nie podlega zwrotowi.

- Osoby niepełnoletnie składają w biurze zawodów zgodę rodzica/opiekuna. Formularz zgłoszeniowy dostępny będzie na stronie biegu.

- Podczas odbioru numeru startowego zawodnicy muszą posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem, celem weryfikacji danych osobowych;

- odbiór numeru startowego przez inne osoby jest możliwy, na podstawie **upoważnienia** (dostępnego na stronie biegu) podpisanego przez osobę, której numer startowy będzie odbierany,
- w przypadku grup szkolnych/klubowych na podstawie listy zbiorowej z pieczęcią szkoły/klubu podpisanej przez opiekuna/trenera,
- warunkiem startu osób niepełnoletnich jest obecność rodzica lub opiekuna prawnego w dniu zawodów na starcie.

Odbiór numeru startowego będzie możliwy:

- w Sklepie Biegacza na Powiślu w Warszawie, ul. Wybrzeże Kościuszkowskie 45 w terminie: **13.02-17.02 lutego 2023 (poniedziałek-piątek) w godz. 11.00 – 20.00**

- nie ma możliwości odbioru numeru startowego w dniu zawodów (z wyjątkiem osób przyjezdnych spoza Warszawy)

11. REZYGNACJA i CESJA OPŁATY STARTOWEJ

- Zawodnik może w każdej chwili zrezygnować z udziału w imprezie i żądać usunięcia jego danych z listy startowej. Należy tego dokonać wysyłając e-mail na adres podany w formularzu zgłoszeniowym.
- Wniesiona opłata startowa nie podlega zwrotowi niezależnie od przyczyny rezygnacji z udziału.
- Przeniesienie opłaty na innego zawodnika możliwe jest tylko z powodów zdrowotnych i tylko w terminie do **3 lutego 2023** r. W tym celu należy przesłać skan zaświadczenia lekarskiego stwierdzającego przeciwwskazania do udziału w biegu na adres podany w formularzu zgłoszeniowym, w nieprzekraczalnym terminie do **3 lutego 2023** r. W mailu należy podać imię, nazwisko i datę urodzenia zawodnika, któremu przekazana ma być opłata. Po tym terminie opłata nie może być przeniesiona.
- Start z numerem startowym innego zawodnika jest zabroniony i prowadzi do dyskwalifikacji.
- Odbiór pakietu startowego w terminie późniejszym nie jest możliwy.
- W przypadku rozegrania Biegu Wirtualnego pakiet startowy będzie do odbioru w miejscu wskazanym przez organizatora (np. biurze w dniu zawodów).

12. KLASYFIKACJA

- **OPEN K/M** - indywidualna na każdej trasie w kategorii kobiet (K) i mężczyzn (M) bez podziału na kategorie wiekowe

13. NAGRODY I ŚWIADCZENIA

- medal okolicznościowy dla zgłoszonych z opłaconym wpisowym,
- puchar dla zwycięzców kategorii open wśród kobiet i mężczyzn na trasie A, C, D, NW, O-run.
- puchar ufundowany przez Radę Osiedla Kamionek dla zwycięzców trasy C i NW w kat. kobiet (K) i mężczyzn (M),
- gratisowy start dla zwycięzców trasy K i M na trasie C lub D w następnej edycji biegu,
- upominki ufundowane przez Urząd Dzielnicy Warszawa Praga Półd. za zajęcie miejsca 1-3 na trasie A, B w kategorii kobiet i mężczyzn,
- dyplomy i specjalne słodkie upominki od **WEDLA** za zajęcie miejsca 1-3 na każdej trasie w kategorii kobiet (K) i mężczyzn (M),
- torcik okolicznościowy od Wedla dla zwycięzców tras,
- **specjalny upominek – wręczany na mecie,**
- voucher na kubek gorącej czekolady do zrealizowania w pijalniach czekolady E. Wedel,
- dyplomy uczestnictwa (do pobrania ze strony biegu) oraz słodkie produkty na mecie od WEDLA,
- po przekroczeniu linii mety przewidziano ciepłe napoje oraz posiłek regeneracyjny (porcja grochówki lub zupy wegetariańskiej)
- upominki od sponsorów.

14. POLITYKA PRYWATNOŚCI

Zgodnie z art.6 ust.1 lit.a ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016) zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych podanych podczas rejestracji oraz wizerunku (zdjęcia

wykonane w czasie zawodów) do celów organizacji i uczestnictwa w zawodach. Zdjęcia z zawodów i wyniki zawodów wraz z danymi osobowymi (imię, nazwisko, kategoria, miejsce, czas) będą podane do publicznej wiadomości na stronach internetowych, prasie i w informatorach branżowych.

Zgodnie z art. 13 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016) administratorem danych osobowych zawodnika jest Oddział PTTK Warszawa Praga im. Z. Glogera, Al. Stanów Zjednoczonych 24, 03-964 Warszawa. Dane osobowe przetwarzane są w celu przeprowadzenia Biegu Wedla i przekazania zawodnikom informacji o kolejnych edycjach imprezy. Odbiorcami danych osobowych będą podmioty uprawnione do uzyskania danych osobowych na podstawie przepisów prawa oraz podmiotom realizującym: rejestrację zawodników, pomiar czasu i wysyłkę SMS z wynikiem. Uczestnicy mają prawo do żądania od administratora dostępu do danych osobowych, ich sprostowania lub ograniczenia przetwarzania, wniesienia skargi do organu nadzorczego. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednakże jest warunkiem udziału w imprezie.

15. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne (smog, temperaturę, opady itp.).
- Jediną przyczyną zmiany formuły biegu na **Bieg Wirtualny** mogą być przepisy prawne wynikające z pandemii koronawirusa.
- Każdy uczestnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem biegu i jest zobowiązany do jego przestrzegania oraz stosowania się do poleceń organizatora związanych z przestrzeganiem przepisów sanitarnych w związku z zaleceniami epidemiologicznymi w przypadku ich wprowadzenia,
- Organizator zapewnia:
 - zabezpieczenie medyczne,
 - toalety przenośne w pobliżu centrum zawodów,
- **Nie będą dostępne szatnie,**
- **Depozyt będzie funkcjonował w ograniczonym wymiarze,**
- Za szkody wynikłe wobec uczestników jak i osób trzecich organizator nie odpowiada,
- Nie dopuszcza się startu zawodników na wózkach inwalidzkich oraz z psami,
- Numer startowy należy umieścić z przodu na odzieży wierzchniej,
- Zabrania się ponownego przekraczania linii mety po zakończeniu biegu,
- bieg odbywa się bez udziału kibiców z wyjątkiem opiekunów startujących dzieci,
- Komunikat końcowy opublikowany zostanie na stronach internetowych, a wyniki przesłane także sms na podany w zgłoszeniu numer telefonu.
- Uwagi dotyczące wyników przyjmowane będą w formie elektronicznej w ciągu 24 godzin od ich pierwszej nieoficjalnej publikacji na stronie.
- Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu, a o zaistniałych zmianach będą informować przed startem lub na stronie internetowej biegu i fb.
- Sprawy nie objęte regulaminem rozstrzyga organizator.

Informacji dodatkowych udziela kierownik zawodów: Andrzej Krochmal pod numerem tel. **605 403 929** lub andrzej_krochmal@wp.pl lub na stronie biegwedla.pl

**DO ZOBACZENIA
ORGANIZATORZY**



Organizatorzy i partnerzy



Patronat medialny



Patroni honorowi



Partner tytularny

