

KOBIETA - JUST HERO 2021

"Życie jest za piękne, aby żyć normalnie"

I. CEL IMPREZY

1. Propagowania biegania jako czynnej formy wypoczynku, profilaktyki zdrowotnej oraz krzewienie ducha sportu i uczciwego współzawodnictwa.
2. Promocja zdrowego trybu życia.
3. Integracja pokoleń poprzez czerpanie radości ze wspólnej aktywności fizycznej.

II. ORGANIZATOR

1. TIME4S Radosław Sekieta ul.Ciasna 4m1 93-547 Łódź www.time4s.pl, biuro@time4s.pl

III. TERMIN I MIEJSCE

1. 07 marca 2021.
2. Start biegu na 5km godz 12:00. Start i meta na terenie Parku Poniatowskiego.
3. Biuro Zawodów: na terenie parku.
4. Długość trasy biegu: około 5km (dwie pętle po około 2,5km).
5. Trasa nie jest atestowana

IV. POMIAR CZASU

1. Organizator zapewnia profesjonalny, elektroniczny pomiar czasów (pomiar elektroniczny). Pomiar czasów obsługuje firma TIME4S Radosław Sekieta (<http://www.time4s.pl>)

V. LIMIT CZASU

1. Uczestników biegu obowiązuje limit czasu wynoszący 45 minut

VI. UCZESTNICTWO

1. W biegu dopuszcza się uczestnictwo kobiet bez ograniczeń wiekowych (w przypadku nieletnich wymagana obecność w dniu zawodów jak i podczas ich trwania pełnoprawnego opiekuna)
2. Na drugim okrążeniu dopuszcza się wsparcie osób z zewnątrz, które mogą spontanicznie pokonać je wraz z bliską sobie kobietą - tylko drugie okrążenie (osoby wspierające nie są uczestnikami biegu). Udział osób wspierających nie może zaburzać swobody biegu innym uczestniczkom.
3. Panowie mogą wystartować w tym biegu bo przecież nie wszystkie Kobiety mogą same zdobyć medal tego dnia ... ale pod pewnymi warunkami (w końcu to kobiece święto):
 - 1) Panowie którzy dokonają rejestracji i opłaty nie będą klasyfikowani i pojawia się na liście z wynikami tylko jako uczestnicy bez pomiaru czasu w kolejności alfabetycznej
 - 2) otrzymają w biurze zawodów numer startowy, medal, opaskę oraz kwiatek dla swojej wybranki.

- 3) wystartują 5 minut po starcie kobiet w drugiej fali (będzie włączony zegar więc czas można sobie sprawdzić odejmując oczywiście 5'). Jeżeli Panowie zgadzają się na takie warunki i chcą zdobyć medal dla swojej wybranki/córki/siostry/mamy/babci/cioci zapraszamy serdecznie. Oczywiście opcja wsparcia Kobiet na drugiej pętli pozostaje bez zmian zgodnie z regulaminem.
4. Warunkiem udziału w biegu jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach lub **złożenie własnoręcznego podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w w/w zawodach oraz przyjęciu pełnego ryzyka i konsekwencji udziału na własną odpowiedzialność (nieletni) lub akceptacja regulaminu podczas rejestracji do biegu** (podstawa prawna: Rozp. Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 Dz. U. Nr 101 poz. 1095) oraz odebranie numeru startowego wraz z chipem startowym i podpisanie oświadczenie o stanie zdrowia dotyczące zagrożenia zarażeniem wirusem covid-19.
 5. Osoby niepełnoletnie między mają dodatkowo obowiązek przebywania w dniu zawodów pod opieką rodziców lub opiekunów prawnych.
 6. Podpisanie zgłoszenia do biegu i pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu oraz wyrażeniem zgody na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora – informacje o przetwarzaniu danych są dostępne na stronie firmy obsługującej pomiar czasu time4s.
 7. Wszyscy uczestnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Biuro Zawodów będzie czynne w dniu zawodów w godzinach 10:030 do 11:30. Podczas weryfikacji uczestnicy muszą posiadać dowód osobisty, legitymację szkolną lub inny dowód potwierdzający tożsamość.
 8. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa i podporządkowania się decyzjom Organizatora. Zawodnicy ponoszą w pełni odpowiedzialność za własne działania i zachowanie.
 9. Bieg ma charakter otwarty i rekreacyjny.
 10. Wszystkie objawy złego samopoczucia należy niezwłocznie zgłosić Organizatorom, lub osobom zabezpieczającym bieg lub innym osobom, które mogą pomóc.
 11. Uczestnicy pod wpływem alkoholu i substancji psychotropowych nie zostaną dopuszczeni do udziału w zawodach.
 12. Uczestnicy będą mieli możliwość zostawienia rzeczy osobistych na czas biegu w depozycie. Za rzeczy pozostawione poza depozytem lub zgubione Organizator nie ponosi odpowiedzialności. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za pozostawione rzeczy o dużej wartości typu telefony komórkowe, aparaty fotograficzne itp.
 13. **W związku z obecną sytuacją pandemii COVID-19 zwracamy się z uprzejmą prośbą do wszystkich uczestników o stosowanie się do aktualnie obowiązujących przepisów i zaleceń.**

VII. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

1. Zgłoszenia do biegu przyjmowane będą elektronicznie na stronie internetowej <https://time4s.pl/kalendarz> jak również w odnośnikach na stronach promujących wydarzenie do dnia 02.03.2021r. do godz. 21:00 (pod warunkiem nie wyczerpania się limitu miejsc). Po tej dacie będzie możliwość zapisania się tylko w biurze zawodów (tylko w przypadku wolnych miejsc).
2. Limit uczestniczek biegu wynosi 200 osób (możliwość startu biegu w seriach w niewielkich odstępach czasowych).
3. Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza, wypełnienie oświadczenia o braku przeciwwskazań do udziału w biegu (co jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu podczas rejestracji) lub dostarczenie zaświadczenia lekarskiego oraz dokonanie opłaty startowej w wysokości **35 zł**. Uczestnicy w ramach opłaty startowej otrzymują:
 - medal
 - kwiatek
 - opaska na głowę
 - numer startowy z agrałkami
 - chip zwrotny (panowie bez chipa)
 - herbata
 - zabezpieczenie medyczne
 - depozyt (namiot w okolicy biura zawodów)
4. Bieg Wirtualny opłata 45zł (w tym przesyła) - obowiązkowo wypełnienie danych adresowych.
 - medal
 - opaska na głowę
 - numer startowy
5. Opłatę za uczestnictwo w biegu należy wносить na wskazane przez Organizatora konto bankowe, które zostanie udostępnione uczestnikowi po elektronicznym zgłoszeniu w mailu zwrotnym lub poprzez dokonanie tradycyjnego przelewu na konto:

05 1140 2004 0000 3802 7585 3040

TIME4S Radosław Sekieta

93-547 Łódź, ul. Ciasna 4 m.1

Z dopiskiem w tytule „DZIEŃ KOBIEŃ 2021”

imię i nazwisko uczestnika

6. Osoby, które dokonują opłaty elektronicznej w ostatnich dniach przed biegiem proszone są o zabranie ze sobą dowodu wpłaty wpisowego celem weryfikacji. W przypadku nie posiadania takiego dowodu i braku możliwości zweryfikowania otrzymania tej płatności przez Organizatora zawodnik chcąc wziąć udział w biegu, będzie musiał zapłacić wpisowe bezpośrednio w kasie Biura Zawodów.
7. Przepisanie pakietu możliwe po wcześniejszej akceptacji przez organizatora potwierdzenie takiej zmiany może nastąpić nie później niż do dnia 03.03.2021 środa (włącznie)
8. Zwrot środków w przypadku rezygnacji może nastąpić nie później niż do dnia 1.03.2021 włącznie z zastrzeżeniem potrącenia opłat związanych z obsługą uczestniczki biegu (5% wpisowego). Po przekroczeniu tego terminu ewentualne zapytania o zwrot środków będą rozpatrywane negatywnie.

VIII. BEZPIECZEŃSTWO

1. Zabezpieczenie trasy oraz opiekę medyczną zapewnia organizator.
2. Zabrania się wnoszenia na trasę biegu przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych uczestników.
3. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.
4. Decyzje personelu medycznego dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
5. Ze względów bezpieczeństwa uprasza się zawodników o nie startowanie w biżuterii, szczególności łańcuszkach, kolczykach. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za uszczerbek na zdrowiu powstały w wyniku noszenia niedozwolonych ozdób, jak również nie ponosi odpowiedzialności za ich zgubienie.
6. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy osobiste zawodników zagubione w trakcie biegu.
7. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko.
8. Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci).
9. Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego formularza rejestracyjnego, oświadczenia oraz dokonanie opłaty wpisowej oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność.

10. Uczestnik pod wpływem alkoholu, narkotyków lub innych używek nie zostanie dopuszczony do biegu.

IX. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

1. Informacje o przetwarzaniu danych osobowych dostępne są na stronie <https://time4s.pl/uploads/rodo-5fac590f5609f.pdf>

X. UPOMINKI

1. Uczestniczki biegu w biurze rejestracyjnym otrzymają pamiątkowy medal i kwiat.
2. Upominki dla najlepszych Pań w kategoriach wiekowych:
 - Najlepsze na mecie miejsca 1-3 K1 (roczniki 2003 i młodsze)
 - Najlepsze na mecie miejsca 1-3 K2 (roczniki 2002 - 1991)
 - Najlepsze na mecie miejsca 1-3 K3 (roczniki 1990 - 1981)
 - Najlepsze na mecie miejsca 1-3 K4 (roczniki 1980 - 1971)
 - Najlepsze na mecie miejsca 1-3 K5 (roczniki 1970 i starsze)

Nie będzie prowadzona klasyfikacja OPEN.

XI. POSTANOWIENIE KOŃCOWE

1. Podczas biegu wszystkie uczestniczki muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulek startowych lub za pomocą pasów do tego przeznaczonych tak aby numery były widoczne z przodu zawodnika. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji. Numery startowe są bezzwrotne.
2. Przebywanie na trasie Biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone (nie dotyczy osób wspierających). Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę trasy.
3. W szczególności zabrania się poruszania po trasie biegu na rowerach (z wyłączeniem osób, które będą pełnić funkcje porządkowe/bezpieczeństwa w uzgodnieniu z Organizatorem biegu).
4. Uczestnicy biorący udział w imprezie wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych, zezwalają na korzystanie ze swojego wizerunku, zdjęć, filmów na potrzeby Organizatora tj. internet, prasa, ulotki, plakaty itp.
5. Organizator zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian regulaminu w okresie przygotowawczym w celu zapewnienia właściwej realizacji biegu, zgodnie z oczekiwaniami uczestników i uwarunkowaniami zewnętrznymi.
6. Organizator nie zapewnia Uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, OC, z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci lub szkód, jakie mogą wystąpić w

związku z obecnością lub udziałem Uczestnika w imprezie oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.

7. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu lub jego przerwania bez podania powodów.
8. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi biegu. W sprawach nieujętych w Regulaminie ostateczną decyzję podejmuje Organizator.

HARMONOGRAM ZAWODÓW:

10:00 - 11:30 PRZYGOTOWANIE TRASY BIEGU

10:30 - 11:30 GODZINY OTWARCIA BIURA ZAWODÓW

12:00 - START BIEGU

12:45 - DEKORACJE BIEGU

13:00 - ZAKOŃCZENIE IMPREZY