

# REGULAMIN

## NIEPODLEGŁOŚCIOWA 5 #LDZ

*(bieg na 5km z okazji odzyskania niepodległości z atestem PZLA,  
Otwarte Mistrzostwa Województwa Łódzkiego w biegu na 5km)*

### 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. Krzewienie patriotyzmu, upamiętnienie rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości.
4. Wyłonienie najlepszych zawodników w ramach Otwartych Mistrzostw Województwa Łódzkiego.

### II. ORGANIZATOR

1. ZABIEGANI W ŁODZI, agnieszka\_mikulska@o2.pl, 506 335 686 (Agnieszka)

### III. WSPÓLORGANIZATOR

1. ŁÓDZKI OKRĘGOWY ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI lozla@pzla.pl 602 455 835 (Piotr)

### IV. WYKONAWCA

1. TIME4S RADOSŁAW SEKIETA biuro@time4s.pl 501 894 154 Ul.Ciasna 4m1 93-547 Łódź  
NIP 728-236-13-55  
REGON 473290840

### V. TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się w dniu 6 listopada 2021.
2. Start biegów towarzyszących dla dzieci o godzinie 10:00 Start Biegu Głównego o godzinie 11:11 Kobiety i Mężczyźni. Start i meta na wysokości wejścia do Aquaparku Fala aleja Unii Lubelskiej 4
3. Biuro Zawodów: na terenie parku przy Aquaparku Fala.
4. Długość dystansów w biegach towarzyszących dla dzieci: to około 0,2km, 0,5km i około 1km.
5. Długość trasy Biegu Głównego: 5km.
6. Trasa biegu głównego posiada atest PZLA

## VI. POMIAR CZASU

1. Organizator zapewnia profesjonalny, elektroniczny pomiar czasów na podstawie chipów w numerach startowych (pomiar elektroniczny we wszystkich biegach). Pomiar czasów obsługuje firma TIME4S Radosław Sekieta (<http://www.time4s.pl>)

## VII. LIMIT CZASU

1. Zawodników biegu dla dzieci obowiązuje limit czasu wynoszący 10 minut (każda kategoria)
2. Zawodników Biegu Głównego obowiązuje limit czasu wynoszący 50 minut. Po przekroczeniu tego limitu zawodnik nie zostanie sklasyfikowany.

## VIII. UCZESTNICTWO

1. W biegu dla dzieci dopuszcza się uczestnictwo dzieci do lat 15.
2. W biegu głównym osoby biorące udział muszą mieć ukończone 16 lat (najpóźniej w dniu zawodów).
3. 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.
4. Osoby niepełnoletnie między 16 a 18 rokiem życia mają dodatkowo obowiązek przedstawienia pisemnej zgody rodziców lub opiekunów prawnych na udział w biegu.
5. Podpisanie zgłoszenia do zawodów 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.
6. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Biuro Zawodów będzie czynne w dniu zawodów w godzinach 8:00 do 9:30 bieg towarzyszący oraz 8:00 - 10:30 dla biegu głównego. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty, legitymację szkolną lub inny dowód potwierdzający tożsamość. Biuro zawodów będzie również dostępne na terenie sklepu STREFASUPLI.PL przy ul. Zarzewskiej 1 w dniach 4 i 5.11.2021 w godzinach 16:00-19:00 dla wszystkich biegów.
7. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa i podporządkowania się decyzjom Organizatora. Zawodnicy ponoszą w pełni odpowiedzialność za własne działania i zachowanie.

8. Biegi główne odbywają się w randze Mistrzostw Województwa Łódzkiego w biegu na 5km, biegi towarzyszące w ramach współzawodnictwa sportowego dzieci i młodzieży.
9. Wszystkie objawy złego samopoczucia należy niezwłocznie zgłosić Organizatorom, lub osobom zabezpieczającym bieg lub innym osobom, które mogą pomóc.
10. Zawodnicy pod wpływem alkoholu i substancji psychotropowych nie zostaną dopuszczeni do udziału w zawodach.
11. Zawodnicy 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.

## **IX. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA**

1. Zgłoszenia do biegu (NIEPODLEGŁOŚCIOWA 5 #LDZ) przyjmowane będą elektronicznie na stronie internetowej <http://www.time4s.pl> (zakładka zapisy) jak również w odnośnikach na stronach promujących wydarzenie do dnia 28.10.2021r. do godz. 19:00 (pod warunkiem nie wyczerpania się limitu miejsc). Nie ma możliwości zapisu do biegu w dniu zawodów.
2. Zgłoszenia do biegów towarzyszących (NIEPODLEGŁOŚCIOWA 5 #LDZ - KIDS) dla dzieci przyjmowane elektronicznie na stronie internetowej <http://www.time4s.pl> (zakładka zapisy) jak również w odnośnikach na stronach promujących wydarzenie do dnia 28.10.2021r.(środa) do godz. 19:00 (pod warunkiem nie wyczerpania się limitu miejsc);
3. Limit zawodników w Biegu Głównym wynosi 500 osób.
4. Limit zawodników w biegu towarzyszącym dla dzieci wynosi 300 osób (suma dla wszystkich kategorii wiekowych). Istnieje możliwość przesunięcia ilościowego uczestników. w przypadku zwiększenia limitu lub przesunięcia ilościowego uczestników możliwy jest podział zawodników na grupy startowe zgodnie z zaleceniami ilościowymi uwzględniającymi przepisy COVID-19.
5. 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 **59 zł bieg główny (29zł dla osób 60+ rocznik 1961 i starsi), 29zł biegi towarzyszące dla dzieci na konto wykonawcy**
6. Uczestnicy w ramach opłaty startowej otrzymują (we wszystkich biegach):
  - pomiar czasu
  - medal
  - kubek
  - akcent patriotyczny flaga (tylko bieg główny)

- numer startowy z agrałkami
- chip bezzwrotny wraz z numerem
- woda (0,5L na mecie)
- zabezpieczenie medyczne

Dla najlepszych trójek w biegu open (kobiet i mężczyzn) przewidziano nagrody. Dla zwycięzców w kategoriach wiekowych statuetki (bieg główny).

7. Istnieje możliwość dodatkowego zakupu pamiątkowego okolicznościowego kominu w **cenie 20zł brutto/szt**, i/lub czapki w **cenie 20zł brutto/szt**. Pakiet czapka i komin **35zł brutto/szt**. Płatne na konto wykonawcy.
8. Bieg wirtualny pakiet zawiera medal i flagę plus wysyłkę. Wszelkie dodatkowe gadżety płatne dodatkowo zgodnie z wyborem rodzaju płatności **59 zł bieg główny i kids taka sama cena**.
9. Opłatę za uczestnictwo w biegu należy wnieść na wskazane przez Organizatora konto bankowe, które zostanie udostępnione uczestnikowi po elektronicznym zgłoszeniu lub poprzez płatności automatyczne dostępne po dokonaniu rejestracji. Dane do przelewu również podane są poniżej:

05 1140 2004 0000 3802 7585 3040

TIME4S Radosław Sekieta

93-547 Łódź, ul. Ciasna 4 m.1

Z dopiskiem w tytule „NIEPODLEGŁOŚCIOWA 5”

10. 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.
11. Przepisanie pakietu możliwe po wcześniejszej akceptacji przez wykonawcę potwierdzenie takiej zmiany może nastąpić nie później niż do dnia 28.10.2021 (włącznie)
12. Zwrot środków w przypadku rezygnacji może nastąpić nie później niż do dnia 1.11.2021 włącznie z zastrzeżeniem potrącenia opłat związanych z obsługą uczestnika biegu (5% wpisowego). Po przekroczeniu tego terminu ewentualne zapytania o zwrot środków będą rozpatrywane negatywnie.

## **X. KLASYFIKACJE**

1. Podczas Biegu prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- klasyfikacja generalna kobiet w Biegu Głównym w ramach Otwartych Mistrzostw Województwa Łódzkiego - decydują sędziowie PZLA (statuetki i nagrody rzeczowe)
- klasyfikacja generalna mężczyzn w Biegu Głównym w ramach Otwartych Mistrzostw Województwa Łódzkiego - decydują sędziowie PZLA (statuetki i nagrody rzeczowe)
- klasyfikacje wiekowe statuetki dla zwycięzców (nie dublują się z open) oraz dyplomy dla pierwszych trójek

K16 i M16 - 2005 - 2002

K20 i M20 - 2001 - 1992

K30 i M30 - 1991 - 1982

K40 i M40 - 1981 - 1972

K50 i M50 - 1971 - 1962

K60+ i M60+ - 1961 i starsi

2. klasyfikacja dzieci w biegu dla dzieci. – statuetki dla zwycięzców poszczególnych kategorii oraz dyplomy dla pierwszych trójek, upominki od partnerów.

- klasyfikacje wiekowe w biegach dzieci

K0 i M0 - 2021 - 2018 (0,2km)

K1 i M1 - 2017 - 2015 (0,5km)

K2 i M2 - 2014 - 2013 (0,5km)

K3 i M3 - 2012 - 2011 (1km)

K4 i M4 - 2010 - 2009 (1km)

K5 i M5 - 2008 - 2006 (1km)

3. Najliczniejsza drużyna - statuetka. Dla drużyny, której członkowie podczas zapisu użyją tej samej nazwy drużyny oraz wszyscy jej uczestnicy będą mieli uregulowana opłatę startową do dnia 28.10.2021 do godz 23:59.

4. Każdy z uczestników biegu otrzyma pamiątkowy medal przygotowany specjalnie na tą okazję.

## **XI. 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. Zawodnik pod wpływem alkoholu, narkotyków lub innych używek nie zostanie dopuszczony do biegu.

## **XII. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH**

1. Informacje o przetwarzaniu danych osobowych dostępne są na stronie

[www.time4s.pl/pdf/RODO.pdf](http://www.time4s.pl/pdf/RODO.pdf)

## **XIII. POSTANOWIENIE KOŃCOWE**

1. Podczas biegu wszyscy zawodnicy 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. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę trasy. W szczególności zabrania się poruszania po trasie biegu na rowerach (z wyłączeniem osób, które będą pełniły funkcje porządkowe/bezpieczeństwa w uzgodnieniu z Organizatorem biegu).
3. 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.
4. Kategoria jest uznana, jeśli wystartuje min. 3 Zawodników.

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.
9. **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.**

#### **AKTUALNY HARMONOGRAM ZAWODÓW 06.11.2021 (modyfikacja 4.11.2021):**

06:00 - 08:00 PRZYGOTOWANIE TRASY BIEGU

08:00 - 09:30 GODZINY OTWARCIA BIURA ZAWODÓW BIEGI TOWARZYSZĄCE

08:00 - 10:30 GODZINY OTWARCIA BIURA ZAWODÓW BIEG GŁÓWNY

\*10:00 - 10:10 BIEG TOWARZYSZĄCY 0,2km - K0, M0

\*10:10 - 10:20 BIEG TOWARZYSZĄCY 0,5km - K1, M1

\*10:20 - 10:30 BIEG TOWARZYSZĄCY 0,5km - K2, M2

\*10:30 - 10:40 BIEG TOWARZYSZĄCY 1km - K3, K4, K5

\*10:40 - 10:50 BIEG TOWARZYSZĄCY 1km - M3, M4, M5

\* DEKORACJE BIEGÓW TOWARZYSZĄCYCH BEZPOŚREDNIO PO ZAKOŃCZENIU KAŻDEGO BIEGU

#### **11:05 HYMN**

\*\*11:11:00 START BIEGU GŁÓWNEGO KOBIETY I MĘŻCZYŹNI

11:27 PIERWSZY ZAWODNIK NA MECIE

12:02 ZAMKNIĘCIE METY (LIMIT CZASU 50 MINUT)

12:10 DEKORACJE BIEGÓW TOWARZYSZĄCYCH (O ILE NIE ZOSTANĄ PRZEPROWADZONE BEZPOŚREDNIO PO ZAKOŃCZONYM BIEGU)

12:30 DEKORACJE BIEGU GŁÓWNEGO

13:00 ZAKOŃCZENIE IMPREZY

\*dekoracje biegów dziecięcych odbędą się bezpośrednio po zakończeniu poszczególnych biegów

\*\*wystartuje jedna fala kobiet i jedna fala mężczyzn w biegu głównym istnieje możliwość innego połączenia biegów i kategorii wiekowych w zależności od ilości zgłoszonych uczestników uwzględniając bezpieczeństwo uczestników oraz aktualnie obowiązujące przepisy COVID-19, obowiązują osobne klasyfikacje.