

REGULAMIN

NOCNA MIŁA KONSTYTUCYJNA #LDZ

(bieg na 1609m z okazji 232 rocznicy uchwalenia Konstytucji 3-go maja, Otwarte Mistrzostwa Województwa Łódzkiego na MILEĘ)

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 uchwalenia Konstytucji 3-go Maja.
4. Wyłonienie najlepszych zawodników w ramach Otwartych Mistrzostw Województwa Łódzkiego.

II. ORGANIZATOR

1. KS DYNAMIC ŁÓDŹ ks.dynamic@o2.pl

III. WSPÓŁORGANIZATOR

1. ŁÓDZKI OKRĘGOWY ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI lozla@pzla.pl 602 455 835 (Piotr)
2. ZABIEGANI W ŁODZI, agnieszka_mikulska@o2.pl, 506 335 686 (Agnieszka)

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 3 maja 2023.
2. Start biegów towarzyszących dla dzieci o godzinie 20:00. Start serii Biegu Głównego o godzinie 21:00 Kobiety i Mężczyźni. Start i meta na wysokości parkingu przy ZOO ŁÓDŹ ścieżka tartanowa dla biegaczy lub wejście od strony ul. Krzemienieckiej (mapka na końcu regulaminu)
3. Biuro Zawodów: w okolicy startu/mety
4. Długość dystansów w biegach towarzyszących dla dzieci: to około 160,9m i wielokrotność (321,8m; 482,7m; 643,6m)
5. Długość trasy Biegu Głównego: 1609m.
6. Trasa biegu głównego nie posiada atestu 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. Biegi dla dzieci każda kategoria osobno (w przypadku dużej ilości zgłoszeń osobno dziewczynki i chłopcy). Limit uczestników w biegach dzieci 150 dotyczy sumy wszystkich kategorii.
2. W biegach głównych na MILEĘ odbędą się serie na czas po 10 osób w serii zgodnie ze zgłoszeniami dotyczącymi planowanego tempa biegu. Każda kolejna seria biegu startuje co dwie/trzy minuty z zastrzeżeniem że kolejność serii od najwolniejszych do najszybszych maksymalna liczba uczestników to 200 (20 serii)

VIII. UCZESTNICTWO

1. W biegu dla dzieci dopuszcza się uczestnictwo dzieci do lat 13 zależnie od kategorii wiekowej.
2. W biegu głównym osoby biorące udział muszą mieć ukończone 14 lat (najpóźniej w dniu zawodów).
3. Warunkiem udziału w biegu jest **akceptacja regulaminu podczas rejestracji do biegu wraz z jego postanowieniami i potwierdzenie udziału na liście startowej w dniu biegu** (podstawa prawna: Rozp. Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 Dz. U. Nr 101 poz. 1095) oraz odebranie zwrotnego numeru startowego wraz z chipem startowym.
4. Osoby niepełnoletnie między mają dodatkowo obowiązek przedstawienia pisemnej zgody rodziców lub opiekunów prawnych na udział w biegu lub podpisanie listy startowej w dniu zawodów.
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 18:00 do 19:30 bieg towarzyszący oraz 19:00 - 20:30 dla biegu głównego. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty, legitymację szkolną lub inny dowód potwierdzający tożsamość. Biuro zawodów będzie dostępne w okolicy startu/mety.
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 1 MILEĘ, 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 biurze zawodów. 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 (NOCNA MILA KONSTYTUCYJNA #LDZ) przyjmowane będą elektronicznie na stronie internetowej <http://www.time4s.pl> (zakładka zapisy) jak również w odnośnikach na stronach promujących wydarzenie do dnia 21.04.2023r. do godz. 23:59:00 (pod warunkiem nie wyczerpania się limitu miejsc). Nie ma możliwości zapisu do biegu w dniu zawodów.
2. Zgłoszenia do biegów towarzyszących (NOCNA MILA KONSTYTUCYJNA #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 21.04.2023r. do godz. 23:59 (pod warunkiem nie wyczerpania się limitu miejsc);
3. Limit zawodników w Biegu Głównym wynosi 200 osób.
4. Limit zawodników w biegu towarzyszącym dla dzieci wynosi 150 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.
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 **49 zł bieg główny (39zł dla osób 60+ rocznik 1963 i starsi), 29zł biegi towarzyszące dla dzieci na konto wykonawcy**
6. Uczestnicy w ramach opłaty startowej otrzymują (we wszystkich biegach):
 - pomiar czasu
 - medal
 - numer zwrotny wraz z chipem
 - zabezpieczenie medyczneDla najlepszych trójek w biegu open (kobiet i mężczyzn) przewidziano nagrody. W biegach KIDS upominki dla pierwszych trójek. Wszyscy uczestnicy otrzymają pamiątkowe dyplomy wraz z uzyskanymi wynikami.
7. Opłatę za uczestnictwo w biegu należy wносить 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 „NOCNA MILA KONSTYTUCYJNA #LDZ”

8. 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 biurze zawodów.
9. Przepisanie pakietu możliwe po wcześniejszej akceptacji przez wykonawcę potwierdzenie takiej zmiany może nastąpić nie później niż do dnia 21.04.2023 (włącznie)
10. Zwrot środków w przypadku rezygnacji może nastąpić nie później niż do dnia 21.04.2023 włącznie z zastrzeżeniem potrącenia opłat związanych z obsługą uczestnika biegu (10% 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 (nagrody rzeczowe)
 - klasyfikacja generalna mężczyzn w Biegu Głównym w ramach Otwartych Mistrzostw Województwa Łódzkiego - decydują sędziowie PZLA (nagrody rzeczowe)
 - dla wszystkich pamiątkowe medale oraz dyplomy
2. klasyfikacja dzieci w biegu dla dzieci. – nagrody dla pierwszych trójek poszczególnych kategorii wiekowych oraz dla wszystkich pamiątkowe medale oraz dyplomy
 - klasyfikacje wiekowe w biegach dzieci
 - K0 i M0 - 2023 - 2019 (160,9m)
 - K1 i M1 - 2018 - 2016 (321,8m)
 - K2 i M2 - 2015 - 2013 (482,7m)
 - K3 i M3 - 2012 - 2011 (643,6m)
4. Każdy z uczestników biegu otrzyma pamiątkowy medal i dyplom 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, szczególnie 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

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 pełnić 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.

HARMONOGRAM ZAWODÓW 03.05.2023

17:00 - 18:00 PRZYGOTOWANIE TRASY BIEGU

18:00 - 19:30 GODZINY OTWARCIA BIURA ZAWODÓW BIEGI TOWARZYSZĄCE

19:00 - 20:30 GODZINY OTWARCIA BIURA ZAWODÓW BIEG GŁÓWNY

*20:00 - 20:10 BIEG TOWARZYSZĄCY (160,9m) - K0, M0

*20:10 - 20:20 BIEG TOWARZYSZĄCY (321,8m) - K1, M1

*20:20 - 20:30 BIEG TOWARZYSZĄCY (482,7m) - K2, M2

*20:30 - 20:40 BIEG TOWARZYSZĄCY (643,6m) - K3, M3

**21:00 START pierwszej serii BIEGU GŁÓWNEGO KOBIETY i MĘŻCZYŹNI

22:00 start ostatniej serii (jeżeli zostanie wyczerpany limit uczestników)

22:10 DEKORACJE BIEGU GŁÓWNEGO

22:30 ZAKOŃCZENIE IMPREZY

*dekoracje biegów dziecięcych odbędą się bezpośrednio po zakończeniu poszczególnych biegów

**biegi w seriach na czas w każdej serii 10 uczestników dopasowanych zgodnie z planowanymi czasami biegu.

