**VII OTWARTE MISTRZOSTWA ZAKOPANEGO W BIEGU POD GÓRĘ 18.07.2020 r.**

**REGULAMIN**

**Patronat honorowy - Burmistrz Miasta Zakopane**

**Organizator - Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Zakopanem Partnerzy: Stacja Narciarska Harenda Polskie Koleje Linowe Stacja Narciarska Szymoszkowa Centralny Ośrodek Sportu w Zakopanem Patronat medialny: Tygodnik Podhalański, tp24.pl**

**TERMIN ZAWODÓW:** 18 lipca (sobota) godz. 8.00 - Bieg na Gubałówkę – start zawodników co 15 sekund /kolejność startu ustala organizator/

godz. 9.30 - Bieg na Stacji Narciarskiej Szymoszkowa – start zawodników co 15 sekund

godz. 11.00 - Bieg na Stacji Narciarskiej Harenda - wyciąg – start zawodników co 15 sekund

godz. 13.00 - Bieg na Wielką Krokiew – start zawodników co 30 sekund /wg kolejności po 3 biegach/

godz. 15.00 - Bieg na Nosal - start zawodników co 30 sekund /wg kolejności po 3 biegach/

**CEL ZAWODÓW:** Promowanie aktywności fizycznej i zachowań prozdrowotnych wśród mieszkańców Zakopanego i turystów. Promowanie miasta Zakopane i Powiatu tatrzańskiego jako miejsca przyjaznego dla biegaczy. Promowanie atrakcyjnych miejsc do uprawiania sportu i rekreacji fizycznej na terenie miasta Zakopane. Wzbogacenie oferty sportowo – rekreacyjnej miasta w sezonie letnim. Zdobycie punktów w klasyfikacji Zakopiańskiej Ligi Biegowej 2020/wg regulaminu ZLB 2020.

**FORMUŁA ZAWODÓW: Zawody składają się z pięciu biegów pod górę: Bieg na Gubałówkę – 1200 metrów/ + 310 metrów przewyższenia (25,8%) – limit na pokonanie trasy 30 min**

**Bieg na Polanie Szymoszkowej – 1200 metrów/ + 270 metrów (22,5%) - limit na pokonanie trasy 25 min**

**Bieg na Harendzie – 600 metrów, /+ 210 metrów (35%) - limit na pokonanie trasy 20 min Bieg na Wielką Krokiew – 260 metrów, /+140 metrów (53,8%)!!! - limit na pokonanie trasy 10 min**

**Bieg na Nosal - długość trasy 690 metrów, przewyższenie 250 metrów (36,2%) - limit na pokonanie trasy 25 min Łącznie: 3950 metrów przy przewyższeniu 1180 metrów (29,9%) Zawody wygrywa zawodnik, którego suma czasów z pięciu biegów jest najniższa.**

**Zawodnikowi, który nie zmieści się w limicie czasu na danej trasie doliczymy 5 min. do limitu. Zawodnik ten zachowa możliwość startu w kolejnych biegach.**

Trasy biegów poprowadzone są po stokach narciarskich - biegi na Harendę i Szymoszkową, szlakiem turystycznym - bieg na Gubałówkę, bieg na Nosal, schodami – Bieg na Wielką Krokiew **Dopuszcza się używanie kijków z wyjątkiem biegu na skocznię.**

**UCZESTNICTWO** 1. Warunkiem udziału w biegu jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub podpisanie oświadczenia o udziale w biegu na własną odpowiedzialność. Zawodnicy niepełnoletni startują za zgodą i na odpowiedzialność rodziców lub opiekunów prawnych. 2. Zawodnik musi okazać w biurze zawodów dowód osobisty, paszport lub legitymację szkolną celem weryfikacji danych osobowych. 3. Wszyscy zawodnicy muszą przestrzegać regulaminu zawodów.

**KLASYFIKACJE**  Klasyfikacja łączna za pięć biegów w kategorii open i w kategoriach wiekowych:

Mężczyźni: Junior /2005 i młodsi/ Senior /2004 - 1981/ Masters /1980 – 1971/ Weteran I /1970 – 1961/ Weteran II /1960 - 1951/

Superweteran /1950 i starsi/

Kobiety: Junior /2005 i młodsze/ Senior /2004 - 1981/ Masters /1980 – 1971/

Weteran /1970 i starsze/

**NAGRODY**

W klasyfikacji końcowej za pięć biegów w kategorii open kobiet i mężczyzn bony upominkowe o wartości: 1 miejsce – 400 złotych 2 miejsce – 300 złotych 3 miejsce – 200 złotych - w kategoriach wiekowych za miejsca 1 – 3 bony upominkowe o wartości 200 / 150 / 100 złotych **Nagrody w kategorii open i w kategoriach wiekowych nie kumulują się.**

**ZGŁOSZENIA do dnia** **15.07.2020**na stronie internetowej: [www.mosir.zakopane.eu](http://www.mosir.zakopane.eu) poprzez panel zgłoszeniowy ( jeżeli limit zawodników nie zostanie wyczerpany). Ustala się limit startujących zawodników na 100.

**W biurze zawodów zapisy nie będą prowadzone.**

*Zawodnicy biorący udział w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych oraz wizerunku dla potrzeb niezbędnych do realizacji zawodów (zgodnie z Ustawą z dn. 29.08.1997 r. o Ochronie Danych Osobowych Dz. Ust. Nr 133 poz.883).*

**WPISOWE** – **za pięć biegów – 120 zł, (**zawodnik uczestniczący w mniej niż pięciu biegach nie będzie uwzględniony w klasyfikacji końcowej cyklu).W przypadku odwołania zawodów organizator zwraca wpisowe pomniejszone o opłatę manipulacyjną (ok 3 zł). Opłata startowa nie może być przeniesiona na innego zawodnika.

Dla zawodników, którzy zapiszą się i uiszczą opłatę startową do 30 czerwca 2020 organizator przewiduje pamiątkowe koszulki. Osobom, które zapiszą się lub dokonają wpłaty po tym terminie nie gwarantujemy koszulek.

**PROGRAM MISTRZOSTW Piątek 17 lipca 2020 18.00 – 20.00**- wydawanie pakietów startowych – muszla koncertowa w Parku Miejskim (**w biurze zawodów nie będą prowadzone zapisy oraz nie będą przyjmowane opłaty**)

**Sobota 18 lipca 2020** 7.00 - 7:30 - wydawanie pakietów startowych – przy dolnej stacji kolejki na Gubałówkę (**w biurze zawodów nie będą prowadzone zapisy oraz nie będą przyjmowane opłaty**)

Ok. godz.18.00 - zakończenie zawodów, wręczenie nagród – **Muszla koncertowa w Parku Miejskim**

**OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH**

Dane osobowe uczestników zawodów będą przetwarzane w celach niezbędnych do przeprowadzenia imprezy. Dane osobowe uczestników biegów będą przetwarzane zgodnie z przepisami określonymi w Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE.

Przetwarzanie danych, o których mowa w ustępie 1 niniejszego paragrafu, w związku z udziałem w zawodach obejmuje także publikację imienia i nazwiska uczestnika wraz z rokiem urodzenia i z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje - w każdy sposób, w jaki publikowany lub rozpowszechniany będzie projekt.  
Uczestnik ma prawo do: żądania od nas dostępu do swoich danych osobowych, prawo ich sprostowania swoich danych osobowych, prawo żądania usunięcia lub ograniczenia przetwarzania swoich danych osobowych, prawo wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania swoich danych osobowych, prawo przenoszenia danych, prawo cofnięcia zgody na przetwarzanie Państwa danych osobowych w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem; prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego.  
Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w zawodach.

**Zawodnik oświadcza że został poinformowany przez organizatora o zagrożeniach dla zdrowia i życia wynikających z udziału w zawodach i godzi się na nie.**

**UWAGI KOŃCOWE**

1. Zawody odbędą się bez względu na pogodę, lecz w trosce o bezpieczeństwo zawodników Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany harmonogramu i regulaminu rozgrywania zawodów. 2. Koszty związane z organizacją zawodów pokrywa MOSiR Zakopane. 3. Pozostałe koszty pokrywają zawodnicy lub jednostki delegujące. 4. Nagrody mogą być odebrane tylko w trakcie dekoracji zwycięzców.

5. Bieg na Nosal odbywa się na terenie Tatrzańskiego Parku Narodowego i zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad obowiązujących na terenie TPN, m.in.: zakaz schodzenia ze szlaku, zakaz wyrzucania śmieci, zakaz płoszenia zwierząt.

**INSTRUKCJA PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW**

1. W biurze zawodów oraz strefach startowych zawodnicy są zobowiązani do zakrywania nosa i ust (maseczka, szalik, buff), ponadto w biurze zawodów obowiązuje dezynfekcja rąk oraz dystans społeczny.
2. W oznaczonej strefie startowej może znajdować się tylko jeden zawodnik, pozostali zawodnicy ustawiają się do startu w odstępach 2 metrowych w wyznaczonych strefach.
3. Zawodnicy startują pojedynczo wg regulaminu.
4. Zdjęcie maski jest możliwe dopiero po przekroczeniu linii startu.
5. Zawodnik wyprzedzający na trasie musi zachować odległość min 2 m, zakazane jest biegnięcie zawodnika jeden za drugim (w odległości mniejszej od 3 m).
6. Za metą obowiązuje zachowanie dystansu społecznego (min 2 m), a przy zjeździe wyciągiem lub kolejką nakaz zakrycia ust i nosa.
7. Organizator nie przewiduje transportu. Osoby, które będą przemieszczały się samochodami z innymi zawodnikami mają obowiązek zakrywania ust i nosa w samochodzie.
8. Zawodnicy mają obowiązek stosowania zaleceń sanitarnych w miejscu rozgrywania zawodów (stoki, COS, TPN).
9. Za nieprzestrzeganie zasad zawodnik otrzymuję ostrzeżenie, karę czasową 30 s, dyskwalifikację.
10. Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc w muszli koncertowej prosimy o udział w dekoracji tylko osoby nagradzane.
11. Zawodnicy zobowiązani są do bezwzględnego stosowania się do poleceń organizatora.
12. Rażące naruszanie zasad reżimu sanitarnego upoważnia organizatora do dyskwalifikacji zawodnika z całego cyklu zawodów.