

**IX ZAKOPIAŃSKI BIEG NIEPODLEGŁOŚCI – DYSTANSE 10KM / 5KM**  
**IMPREZA TOWARZYSZĄCA – MARSZ NORDIC WALKING - 5 KM,**  
**IX ZAKOPIAŃSKI INTEGRACYJNY BIEG NIEPODLEGŁOŚCI – 400 M**

Patronat honorowy – Piotr Bąk - Starosta Powiatu Tatrzańskiego,  
Patronat Honorowy – Leszek Dorula - Burmistrz Miasta Zakopane  
Organizator - Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Zakopanem  
Partner Biegu – Zespół Szkół Ogólnokształcących im. Oswalda Balzera w Zakopanem  
Patronat medialny – Tygodnik Podhalański

### **I. CEL ZAWODÓW**

1. Upamiętnienie 104 Rocznicy Odzyskania Niepodległości.
2. Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu.
3. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.
4. Promocja miasta Zakopane i jego historii.

### **II. TERMIN, MIEJSCE I GODZINY STARTU**

1. Bieg odbędzie się w dniu 11 listopada 2022 r. w Zakopanem.
2. Start będzie na Górnej Równi Krupowej (okolice instalacji ZAKOPANE)
  - godzina 11.30 – start zawodników biegu integracyjnego na dystansie 400 metrów
  - godzina 12.00 – Hymn Polski
  - godzina 12.05 – start zawodników biegu na 5 i 10 km
  - godzina 12.08 – start zawodników Nordic Walking.
3. Trasa będzie oznaczona znakami pionowymi co 1 kilometr.
4. Zakończenie zawodów godzina 14.00

### **III. TRASA, DYSTANS**

1. Trasa (pętla) przebiegać będzie: START w pobliżu instalacji ZAKOPANE- Górna Rówień Krupowa - alejki Górnej Równi Krupowej – poniżej ul. Staszica skręt w prawo w Aleje 3 Maja – skręt w lewo (nawrotka) - Aleje 3 Maja - Krupówki – Zamoyskiego - Makuszyńskiego - skręt w prawo w Piłsudskiego - skręt w lewo w Tetmajera - skręt w lewo w Grunwaldzką – skręt w lewo w Makuszyńskiego - skręt w prawo w Piłsudskiego - Sabały - skręt w lewo w Zamoyskiego - Krupówki - skręt w prawo na wysokości banku w alejki Górnej Równi Krupowej – META w pobliżu instalacji ZAKOPANE. Niedopuszczalne jest skracanie trasy biegu.
2. Biegacze na 10 km pokonują pętlę 2 razy, na dystansie 5 km i nordic walking 1 pętla.
3. Zmiana zadeklarowanego dystansu podczas biegu skutkuje bezwzględną dyskwalifikacją zawodnika.

### **IV. LIMIT I POMIAR CZASU**

1. Łączna liczba Uczestników ograniczona jest do 900 osób.
2. Limit czasu na pokonanie dystansu w biegu i marszu wynosi 1,5 godziny.
3. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie czasu zobowiązani są do zejścia z trasy.
4. Punkty pomiaru czasu rozmieszczone będą na starcie, trasie i mecie. Ominięcie któregośkolwiek punktu kontroli pomiaru czasu spowoduje dyskwalifikację zawodnika.

### **V. ZGŁOSZENIA**

1. Zgłoszeń można dokonywać od dnia 5 października do 8 listopada drogą elektroniczną na stronie internetowej [www.mosir.zakopane.eu](http://www.mosir.zakopane.eu)
2. Pakiety startowe odbierać można w dniach i godzinach pracy biura, zgodnie z Rozdziałem VIII

niniejszego regulaminu.

3. Organizator zastrzega sobie prawo zamknięcia listy startowej / zgłoszeń w momencie przekroczenia limitu ilości zgłoszonych Uczestników biegu. Pierwszeństwo udziału w biegu mają osoby, które zapisały się i uiszczyły wcześniej opłatę startową.

## **VI. UCZESTNICTWO**

1. Prawo uczestnictwa w biegu głównym na 10 km mają osoby w wieku 14 lat /urodzone 10.11.2008/ i starsze, w biegu na 5 km i nordic walking nie obowiązuje limit wiekowy.
2. Wszyscy zawodnicy odbierający pakiet startowy są zobowiązani do złożenia deklaracji uczestnictwa w biurze zawodów.
3. Podpisując deklarację uczestnictwa Uczestnik zaświadcza, że stan jego zdrowia umożliwi mu udział w zawodach oraz, że bierze udział w zawodach na własną odpowiedzialność.
4. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do przedstawienia „Zgody do udziału w Biegu/Marszu” podpisanej przez rodzica lub prawnego opiekuna.
5. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulki startowej. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona.
6. Zawodnicy zobowiązani są poruszać się prawą stroną jezdni.
7. 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, deskorolkach i innych urządzeniach mechanicznych oraz ze zwierzętami.

## **VII. OPŁATY**

1. Opłata startowa za udział w biegach i nordic walking wynosi: dorośli - 50 zł (w biurze zawodów – 100 zł), młodzież szkolna i kategoria Super Weteran - 30 zł ( w biurze zawodów 50 zł), start zawodników w biegu integracyjnym na dystansie 400 metrów jest bezpłatny
2. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.
3. Opłat należy dokonywać przez **panel zgłoszeniowy**.
4. Opłacenie startowego oraz pobranie numeru jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
5. Istnieje możliwość odbioru pakietów przez osoby upoważnione. W takim przypadku osoba odbierająca powinna posiadać upoważnienie podpisane przez Uczestnika biegu.

## **VIII. BIURO ZAWODÓW**

1. Biuro zawodów mieścić się będzie w budynku Zespołu Szkół Ogólnokształcących im. Oswalda Balzera w Zakopanem, ul. Słoneczna 1 i czynne będzie:  
w dniu 10 listopada, w godzinach 15.00 – 18.00 oraz 11 listopada, w godzinach 8.00 – 11.00 /po tej godzinie pakiety nie będą wydawane/

## **IX. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH**

1. Dane osobowe uczestników biegu będą przetwarzane w celach przeprowadzenia biegu oraz klasyfikacji zawodników.
2. Dane osobowe uczestników biegu będą przetwarzane zgodnie z przepisami określonymi w Rozporządzeniu 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.
3. 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.

4. Uczestnik ma prawo do: żądania 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 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.

5. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w zawodach.

## **X. KLASYFIKACJA**

Zawodnicy startujący w **biegu na 10 km** zostaną sklasyfikowani w kategorii open kobiet i mężczyzn oraz w następujących kategoriach wiekowych

|                   |                  |                                      |
|-------------------|------------------|--------------------------------------|
| Junior K/M        | od 14 do 18 lat  | osoby urodzone w latach 2008 - 2004  |
| Senior K/M        | od 19 do 39 lat  | osoby urodzone w latach 2003 - 1983  |
| Masters K/M       | od 40 do 49 lat  | osoby urodzone w latach 1982 – 1973  |
| Weteran I K/M     | od 50 do 59 lat  | osoby urodzone w latach 1972 - 1963  |
| Weteran II K/M    | od 60 do 69 lat  | osoby urodzone w latach 1962 - 1953  |
| Super Weteran K/M | 70 lat i starsze | osoby urodzone w roku 1952 i starsze |

Zawodnicy startujący w **biegu na 5 km** zostaną sklasyfikowani w kategorii open kobiet i mężczyzn oraz w następujących kategoriach wiekowych

|                    |                  |                                      |
|--------------------|------------------|--------------------------------------|
| Junior Młodszy K/M | do 13 lat        | osoby urodzone w roku 2009 i młodsze |
| Junior K/M         | od 14 do 18 lat  | osoby urodzone w latach 2008 - 2004  |
| Senior K/M         | od 19 do 39 lat  | osoby urodzone w latach 2003 - 1983  |
| Masters K/M        | od 40 do 49 lat  | osoby urodzone w latach 1982 – 1973  |
| Weteran I K/M      | od 50 do 59 lat  | osoby urodzone w latach 1972 – 1963  |
| Weteran II K/M     | od 60 do 69 lat  | osoby urodzone w latach 1962 - 1953  |
| Super Weteran K/M  | 70 lat i starsze | osoby urodzone w roku 1952 i starsze |

Zawodnicy startujący w **nordic walking** zostaną sklasyfikowani w kategorii open kobiet i mężczyzn

## **XI. NAGRODY:**

**Biegi na dystansie 5 i 10 km /**

**Kategoria Open Kobiety / Mężczyźni oraz kategorie wiekowe**

miejsca 1 - 3 - STATUETKI

**Nagrody w kategorii open i w kategoriach wiekowych nie dublują się.**

**Marsz nordic walking - kategorii open K i open M – miejsca 1 - 3 STATUETKI**

## **XII. UWAGI KOŃCOWE**

1. Kontakt do organizatora tel. 182066971, 517589080, 182073966, e-mail: [stadion@mosir.zakopane.eu](mailto:stadion@mosir.zakopane.eu)
2. [biuro@mosir.zakopane.eu](mailto:biuro@mosir.zakopane.eu)
2. Organizator zapewnia Uczestnikom opiekę medyczną na czas trwania zawodów.
3. Zawody odbędą się bez względu na pogodę
4. Komisję sędziowską powołuje Organizator.
5. Koszty związane z organizacją zawodów pokrywa MOSiR Zakopane. Pozostałe koszty pokrywają zawodnicy lub jednostki delegujące

**6. Nagrody dla zwycięzców mogą być odebrane tylko w trakcie dekoracji. Nagrody nie będą wydawane innym osobom ani wysyłane pocztą.**

7. Wyniki zawodów zostaną umieszczone na stronie internetowej: [www.mosir.zakopane.eu](http://www.mosir.zakopane.eu)

8. We wszystkich sprawach nieujętych Regulaminem decyduje Organizator Biegu, któremu przysługuje wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu.

9. Bieg jest zaliczany do punktacji Zakopiańskiej Ligi Biegowej: wyniki z biegu na 10 km, 5km – wg rankingu, marsz nordic walking – punkty za udział (10 pkt.).

**Organizator może zmienić zapisy regulaminu dostosowując je do wytycznych związanych ze stanem epidemii.**