

REGULAMIN IMPREZY SPORTOWEJ

BUKOWA DYCHA

w Miastku 26.10.2025



CEL IMPREZY BIEGOWEJ:

1. Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej i prozdrowotnej.
2. Promowanie zdrowego stylu życia.
3. Umożliwienie biegaczom współzawodnictwa.
4. Promocja Miasta i Gminy Miastko.

ORGANIZATOR

Miasteczkie Towarzystwo Sportowe HAMER w Miastku

przy udziale OSIR Miastko. Kontakt do organizatora: mts.hamer@gmail.com

TERMIN I MIEJSCE:

1. Bieg odbędzie się w dniu 26 października 2025 r. (niedziela) o godz. 11.00 w Miastku, w województwie pomorskim.
2. Miejsce startu i mety: Wigwam- kompleks leśny w okolicach Hamera.

DYSTANS, TRASA

1. W ramach imprezy sportowej „BUKOWA DYCHA” zorganizowany będzie:
BIEG GŁÓWNY BUKOWA DYCHA na dystansie: 10,5 km, (trasa nieatestowana),
oraz konkurencja towarzysząca
NRAJD NORDIC WALKING BUKOWA DYCHA na dystansie: 6 km.
2. Trasa poprowadzona jest kompleksem leśnym (droga bita, szutrowa, częściowo utwardzona).
3. Organizator zastrzega możliwość zmiany trasy.
4. Trasa będzie oznaczona i zabezpieczona przez funkcjonariuszy służb oraz wolontariuszy.

KATEGORIE

Zawodnicy będą sklasyfikowani według następujących kategorii:

1. BIEG GŁÓWNY: Kategoria generalna kobiet i mężczyzn (K/OPEN, M/OPEN - miejsca 1-3)
2. BIEG GŁÓWNY: Kategorie wiekowe kobiet (K) i mężczyzn (M)
K / M - 20 16 – 29 lat
K / M - 30 30 – 39 lat
K / M - 40 40 – 49 lat
K / M - 50 50 – 59 lat
K / M - 60 60 – i więcej
3. RAJD NORDIC WALKING: Kategoria generalna kobiet i mężczyzn (K/OPEN, M/OPEN - miejsca 1-3)

NAGRODY I WYRÓŻNIENIA:

1. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą bieg, otrzymają pamiątkowe medale na mecie.
2. Nagroda dla zwycięzców BIEGU GŁÓWNEGO w kategorii generalnej Open (K/M) dla miejsc 1.-3
3. Wyróżnienia dla zwycięzców 1.miejsca w poszczególnych kategoriach wiekowych (K/M) w BIEGU GŁÓWNYM.
4. Nagrody nie dublują się - zawodnik nagrodzony w kategorii generalnej nie jest nagradzany w kategorii wiekowej.
5. Dla zwycięzców RAJDU NORDIC WALKING w kategorii generalnej Open (K/M) dla miejsc 1.-3

UCZESTNICTWO

1. W biegu mogą uczestniczyć biegacze indywidualni, którzy w dniu zawodów ukończą 16-ty rok życia.
2. Zawodnicy powyżej 18 roku życia podpisują własnoręcznie oświadczenie, że są zdolni do biegu, startują na własną odpowiedzialność i nie będą rościć żadnych praw wobec organizatora za własną niedyspozycję do biegu i ewentualne szkody na zdrowiu lub życiu powstałe w wyniku tej niedyspozycji lub przedstawiać zaświadczenie lekarskie o zdolności do udziału w biegach długodystansowych.
3. Zawodnicy w wieku 16-18 lat zobowiązani są do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub opiekunów prawnych, z ich podpisem i nr PESEL. Warunkiem dopuszczenia ich do startu jest obecność

rodzica lub opiekuna wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji zawodnika w biurze zawodów przed startem.

4. Limit Uczestników (**opłaconych zgłoszeń**) w biegu wynosi 150 osób. W przypadku wyczerpania tego limitu Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia zapisów.
5. Za skuteczne zgłoszenie do Imprezy uważa się dostarczenie prawidłowo wypełnionego przez Uczestnika formularza zgłoszeniowego i **wpływ opłaty startowej na konto Organizatora** w określonej niniejszym Regulaminem wysokości i terminie.
6. O udziale w biegu decyduje kolejność zgłoszeń oraz wniesienie opłaty startowej. Opłacone zgłoszenia on-line przyjmowane będą wyłącznie **do dnia 23 października 2025 r.**
7. Za dokonanie zgłoszenia uważa się rejestrację w systemie zgłoszeniowym biegu na stronie i dokonanie wpłaty wpisowego, w wysokości: **70 zł.**
8. Jeśli w zapisach on-line nie został wyczerpany limit uczestników, zgłoszenia mogą być również przyjmowane w biurze zawodów w dniu imprezy od godz. 9.00- 10.30.
9. W miejsce osób zapisanych on-line, które nie odbiorą pakietów w biurze zawodów do godz. 10.30 organizator umożliwia start dodatkowym, niezapisanym on-line zawodnikom, którzy zgłaszają się w dniu biegu.
10. Weryfikacja zawodników, wydawanie numerów startowych z pakietem startowym odbędzie się w dniu zawodów 26.10.2025 r. **w biurze zawodów od godz. 9.00-10.30.**
11. Pobranie numeru startowego przez zawodnika będzie równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu biegu.
12. Pomiar czasu odbędzie się za pomocą chipów. Odbiór chipa możliwy będzie w biurze zawodów wraz z pakietem startowym. Posiadanie chipa jest niezbędne do sklasyfikowania zawodnika. Po zawodach obowiązkowy zwrot chipa (jeśli będzie to wymagane przez firmę prowadzącą pomiar czasu).

OPŁATA STARTOWA

1. Opłata startowa jest przeznaczona na pokrycie kosztów organizacyjnych biegu i nie jest równoznaczna z zakupem pakietu startowego.
2. W ramach opłaty startowej każdy Uczestnik Imprezy otrzyma: ■ numer startowy ■ chip do pomiaru czasu ■ napoje (woda) na trasie i mecie biegu, ■ posiłek regeneracyjny na mecie, ■ pamiątkowy medal na mecie, ■ Pomiar czasu, wyniki zostaną udostępnione na stronie <https://sportowiec.info/index.php/wyniki/>,
3. Opłata startowa raz uiszczona nie podlega zwrotowi, za wyjątkiem przypadku nie odbycia się biegu z przyczyn leżących po stronie organizatora.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Organizator zapewnia na trasie punkty z wodą pitną oraz posiłek regeneracyjny po biegu.
2. Bieg odbędzie bez względu na panujące warunki atmosferyczne.
3. Uczestnicy biegu zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa na trasie biegu, uwzględniając ruch pojazdów.
4. Uczestnicy biegu są zobowiązani do stosowania się do poleceń osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo, służb porządkowych oraz obsługi z ramienia Organizatora.
5. Organizator nie odpowiada za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas zawodów.
6. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany postanowień niniejszego regulaminu dla potrzeb zawodów, o których zobowiązuje się poinformować odpowiednio wcześniej wszystkich uczestników.
7. Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do organizatora.
8. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystywanie wizerunku; w tym na zamieszczanie danych w przekazach telewizyjnych oraz publikacjach prasowych i materiałach organizatora.