

Regulamin
XII bieg NASZA DYCHA
Gostyń, 26 kwietnia 2026 r.

Dystans

- 10 km - atest PZLA;
- Dodatkowo Nordic Walking – 5,5 km.

Cele i założenia biegu

- popularyzacja biegania, jako najprostszej formy rekreacji fizycznej;
- promocja miasta Gostynia;
- propagowanie zdrowego trybu życia wśród lokalnej społeczności.

Organizatorzy

- Gostyńskie Towarzystwo Sportowe CITIUS;
- Profarm M. Frąckowiak.

Termin i miejsce

- Impreza odbędzie się w dniu **26 kwietnia 2026** roku (niedziela) w Gostyniu;
- Start o godz. **12:00**. na stadionie miejskim OSiR przy ulicy Sportowej 1 w Gostyniu;
- Bieg przeprowadzony zostanie na ulicach miasta Gostynia na dystansie 10 km;
- Trasa posiada atest PZLA;
- Oznaczenie trasy - co 1 km.

Zasady uczestnictwa i zgłoszenia

- Ustalony został limit 400 uczestników łącznie z uczestnikami marszu Nordic Walking. Za osobę zgłoszoną uważa się osobę, która wypełniła i przestała formularz zgłoszeniowy oraz dokonała opłaty startowej. W momencie zgłoszenia i opłacenia startowego przez 400 osób lista startowa zostaje zamknięta. Przewiduje się dodatkowe miejsca dla zaproszonych zawodników, gości i sponsorów;
- Opłaty startowe następują on-line jako finalizacja zgłoszenia uczestnictwa;
- Istnieje możliwość przeniesienia wpisowego na innego zawodnika w nieprzekraczalnym terminie do 20 kwietnia. Warunkiem jest zgłoszenie tego faktu organizatorowi biegu.
- W biegu mogą brać udział wszyscy uczestnicy, którzy ukończyli 16 rok życia. Zawodnicy powyżej 18. roku życia podpisują oświadczenie o biegu na własną odpowiedzialność. (Zawodnicy zobowiązani są do przedstawienia zaświadczenia lekarskiego o zdolności do udziału w biegach długodystansowych lub do podpisania oświadczenia udziału na własną odpowiedzialność). Osoby w wieku 16-18 lat (które w dniu biegu tj. 26 kwietnia 2026 r. nie osiągnęły jeszcze pełnoletności) zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, 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;
- Zgłoszenia dokonywane są drogą elektroniczną poprzez wypełnienie formularza zamieszczonego na stronie www.naszadycha.pl i uiszczenie opłaty startowej. Zgłoszenia elektroniczne przyjmowane są od godz. 12.00 – 15 stycznia 2026 r. do północy 19 kwietnia 2026 r. Po tym terminie jeżeli limit uczestników nie zostanie wyczerpany, zgłoszenia przyjmowane będą w sekretariacie zawodów w dniach 25 i 26 kwietnia w godzinach otwarcia biura. **Biuro zawodów w dniu biegu o godzinie 11:30 zostaje zamknięte.** Numery startowe wydawane będą po okazaniu dokumentu tożsamości.

Wysokość opłat

Wpisowe dla wszystkich uczestników wynosi:

- **75 zł** – dla zapisanych na bieg i wszystkich zawodników Nordic Walking, wpłacone na konto organizatora poprzez formularz zgłoszeniowy;
- **100 zł dla biegaczy i Nordic Walking płatne gotówką w biurze zawodów (w przypadku wolnych miejsc) – 25 i 26 kwietnia. W dniu zawodów istnieje możliwość zapisanie się, jednak bez gwarantowanego pakietu startowego (w przypadku wolnych miejsc);**

- Pomiar czasu dokonywany będzie za pomocą chipów. Chip należy umieścić w sznurowadłach buta, bądź na wysokości kostki. Brak chipa podczas biegu skutkować będzie dyskwalifikacją. Po biegu należy wydany chip zwrócić do stanowiska firmy obsługującej pomiar czasu. Brak zwrotu chipa spowoduje brak ujęcia w komunikacie końcowym oraz dyskwalifikację;

Biuro zawodów

- Biuro zawodów mieści się w **na stadionie miejskim przy ul. Sportowej 1 w Gostyniu** czynne w dniu imprezy tj. **26 kwietnia 2026 r. od 10:00 do 11:30**. Biuro zawodów po godzinie **11:30** zostaje zamknięte. W przeddzień zawodów tj. **25 kwietnia 2026 r. biuro czynne będzie w godzinach 19.00-20.00**. W dniach 25 i 26 kwietnia w godzinach pracy biura zawodów możliwa będzie pełna weryfikacja – dowód osobisty lub inny dokument i odebranie numeru startowego oraz chipa.

Klasyfikacja końcowa

Prowadzona będzie klasyfikacja generalna indywidualna OPEN oraz w niżej wymienionych grupach wiekowych:

Mężczyźni:

- M20 mężczyźni 16 - 29 lat
- M30 mężczyźni 30 - 39 lat
- M40 mężczyźni 40 - 49 lat
- M50 mężczyźni 50 - 59 lat
- M60+ mężczyźni 60 lat i powyżej

Najlepszy mieszkaniec Gostynia

Kobiety:

- K20 kobiety 16 - 29 lat
- K30 kobiety 30 - 39 lat
- K40 kobiety 40 - 49 lat
- K50 kobiety 50 - 59 lat
- K60+ kobiety 60 lat i powyżej

Najlepsza mieszkanka Gostynia

- O przynależności do poszczególnych kategorii decyduje rok urodzenia.

Nagrody

W klasyfikacji generalnej OPEN przewidziane są nagrody pieniężne lub rzeczowe:

- W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn za zajęcie **miejsca I – nie mniej niż 1000 zł + premia za rekord biegu 500 zł** i nagrody pieniężne za miejsca **II-V** w wysokości ustalonej przez organizatora.

Rekord biegu: kobiety – 35'27", mężczyźni – 29'35";

- W klasyfikacji w kategoriach wiekowych miejsca I-III otrzymują trofeum lub nagrodę rzeczową;
- W Nordic Walking prowadzona jest klasyfikacja OPEN kobiet i mężczyzn – nagrody – statuetki za miejsca I-III;
- W kategoriach wiekowych nagradzani są zawodnicy i zawodniczki nawet w przypadku uczestnictwa jednej osoby w danej kategorii wiekowej;
- Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą bieg mają zapewniony od organizatora pamiątkowy medal oraz pakiet związany z pomiarem czasu.

Wszystkie nagrody nie dublują się z wyjątkiem mieszkańców Gostynia. Oznacza to, że zawodnik nie może być dekorowany i nagradzany zarówno w klasyfikacji generalnej jak i wiekowej oraz przy przyznawaniu pozostałych nagród pieniężnych. Klasyfikacje następują na podstawie czasu brutto w przypadku 20 pierwszych zawodników kategorii kobiet i mężczyzn oraz netto w pozostałych przypadkach.

Zasady finansowania

- Koszty związane z przeprowadzeniem imprezy pokrywają organizatorzy;
- Zawodnicy przyjeżdżają na koszt własny lub organizacji delegującej.

Postanowienia końcowe

- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę (wyjątek stanowią warunki pogodowe zagrażające życiu uczestników);

- Uczestnicy mają obowiązek zachowania zasad fair-play podczas trwania biegu i na terenie biegu;
- Organizator zastrzega sobie prawo zakończenia przyjmowania zgłoszeń w momencie przekroczenia liczby 400 uczestników;
- Szatnie i depozyty dla uczestników znajdować się będą w budynku OSiR-u;
- Organizatorzy zapewniają opiekę medyczną w trakcie trwania imprezy biegowej, szatnie, depozyt i toalety;
- Organizatorzy nie będą odpowiedzialni za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas imprezy;
- W przypadku stwierdzenia przez Organizatorów skrócenia trasy przez uczestnika, (przebiegnięcie po innej niż wyznaczona trasa), uczestnik zostanie zdyskwalifikowany;
- W przypadku stwierdzenia przez Organizatorów biegu uczestnika bez numeru startowego zamieszczonego na przodzie stroju uczestnik zostanie zdyskwalifikowany;
- Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Uczestnik rejestrując się do biegu przyjmuje do wiadomości, że udział w Biegu NASZA DYCHA wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym;
- Organizator objęty jest ubezpieczeniem OC. Organizator nie zapewnia uczestnikom jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w Biegu NASZA DYCHA'
- Uczestnikom doradza się, jeżeli uznają to za konieczne, zakup stosownego ubezpieczenia na czas udziału w imprezie sportowej;
- Protesty rozstrzyga Dyrektor Biegu - decyzje Dyrektora są nieodwołalne. Protesty będą rozpatrywane w czasie 48 godzin, można je składać do 30 min. po zakończeniu biegu;
- Organizatorzy zastrzegają sobie prawo interpretacji niniejszego regulaminu.

Obowiązek informacyjny:

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 art. 14 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 roku w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (dalej RODO), obowiązującego od 25 maja 2018 r., informuję, iż:

1. Administratorami Pani/Pana danych osobowych są:
 - a. Gostyńskie Towarzystwo Sportowe CITIUS, ul. Strzelecka 27, 63-800 Gostyń. Kontakt z administratorem jest możliwy także za pomocą adresu mailowego: gts.citius@op.pl
2. Dane osobowe przetwarzane będą na podstawie wyrażonej zgody, zgodnie z art. 6 ust. 1 lit. a RODO w celach kontaktowych oraz promocyjnych oraz na podstawie art. 6 ust. 1 lit. b i e – w związku z dokonaniem zgłoszenia oraz w celu dochodzenia ewentualnych roszczeń,
3. Odbiorcami danych osobowych mogą być:
 - a) organy władzy publicznej oraz podmioty wykonujące zadania publiczne lub działające na zlecenie organów władzy publicznej, w zakresie i w celach, które wynikają z przepisów powszechnie obowiązującego prawa, ,
 - b) podmioty realizujące zadania Administratora Danych Osobowych, takie jak: operator pocztowy, bank, dostawca oprogramowania dziedzinowego, firma obsługująca stronę internetową administratora,
 - c) prasa, portale społecznościowe i instytucje współpracujące z naszym ośrodkiem
4. Dane przetwarzane będą na czas trwania realizacji określonego celu lub do czasu wycofania zgody z wniesieniem o usunięcie danych osobowych. W przypadkach, w których wymagają tego przepisy ustawy z dnia 14 lipca 1983 r. o narodowym zasobie archiwalnym i archiwach - przez czas określony w tych przepisach.
5. Ma Pani/Pan prawo żądania od Administratora:
 - a) dostępu do swoich danych oraz otrzymania ich pierwszej kopii,

- b) do sprostowania (poprawiania) swoich danych,
- c) do usunięcia oraz ograniczenia przetwarzania danych na podstawie art. 17 RODO oraz art. 18 RODO,
- d) do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania danych jedynie na zasadach opisanych w art. 21 RODO,
- e) do przenoszenia danych zgodnie z art. 20 RODO,
- f) prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie. Wycofanie zgody nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej wycofaniem.

W celu skorzystania oraz uzyskania informacji dotyczących praw określonych powyżej (lit. a-f) należy skontaktować się z Administratorem lub z Inspektorem Danych Osobowych.

6. Ma Pani/Pan prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego (Urząd Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa), gdy uzna Pani/Pan, że przetwarzanie Pani/Pana danych osobowych narusza przepisy ustawy o ochronie danych osobowych, a od 25 maja 2018 r. Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 roku w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE,

7. Podanie danych kontaktowych oraz wyrażenie zgody na przetwarzanie wizerunku jest dobrowolne. Podanie pozostałych danych, niezbędnych do rejestracji uczestnictwa jest obligatoryjne.

8. Państwa dane mogą być przetwarzane w sposób zautomatyzowany i nie będą profilowane.

W przypadku pytań prosimy o kontakt:

gts.citius@op.pl

Bogdan Paluszkiewicz – dyrektor biegu

ORGANIZATOR