

REGULAMIN
Bieg charytatywny Ława - Kisielice – “Dobro Wraca”
10 grudnia 2023 r. godz. 9:00

I. CEL IMPREZY

1. Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako zdrowej, prostej formy sportu i wypoczynku.
2. Zbiórka podarunków dla wychowanków Domu dla Dzieci Powiatu Ławskiego w Kisielicach.
3. Upowszechnianie wiedzy dotyczącej pieczy zastępczej, promocja rodzicielstwa zastępczego.
4. Promocja biegania jako najprostszej aktywności fizycznej.
5. Promocja Powiatu Ławskiego, Miasta Ława, Gminy Ława, Gminy Kisielice, Miasta Kisielice.

II. PATRONAT HONOROWY

- Przewodnicząca Sejmiku Województwa Warmińsko – Mazurskiego,
- Starosta Ławski,
- Burmistrz Miasta Ława,
- Wójt Gminy Ława,
- Burmistrz Kisielice.

III. ORGANIZATOR

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Ławie, ul. Gen. Wł. Andersa 3a, 14 – 200 Ława

IV. WSPÓŁORGANIZATOR

- Ławscy biegacze,
- Miasto Ława,
- Gmina Ława,
- Gmina Kisielice.

V. TERMIN I MIEJSCE

10 grudnia (niedziela) 2023 r. – teren Miasta i Gminy Ława oraz Gminy Kisielice.
Start biegu: godz. 9:00 – bieg na dystansie ok. 28 km (ulice miasta Ławy i Kisielice, drogi gminy Ława, gminy Kisielice oraz leśne).

Strefy biegacza:

- start przy Szkole Podstawowej w Ząbrowie z chwilą dobiegnięcia pierwszych zawodników z Ławy (około godz. 9.40) – dystans ok. 17 km,
- start w Gałdowie na skrzyżowaniu w centrum wsi z chwilą dobiegnięcia pierwszych zawodników z Ławy (około godz. 10.00) – dystans ok. 13 km,
- start w Łęgowie przy kościele z chwilą dobiegnięcia pierwszych zawodników z Ławy (około godz. 10.50) – dystans ok. 6 km,

1. Przebieg trasy:

Start biegu na Bulwarze im. Jana Pawła II (okolice Hali Widowiskowo – Sportowej), ciąg pieszo-rowerowy wzdłuż ulicy Mickiewicza, następnie pod mostem w kierunku lodowiska, przy basenie, wzdłuż ulicy Sienkiewicza

aż do ronda, przebiegnięcie przez przejście dla pieszych na DK16, wbiegnięcie do lasu w drogę gruntową w kierunku Kamionki Małej, w Kamionce Małej w lewo drogą asfaltową w kierunku Kamionki, biegniemy prosto kierując się na Ząbrowo, w Ząbrowie biegniemy prosto ulicą Kolejową, skręcamy w lewo, pod tunelem na ulicę Dworcową, przy kościele skręcamy w lewo, a następnie na skrzyżowaniu biegniemy w prawo na ulicę Szkolną, następnie kierujemy się w stronę Gałdowa, w Gałdowie biegniemy prosto, przed Owczarnią skręcamy w prawo, dalej prosto, dobiegamy do lasu i dalej biegniemy drogą gruntową, przez miejscowość Stary Folwark, dobiegamy do Łęgowa, przez Łęgowo prosto do skrzyżowania, na którym skręcamy w lewo w kierunku Kisielic, po wbiegnięciu do Kisielic kierujemy się w prawo na ulicę Rolną, następnie w lewo w ulicę Nowomiejską, przez rondo prosto, na skrzyżowaniu w lewo w ulicę Komoniewskiego, następnie w prawo w ulicę Szkolną, w kierunku Domu dla Dzieci, gdzie będzie usytuowana meta.

2. Limit czasu biegu wynosi 3,5 h (słownie: trzy godziny, trzydzieści minut).
3. Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy, zdjęcia numeru. Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosownie do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.
4. Trasa będzie posiadała oznaczenia w formie chorągiewek rozwieszonych w widocznych miejscach trasy.
5. Bieg będzie prowadzony przez kład lub samochód.
6. Cała trasa będzie zabezpieczona przez wolontariuszy miast/wsi przez które będzie przebiegała trasa. Dodatkowo nad zawodnikami będą czuwali członkowie ochotniczej straży pożarnej.
7. Punkty odżywiania.
 - Na trasie będą 3 punktów odżywiania.
 - Na punktach żywieniowych dla zawodników będzie:
 - Herbata
 - Woda
 - Banan
 - Po ukończeniu biegu na mecie zawodnicy otrzymają: wodę, posiłek regeneracyjny.
8. Punkty odświeżania. Na trasie nie przewiduje się punktów odświeżania.
9. Punkty medyczne – Karetka na Mecie/Starcie + Ratownicy Medyczni.
10. Depozyt – Depozyt będzie znajdował się w pobliżu biura zawodów we wszystkich miejscach startu i zostanie przewieziony na miejsce mety w trakcie trwania biegu. Depozytem będzie odpowiednio oznaczony bus/autobus.
11. Przyjmowanie oraz wydawanie rzeczy osobistych pozostawionych w depozycie będzie się odbywać po okazaniu numeru startowego. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione na terenie zawodów, a ponadto za złożony depozyt w przypadku zagubienia numeru startowego.

VI. UCZESTNICTWO

1. W biegu prawo startu mają osoby pełnoletnie. Za pełnoletnią uważa się osobę, która ukończyła 18 lat do dnia 10.12.2023r.

2. Zawodnicy, którzy ukończą 16 lat do dnia 10.12.2023 r. mogą startować w biegu za okazaniem podpisanego oświadczenia – zgody przez rodziców lub opiekunów prawnych.
3. Wszyscy zawodnicy startujący w biegu muszą poddać się weryfikacji w Biurze Zawodów w momencie odbierania numeru startowego. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać aktualny dokument tożsamości ze zdjęciem. **Warunkiem dopuszczenia do biegu będzie przedstawienie przez uczestnika do weryfikacji zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w przedmiotowym biegu lub złożenie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu podpisanego własnoręcznie (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej w sprawie szczegółowych zasad i warunków prowadzenia działalności w dziedzinie rekreacji ruchowej Dz. U. nr 101 poz. 1095 z dn.12.09.2001).**
4. Decyzje lekarza dotyczące dopuszczenia do biegu i jego kontynuowania są ostateczne i nieodwołalne.
5. Uczestnicy imprezy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność, wskazane jest ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.
6. Na trasie biegu nie będzie pomiaru czasu.
7. Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i jest zobowiązany do jego przestrzegania.
8. Zawodnicy na starcie i mecie będą mieć możliwość bezpłatnego korzystania z toalet.
9. Zawodnicy zobowiązani są do udziału w biegu w obuwiu sportowym oraz w schludnym sportowym ubiorze. Dostosowanym do warunków pogodowych.
10. Zawodnicy zobowiązują się nie zostawiać śmieci na trasie biegu, pod groźbą wykluczenia z zawodów.

VII. TRANSPORT DEPOZYTU

1. Od godz. 8:00 do 8:30 w Łławie, od godz. 8.45 do 9.15 w Ząbrowie, od godz. 9.30 do godz. 9.45 w Gałdowie, od godz. 10.15 do 10.30 będzie odbywać się załadunek worków z depozytu do busa/autobusu, który przetransportuje je do Kisielic, odbiór depozytu będzie możliwy przy Domu dla Dzieci Powiatu Łławskiego w Kisielicach po ukończeniu biegu.
2. Około godz. 13:30 z Domu dla Dzieci Powiatu Łławskiego w Kisielicach wyruszy autobus do Łławy dla zawodników z przystankami w Gałdowie i Ząbrowie.

VIII. ZALECENIA ORGANIZATORA ODNOŚNIE SPRZĘTU SPORTOWEGO

1. Organizator biegu zaleca, aby posiadać w trakcie biegu:
 - Naładowany telefon,
 - Folię termiczną,
 - Kurtkę przeciw wiatrową,
 - Bieliznę termoaktywną,
 - Plecak biegowy lub nerkę.

IX. ZGŁOSZENIA.

1. Biuro biegu Łława - Kisielice „Dobro Wraca” zlokalizowane będzie w Hali sportowo – widowiskowej w Łławie ul. Niepodległości 11b oraz w miejscach startu stref biegacza tj. przy Szkole Podstawowej w Ząbrowie, przy kościele w Gałdowie, przy kościele w Łłgowie.

2. Zgłoszenia przyjmowane są: przez Internet na stronie www.pcprilawa.pl poprzez wypełnienie i wysłanie formularza zgłoszeniowego do dnia 1 grudnia 2023r., decyduje data wpływu zgłoszenia lub wyczerpania limitu 200 miejsc dla uczestników.
3. Uczestnicy nie wnoszą opłaty startowej, bieg ma charakter charytatywny.
4. Zgłoszenie uważa się za zgodne z regulaminem i ważne w przypadku prawidłowego wypełnienia formularza rejestracyjnego zamieszczonego na stronie internetowej www.pcprilawa.pl.
5. W ramach uczestnictwa zawodnicy otrzymają
 - okolicznościowe medale wykonane ręcznie przez dzieci z Domu dla Dzieci Powiatu Iławskiego w Kisielicach,
 - numer startowy,
 - wodę przed biegiem, jak i bezpośrednio po zakończeniu biegu.
6. Wydawanie numerów startowych oraz pakietów startowych odbywać się będzie w Biurze Zawodów w dniu biegu 10.12.2023 w godzinach 7:30 – 8:30 w Hali sportowo – widowiskowej w Iławie ul. Niepodległości 11b oraz w miejscach startu stref biegacza tj. przy Szkole Podstawowej w Ząbrowie w godz. 8.30 – 9.30, przy kościele w Gałdowie w godz. 9.00 – 10.00, przy kościele w Łęgowie w godz. 9.30 – 10.30.

XV. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Bieg charytatywny Iława - Kisielice „Dobro Wraca” odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Odwołanie imprezy może zostać ogłoszone z powodów zaostreń wywołanych z powodu silnych wiatrów powodujących wiatrołomy i bark zgody na udostępnienie dróg ze względów bezpieczeństwa.
3. Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do koszulki z przodu na klatce piersiowej.
4. Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych Powiatu Iławskiego/ Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Iławie, a także wyrażają zgodę na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i promocyjnych imprezy.
5. Pobranie numeru startowego jest jednoznaczne z przyjęciem regulaminu.
6. Organizator nie ubezpiecza uczestników od nieszczęśliwych wypadków, którzy biorą udział w Biegu. Każdy zawodnik bierze udział w biegu na własną odpowiedzialność i nie może z tego tytułu wnosić żadnych roszczeń w stosunku do Organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
7. Po upływie limitu czasu biegu tj. po 3,5 godzinach każdy zawodnik przebywający na trasie jest traktowany jak zwykły uczestnik ruchu drogowego.
8. W razie pytań i problemów prosimy o kontakt z przedstawicielem Organizatora Biegu, Joanną Mazurkiewicz pod adresem e-mail: joanna.mazurkiewicz@pcprilawa.pl.
9. Organizator zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których zobowiązany jest poinformować wszystkich uczestników w formie komunikatów pisemnych wywieszonych na tablicy ogłoszeń obok Biura Zawodów, przed rozpoczęciem imprezy, lub informacjami na portalach społecznościowych na których udostępniane są aktualności biegu.

Klauzula informacyjna w zakresie przetwarzania danych osobowych.

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 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 (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016, str. 1), dalej „RODO”, Zamawiający informuje, że:

- administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Łławie;
- inspektorem ochrony danych osobowych w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Łławie jest Pan Jarosław Góral, kontakt: adres e-mail iod@jgconsulting.net.pl; telefon 794687820;
- Pani/Pana dane osobowe przetwarzane będą na podstawie art. 6 ust. 1 lit. c RODO w celu związanym z organizowaną imprezą;
- odbiorcami Pani/Pana danych osobowych będą osoby lub podmioty, którym udostępniona zostanie dokumentacja postępowania w oparciu o zapisy ustawy o dostępie do informacji publicznej;
- Pani/Pana dane osobowe będą przechowywane, zgodnie z rzeczowym wykazem akt obowiązującym w PCPR w Łławie;
- w odniesieniu do Pani/Pana danych osobowych decyzje nie będą podejmowane w sposób zautomatyzowany, stosowanie do art. 22 RODO;
- posiada Pani/Pan:
 - na podstawie art. 15 RODO prawo dostępu do danych osobowych Pani/Pana dotyczących;
 - na podstawie art. 16 RODO prawo do sprostowania Pani/Pana danych osobowych;
 - na podstawie art. 18 RODO prawo żądania od administratora ograniczenia przetwarzania danych osobowych z zastrzeżeniem przypadków, o których mowa w art. 18 ust. 2 RODO;
 - prawo do wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, gdy uzna Pani/Pan, że przetwarzanie danych osobowych Pani/Pana dotyczących narusza przepisy RODO;
- nie przysługuje Pani/Panu:
 - w związku z art. 17 ust. 3 lit. b, d lub e RODO prawo do usunięcia danych osobowych;
 - prawo do przenoszenia danych osobowych, o którym mowa w art. 20 RODO;
 - na podstawie art. 21 RODO prawo sprzeciwu, wobec przetwarzania danych osobowych, gdyż podstawą prawną przetwarzania Pani/Pana danych osobowych jest art. 6 ust. 1 lit. c RODO.