



KASZUBSKI BIEG LESOKÓW – 5 KM

KASZUBY BIEGAJĄ 2020

Szemud 15.08.2020r. godz.11:30

Wstęp

1. W świetle bieżących wydarzeń oraz zmian dotyczących COVID-19 oraz świadomości bólu i troski uważamy, że możemy swoim zaangażowaniem dostarczyć pomysłów i inspiracji aby walczyć o zdrowie fizyczne i psychiczne dla nas oraz naszej społeczności.
2. Choć są to czasy bezprecedensowe dla nas wszystkich, chcemy, abyście wszyscy wiedzieli, że Wasze dobre samopoczucie jest dla nas najważniejsze. Społeczność Wspaniałych Biegaczy opiera się na przekonaniu o wzajemnym wsparciu w obliczu przeciwności losu. Jesteśmy przekonani, że jeśli będziemy pracować razem, wyjdziemy z tego silniejsi i bardziej odporni niż weszliśmy.
3. Chcemy pomóc zmotywować Ciebie i Twoich znajomych do zachowania formy ze względu na obecne okoliczności, w których wszyscy jesteśmy. To wyzwanie polega na zmuszeniu cię do aktywności fizycznej. Pamiętaj razem możemy to pokonać. Zachowajmy spokój i rozważę!
4. Obserwuj komunikaty dotyczące pandemii i dostosuj się do obowiązujących przepisów www.gov.pl/web/koronawirus/aktualne-zasady-i-ograniczenia.

Wytyczne co do przebiegu cyklów

1. Wszystkie biegi odbędą się w opcji „hybrydowej” mieszanej tzn. każdy uczestnik ma do wyboru dwie opcje: stacjonarną lub wirtualną w dowolnej lokalizacji (opcję należy wybrać przy rejestracji). W przypadku skrajnym (obostrzenia sanitarne) cykle zostaną zrealizowane w sposób wirtualny. Decyzję podejmuje Organizator.
 2. Biegi wirtualne zaleca się pokonać w terminach podanych w kalendarzu, dopuszcza się jednak wydłużony termin (5 dniowy od piątku do wtorku). Bieg zalicza się jako ukończony po przesłaniu raportu na: www.kaszubybiegaja.pl/przeslij-wynik
 3. Aby uniknąć zamieszania co do opcji pokonania biegu (stacjonarnie lub wirtualnie), informujemy, że raz dokonana rejestracja może ulec zmianie na 10 dni przed określoną datą biegu za dodatkową opłatą 10 zł (wpływy zostaną przekazane w grudniu 2020 r. na cele charytatywne)
 4. Statua **KASZUBSKI STOLEM**
Aby otrzymać statuę należy pokonać wszystkie biegi cyklu, stacjonarnie, wirtualnie lub w opcji mieszanej.
 5. Aby być sklasyfikowany w klasyfikacji generalnej określonej na podstawie regulaminu CKB 10, więcej, www.cyklkb.pl/regulamin
CKB 5, więcej, www.kaszubybiegaja.pl/na5
należy, ukończyć 9 biegów w opcji stacjonarnej.
 6. Biegi w opcji wirtualnej - Nagrody i świadczenia dla zawodników
 - o wyjątkowy medal z wydarzenia
 - o numer startowy
 - o pamiątki do wyboru (koszulka, buff chusta, kubki itp.)
 - o losowanie nagród środa godz. 20:00 po danym biegu (na żywo)
 7. Podsumowanie Cyklów nastąpi podczas Gali Kaszuby Biegają w styczniu 2021
 8. Cykl Nordic Walking z KB (23 marsze), kto ukończy min. 18 marsze stacjonarnie lub wirtualnie lub opcją mieszaną otrzyma **STATUĘ REMUSA NW**. więcej www.kaszubybiegaja.pl/nw-regulamin.
 9. Cykl Małe Kaszuby Biegają (MKB) zostaje przeniesiony na 2021r.
 10. Uwagi końcowe
 - o Można dopisać się jeszcze na cały cykl KB10
 - o Formuła imprezy pozwala na skuteczne przeprowadzenie poszczególnych cykli
 - o Na biegi w opcji stacjonarnej mogą zostać wprowadzone limity uczestników
 - o W biegach wirtualnych dopuszcza się bieg po bieżni mechanicznej.
 - o W związku z Covid – 19, w miarę zmniejszania obostrzeń będziemy dostosowywać formułę na poszczególne imprezy biegowe.
- Każdy Uczestnik powinien mieć ze sobą przez cały czas trwania imprezy maseczkę – obowiązuje jej użycie w strefie startu oraz w miejscach gdzie nie ma możliwości zachowania 2 m dystansu od innych osób

Szczegółowy regulamin imprezy, określający w szczególności zasady zachowania uczestników imprezy istotne dla bezpieczeństwa ruchu drogowego

Regulamin

I Cel

- Promocja urokliwych terenów Gminy Szemud
- Promocja Powiatu Wejherowskiego
- Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu, profilaktyka chorób cywilizacyjnych.

II Organizator

- Kaszubskie Stowarzyszenie Kultury Fizycznej

Współorganizator

- Urząd Gminy Szemud
- Gminne Centrum Kultury, Sportu i Rekreacji w Szemudzie

Kontakt:

Dyrektor biegu: Henryk Miotk - 505 248 026

e-mail: kaszubybiegaja@op.pl

Oficjalna strona biegu cyklkb.pl

III Termin i miejsce biegu

15.08.2020r. (sobota), godz. 11:30

Biuro Zawodów, szatnie, natryski - Szemud, hala sportowa, ul. Szkolna
czynne od godz. 8:30

Start i Meta; Szemud, hala sportowa, ul. Szkolna

IV Trasa biegu głównego

1. Dystans biegu to 5 km.
2. Na trasie umiejscowiony będzie punkt z wodą (5km) .
3. Trasa urozmaicona, widokowa, drogi szutrowe, leśne. Limit czasu na pokonanie trasy wynosi 1,5 godziny.
4. Odcinki biegu prowadzące drogami publicznymi zostaną zabezpieczone przez funkcjonariuszy n.w. służb i odbędą się przy częściowym i czasowym ograniczeniu ruchu drogowego. Mimo tego, wszyscy uczestnicy biegu zobowiązani będą do zachowania szczególnej ostrożności, a także stosowania się do poleceń osób z obsługi technicznej biegu, Policji oraz Straży Pożarnej;
- 5 Uczestnicy biegu są zobowiązani do przestrzegania zasad ruchu drogowego.
6. Trasa będzie oznaczona co 1 km.

V Klasyfikacja

- Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn: miejsca I - VI.

Kategorie:

- K (0-29 lat) M (0-29 lat)
 - K (30-39 lat) M (30-39 lat)
 - K (40-49 lat) M (40-49 lat)
 - K (50-59 lat) M (50-59 lat)
 - K (60 i więcej) M (60 i więcej)
- Trzy najlepsze zawodniczki i trzech najlepszych zawodników z Gminy Szemud

VI Pomiar czasu

Pomiar czasu i ustalenie kolejności, odbywa się za pomocą systemu chipów pasywnych. Zawodnik pobiera chip w biurze zawodów bezpłatnie i bez kaucji. Posiadanie chipa jest warunkiem startu w biegu i sklasyfikowania w komunikacie końcowym. Uwaga! Niewłaściwe zamocowanie chipa może spowodować niesklasyfikowanie zawodnika. Chip powinien być zamontowany do buta. Oficjalnym czasem zawodników jest czas brutto.

VII Nagrody i świadczenia dla zawodników

Uczestnik biegu otrzyma numer startowy oraz chip. Po biegu organizator zapewnia pamiątkowy medal, ciepły posiłek oraz napoje.

Zawodnicy, którzy zdobędą nagrody w klasyfikacji generalnej, nie zostaną nagrodzeni w kategoriach wiekowych.

- W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn organizator przewiduje puchary lub statuetki za miejsca I - VI, nagrody finansowe za miejsca I – III, nagrody rzeczowe miejsca IV - VI.
- Puchary lub statuetki w kategoriach za miejsca I-III
- Trzy najlepsze zawodniczki i trzech najlepszych zawodników z terenu Gminy Szemud otrzymują puchary lub statuetki.

VIII Zgłoszenia do biegu

Zgłoszenia można dokonać elektronicznie do dnia 12.08.2020r.
na stronie zapisy.info oraz w dniu zawodów
tj. 15.08.2020r. w godz. 8:30–10:00

IX Sprawy finansowe

Opłata startowa wynosi:

- 33 zł dla osób, które dokonały opłaty do dnia 31.12.2019r. (data wpływu)
- 37 zł dla osób, które dokonały opłaty do dnia 27.07.2020r. (data wpływu)
- 47 zł dla osób, które dokonały opłaty do dnia 12.08.2020r. (data wpływu)
- 55 zł dla osób w dniu zawodów.(wpłata w biurze zawodów)

Opłat należy dokonywać z dopiskiem „SZEMUD 5 KM” na rachunek bankowy:

Kaszubskie Stowarzyszenie Kultury Fizycznej
83-330 Żukowo, Gdyńska 1
Konto BGŻ 96 2030 0045 1110 0000 0262 8920

W tytule przelewu prosimy wpisać imię i nazwisko osoby startującej oraz adres zamieszkania.

- W przypadku opłat startowych wniesionych na konto Organizatora po 12.08.2020 r. konieczne będzie przedstawienie przy weryfikacji w Biurze Zawodów dowodu wpłaty w formie wydruku.
- Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. Nie ma możliwości przeniesienia raz wniesionej opłaty na innego uczestnika.
- Istnieje możliwość wniesienia opłaty startowej za większą liczbę Uczestników na jednym blankiecie wpłaty (jednym przelewem). W tym wypadku w dopisku (w tytule przelewu) należy wpisać "Opłata grupowa" oraz Imiona i Nazwiska wszystkich osób zgłaszanych do biegu

X Uczestnictwo

- w celu weryfikacji każdy zawodnik musi zgłosić się osobiście do biura zawodów wraz z dowodem osobistym,
- zawodnik niepełnoletni musi przedstawić pisemną zgodę rodziców lub prawnych opiekunów na udział w biegu oraz zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla celów weryfikacji i umieszczeniu w komunikacie końcowym (z numerem dowodu tożsamości i adresem zamieszkania) oraz zaświadczenie lekarskie o zdolności do udziału w zawodach,
- każdy zawodnik pełnoletni startuje na swoją odpowiedzialność co potwierdza złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu,
- każdy zawodnik wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla celów weryfikacji i umieszczeniu w komunikacie końcowym, a także dla celów marketingowych biegu oraz cyklu Kaszuby Biegają,
- każdy zawodnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem i zobowiązany jest do jego przestrzegania,
- pobranie numeru startowego jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.

XI Dane osobowe

1. Administratorem danych osobowych jest Kaszubskie Stowarzyszenie Kultury Fizycznej, 83-330 Żukowo, ul. Gdyńska 1, NIP: 5892011084
2. Dane osobowe uczestników biegu będą przetwarzane w celach, zakresie i przez okres niezbędny dla organizacji, przeprowadzenia promocji, wyłonienia zwycięzców i odbioru nagród.
3. Dane osobowe uczestników będą wykorzystywane zgodnie z warunkami określonymi w rozporządzeniu 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 (OJ L 119, 4.5.2016, p. 1–88, RODO), ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (t.j. z 2016 r. poz. 922., UODO), polskimi przepisami przyjętymi w celu umożliwienia stosowania RODO, innymi obowiązującymi przepisami prawa oraz niniejszym Regulaminem.
4. Administrator danych osobowych nie przekazuje danych do państwa trzeciego/organizacji międzynarodowej. Dane osobowe uczestników nie będą podlegać zautomatyzowanemu przetwarzaniu, w tym profilowaniu.
5. Podstawę przetwarzania Pani/Pani danych osobowych stanowi art. 23 ust. 1 pkt 3 UODO oraz art. 6 ust. 1 lit b) RODO – realizacja umowy (akceptacja Regulaminu i zgłoszenie udziału w biegu stanowi zawarcie umowy) oraz art. 23 ust. 1 pkt 1 UODO i art. 6 ust. 1 lit. a) RODO – dobrowolna, jednoznaczna, świadoma i konkretna zgoda osoby, której dane dotyczą.

6. Uczestnikom przysługują prawa do: a) dostępu do danych, b) sprostowania danych, c) usunięcia danych, d) ograniczenia przetwarzania danych, e) cofnięcia wyrażonej zgody na przetwarzanie danych w postaci wizerunku w dowolnym momencie, co uniemożliwi jednak udział w biegu. Uczestnikom przysługuje również prawo do wniesienia skargi do Generalnego Inspektora Ochrony Danych Osobowych (a od 25 maja 2018 r. Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych) na przetwarzanie ich danych przez Administratora. Realizacja uprawnień, o których mowa powyżej może odbywać się poprzez pisemne wskazanie swoich żądań przesłane na adres Administratora.
7. Przetwarzanie danych, o których mowa w ust. 2 niniejszego paragrafu w związku z udziałem w biegu obejmuje także publikację imienia i nazwiska uczestnika wraz z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje – w każdy sposób, w jaki publikowany lub rozpowszechniany będzie projekt. Organizator ma również prawo opublikować imię i nazwisko uczestnika wraz z jego datą urodzenia, nazwą klubu i miejscowością, w której zamieszkuje, na liście startowej biegów oraz w wynikach zawodów publikowanych w Internecie i w miejscu rozgrywania biegu.
8. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w biegu.

XI Postanowienia końcowe

1. Uczestnik poprzez zgłoszenie do biegu oświadcza, że zapoznał się z regulaminem imprezy;
2. Uczestnik rejestrując się do biegu przyjmuje do wiadomości, że udział w Biegu pn. KASZUBSKI BIEG LESOKÓW 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.
3. 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 pn. KASZUBSKI BIEG LESOKÓW. Natomiast, uczestnikom doradza się, jeżeli uznają to za konieczne, zakup stosownego ubezpieczenia na czas udziału w imprezie sportowej NNW.
4. Uczestnik oświadcza, że wiadomym jest dla Niego iż organizator, i osoby z nim współpracujące, a także osoby związane z przeprowadzeniem i organizacją imprezy nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpiły przed, w trakcie lub po zawodach.
5. Uczestnik oświadcza, że startuje na własną odpowiedzialność i własne ryzyko.
6. Uczestnik oświadcza, że ponosi odpowiedzialność cywilną i prawną za wszystkie wyrządzone przez siebie szkody innym uczestnikom zawodów oraz osobom trzecim.
7. Uczestnik oświadcza, że wyrzeka się prawa do dochodzenia prawnego lub zwrotnego od organizatora w razie wypadku lub kolizji powstałych w związku z zawodami.
8. Uczestnik oświadcza, że przyjmuje do wiadomości, iż w razie kolizji lub wypadku nie może wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora.
9. Uczestnik oświadcza, że przyjmuje do wiadomości, iż należy przestrzegać zarządzeń służb porządkowych oraz warunków regulaminu.
10. Uczestnik oświadcza, że stan zdrowia pozwala mu na uczestnictwo w zawodach sportowych.
11. Uczestnik wyraża zgodę na publikację zdjęć z imprezy ze swoim wizerunkiem w szczególności w Internecie.
12. Uczestnik swoim podpisem złożonym na oświadczeniu zapewnia, że wypełnił formularz zgłoszeniowy zgodnie z prawdą oraz kompletnie.
13. W przypadku stwierdzenia przez Organizatorów skrócenia trasy oraz podania niewłaściwych danych przez uczestnika, uczestnik zostanie zdyskwalifikowany.
14. Protesty rozstrzyga organizator zawodów – decyzje organizatora są nieodwołalne. Protesty będą rozpatrywane w czasie 48 godzin.
15. Zawody zostaną rozegrane bez względu na warunki atmosferyczne.
16. Nagrody nie odebrane przez uczestników danego biegu po 14 dniach zostają przekazane na inne cele.

Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do dokonywania koniecznych zmian w treści regulaminu oraz jego interpretacji.