



**REGULAMIN BIEGÓW MŁODZIEŻOWYCH
BIEGAMY POTĘŻNIE
Ciechocinek, 13 września 2025 r.**



I. Organizatorem i jednocześnie głównym sponsorem biegu są:

- a) Gmina Miejska Ciechocinek
- b) Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ciechocinku
- c) Uzdrowisko Ciechocinek S.A.

II. Współorganizatorami biegu są:

- a) Powiatowy Komendant Państwowej Straży Pożarnej
- b) Towarzystwo Przyjaciół Ciechocinka

III. Cel imprezy:

- popularyzacja i upowszechnienie biegania jako formy sportu i rekreacji ruchowej,
- przedstawienie walorów rekreacyjnych Ciechocinka,
- promocja Ciechocinka.

IV. Termin i miejsce:

13 września 2025 roku – godzina 9:00, Park Zdrojowy – obok Muszli Koncertowej.

V. Warunki uczestnictwa:

W zawodach mogą uczestniczyć młodzież i dzieci z roczników 2010 i młodszy. Biegi odbędą się na następujących dystansach i w kategoriach wiekowych (klasyfikacja osobno dla dziewcząt i chłopców):

- **2018 i młodszy** - 250 m dziewczęta i chłopcy,
- **2015 - 17** (kl. I-III szk. podstawowej) - 400 m dziewczęta i chłopcy,
- **2012-14** (kl. IV-VI szk. podstawowej) - 600 m dziewczęta, 600 m chłopcy,
- **2010-2011** (kl. VII-VIII szk. podstawowej) - 600m dziewczęta, 800 m chłopcy,
- podpisując oświadczenie o udziale w biegu uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych przez Administratora danych osobowych w rozumieniu Ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2016r., poz. 922 j.t. ze zm.), którym jest Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ciechocinku ul. Tętniowa 6 dla celów organizacji „Biegów Młodzieżowych Biegamy Potężnie”, oraz wykorzystanie ich wizerunku w celu promocji „Biegów Młodzieżowych Biegamy Potężnie”, dokumentowania zawodów. Osoby biorące udział w „Biegu Młodzieżowym Biegamy Potężnie”, przyjmują do wiadomości, że podanie danych osobowych jest dobrowolne jednak niezbędne do uczestnictwa w „Biegu Młodzieżowym Biegamy Potężnie”,
- podczas biegu wszyscy uczestnicy zobowiązani są posiadać numery startowe przymocowane z przodu koszulki startowej.

VI. BIURO ZAWODÓW

Biuro zawodów obok Muszli Koncertowej czynne w dniu zawodów od godziny 8:00.

VII. ZGŁOSZENIA

Zgłoszeń do biegu na **kartach zgłoszeniowych** można dokonywać w dniu imprezy w biurze zawodów w Parku Zdrojowym w godzinach 8:00 - 8:45

WAŻNE! Uczestnicy muszą posiadać zgodę rodziców (opiekunów prawnych) na udział w biegu.

VIII. PROGRAM IMPREZY

- 8:00 – 8:45 - przyjmowanie i weryfikacja zgłoszeń, rozdanie numerów startowych
- 9:00 – oficjalne otwarcie biegów młodzieżowych,
- 9:05 – 2018 i młodszy - 250 m dziewczęta,
- 9:10 – 2018 i młodszy - 250 m chłopcy,
- 9:15 – 2015 - 17 (kl. I-III szk. podstawowej) – 400 m dziewczęta,
- 9:15 – 2015 - 17 (kl. I-III szk. podstawowej) – 400 m chłopcy,
- 9:20 – 2012-14 (kl. IV-VI szk. podstawowej) – 600 m dziewczęta,
- 9:20 – 2012-14 (kl. IV-VI szk. podstawowej) – 600 m chłopcy,

9:25 – 2010-2011 (kl. VII-VIII szk. podstawowej) – 600m dziewczęta, 800 m chłopcy,

9:40 - dekoracja zwycięzców wszystkich kategorii.

W przypadku niewielkiej ilości uczestników w danej kategorii wiekowej organizatorzy dopuszczają możliwość łączenia biegów, ale z prowadzeniem osobnej klasyfikacji dla dystansów i kategorii wiekowych, jak również wcześniejszego rozpoczęcia biegu.

IX. TRASA BIEGU

Trasa biegu przebiega alejkami Parku Zdrojowego.

X. NAGRODY

Nagrody rzeczowe, puchary, medale dla 3 pierwszych miejsc w każdej kategorii. Koszulki i medale dla uczestników.

XI. OPIEKA MEDYCZNA

Opiekę medyczną zapewnia organizator.

XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- a) obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników.
- b) organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki.
- c) uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Przekazanie organizatorowi prawidłowo wypełnionego formularza rejestracyjnego oznacza, że uczestnik/opiekun rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność. Uczestnik zapoznał się z regulaminem „Biegów Młodzieżowych Biegamy Potężnie” i w pełni akceptuje jego postanowienia oraz zobowiązuje się do ich przestrzegania.
- d) uczestnik posiada aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w biegu lub podpisze własnoręcznie oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.
- e) organizator zaleca uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegu.
- f) organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w regulaminie. Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora. O zmianach w regulaminie organizator będzie informował na stronie internetowej biegu. Sprawy nie objęte regulaminem rozstrzyga organizator.
- g) zapisy do poszczególnych biegów są równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.