

REGULAMIN

XVI BIEG WEDŁA

w ramach XXV ZIMY NA PRADZE

pod honorowym patronatem
Burmistrza Dzielnicy Warszawa Praga Półd.



Warszawa - Park Skaryszewski, 30 stycznia 2021

biegwedla.pl

wersja 6b z dnia 14.01.2021

REGULAMIN XVI BIEG WEDLA

1. CEL

- uczczenie 170 rocznicy powstania zakładów E.WEDEL
- uczczenie jubileuszowej edycji XXV ZIMY na PRADZE
- uczczenie XXX rocznicy założenia Gazety MIESZKANIEC
- popularyzacja różnych form aktywnego sposobu spędzania wolnego czasu w celu podniesienia własnej odporności fizycznej,
- propagowanie zdrowego trybu życia, aktywnego wypoczynku i rekreacji wśród mieszkańców Warszawy,
- promocja walorów krajoznawczych Parku Skaryszewskiego im. Ignacego Jana Paderewskiego, najładniejszego parku w Polsce i trzeciego w Europie oraz terenów Kamionka

2. ORGANIZATOR

Oddział PTTK Warszawa Praga im. Z. Glogera oraz HKT „TREP” PTTK, Komisja Imprez na Orientację,

Al. Stanów Zjednoczonych 24, 03-964 Warszawa, praga.warszawa.pttk.pl, trepklub.waw.pl

Kierownik Biegu – Andrzej Krochmal tel. 605 403 929 andrzej_krochmal@wp.pl

Współpraca: Fundacja Trzy Kroki, Sklep Biegacza

3. PATRONAT HONOROWY

Burmistrz Dzielnicy Warszawa Praga Południe

Radny m. st. Warszawy – Paweł Lech

Radna Dzielnicy Warszawa Praga Płd. – Katarzyna Olszewska

Rada Osiedla Kamionek

4. PARTNER TYTULARNY: E.WEDEL

5. PATRONAT MEDIALNY: Gazeta „Mieszkaniac”

6. TERMIN I MIEJSCE

30 stycznia 2021 r. (sobota), Warszawa Park Skaryszewski – na placu za muszlą koncertową i obiekty KS „Drukarz” w pobliżu ul. Międzynarodowej.

UWAGA: Niniejszy regulamin reguluje zasady organizacji wydarzeń sportowych, o ile nie zostanie wprowadzony zakaz organizacji wydarzeń sportowych, ani nie zostanie zmniejszony limit uczestników tych imprez.

W przypadku :

- a) wprowadzenia zakazu organizacji imprez sportowych czy jakichkolwiek innych restrykcji uniemożliwiających ich przeprowadzenie, bieg zmieni swój charakter na **BIEG WIRTUALNY**,
- b) zmniejszenia limitu uczestników wydarzeń sportowych poniżej już zaproponowanych, organizator podzieli startujących na mniejsze grupy z inną godziną/minutą startową.

Jeśli nie uda się dotrzymać wymaganych warunków startowych, które uniemożliwią organizację biegu w ciągu jednego dnia, impreza zmieni charakter na **BIEG WIRTUALNY**.

BIEG WIRTUALNY to taki, w którym uczestnicy będą biegali indywidualnie z własnym pomiarem czasu, najlepiej na tej samej trasie w parku (zgodnie z zamieszczoną mapką) lub innej wybranej przez siebie trasie o podobnej długości w dniach 30.01-7.02.2021 r. i

prześłą swój wynik do organizatora. Odbiór pakietu odbędzie się w biurze w dniu biegu lub w dniach 30.01.-7.02.2021 r. w miejscu podanym przez organizatora.

Osoby, które dokonują rejestracji do biegu akceptują ryzyko zmiany na imprezę wirtualną z ewentualną zmianą programu minutowego oraz deklarują, że nie będą występowały o zwrot opłaty startowej z tego powodu.

Apelujemy do uczestników, żeby nie dokonywali rejestracji do biegu jeśli nie akceptują możliwości zmiany formuły na bieg wirtualny.

7. PROGRAM

25.01-29.01.2021 r. (pn.-pt.) – odbiór numerów startowych z chipem oraz buffa (z koszulką jeśli była opłacona) w Sklepie Biegacza ul. Wybrzeże Kościuszkowskie 45A Warszawa Powiśle (obok Centrum Nauki Kopernik) w godz. 11.00-20.00

30.01.2021 r. (sobota) Start o godz.:

- 10.00 – start NW, O-run
- 11.00 – start trasy C-1 (pierwsza grupa – szybka), BnO
- 11.02 – start trasy C-2 (druga grupa – pozostali)
- 12.15 – start trasy A
- 12.40 – start trasy B
- 13.00 – start trasy D-1 (pierwsza grupa – szybka)
- 14.00 – start trasy D-2 (druga grupa – pozostali)

- Podział na grupy dokona organizator przed biegiem na podstawie deklarowanego czasu pokonania dystansu, przy czym w pierwszej kolejności pobiegną szybsi zawodnicy.

- Wręczenie nagród dla najlepszych wśród kobiet i mężczyzn odbędzie się zaraz po każdym biegu w biurze zawodów na terenie KS Drukarz. W biegach C i D zwycięzcy są wyłaniani z pierwszej (szybszej) grupy biegowej.

8. DYSTANS (trasy bez atestu PZLA)

A – 1,86 km (1 pętla) start o godz. 12.15 dla dzieci i młodzieży urodzonych w 2006 r.,

B – 0,25 km start o godz. 12.40 dla dzieci ur. w 2014 i później; dopuszcza się asystę osób dorosłych. W przypadku niekorzystnych warunków atmosferycznych (np. niskich temperatur poniżej -5°C) start dzieci pozostawiamy do decyzji rodziców lub opiekunów.

C1– 5,43 km (3 pętla) start o godz. 11.00 (pierwsza grupa – szybka)

C2 - 5,43 km (3 pętla) start o godz. 11.02 (druga grupa – pozostali)

D1 – 9,00 km (5 pętli) start o godz. 13.00 (pierwsza grupa – szybka)

D2 – 9,00 km (5 pętli) start o godz. 14.00 (druga grupa - pozostali)

Zmiana wybranego dystansu i grupy nie jest możliwa. Prosimy o przemyślane decyzje. Nie ma możliwości startu w dwóch biegach C+D jak w latach ubiegłych.

Start na trasie C i D jest dla osób urodzonych w 2005 r. i wcześniej).

Bieg odbędzie się na dużej pętli w Parku Skaryszewskim w Warszawie Dzielnicy Praga Półd. o długości 1,79 km z nawierzchnią asfaltową. Ze względu na porę roku trasa może być zaśnieżona lub błotnista, a jej stan zależy od gospodarza terenu - ZOM.

Start: A, C, NW zlokalizowany jest na skrzyżowaniu głównej pętli i alei po przekątnej parku lub w jej pobliżu ok. 175 m

Start: B, D jest oddalony o ok. 175 m od ww. skrzyżowania (patrz mapka)

Zawodnicy startują na pętli zgodnie z ruchem wskazówek zegara.

Trasa biegu jest przedstawiona na mapie zamieszczonej także na stronie biegu biegwedla.pl

Start: O-run, BnO, zlokalizowany jest w okolicach przystani nad J. Kamionkowskim (za placem na tyłach muszli koncertowej)

Nordic walking – 5 km (3 pętli) start o godz. 10.00 dla osób urodzonych w 2005 i wcześniej. Trasa przebiega w większości utwardzoną alejką żwirową z łagodnym podejściem zaraz po starcie oraz fragmentami asfaltowej nawierzchni, głównej alei parkowej. Trasa będzie specjalnie oznakowana w terenie oraz jest przedstawiona na załączonej mapie. Start **NW** (na naszej mapie biegów) w miejscu skrzyżowania głównych alejek parku, obok muszli koncertowej.

UWAGI dotyczące uczestników marszu:

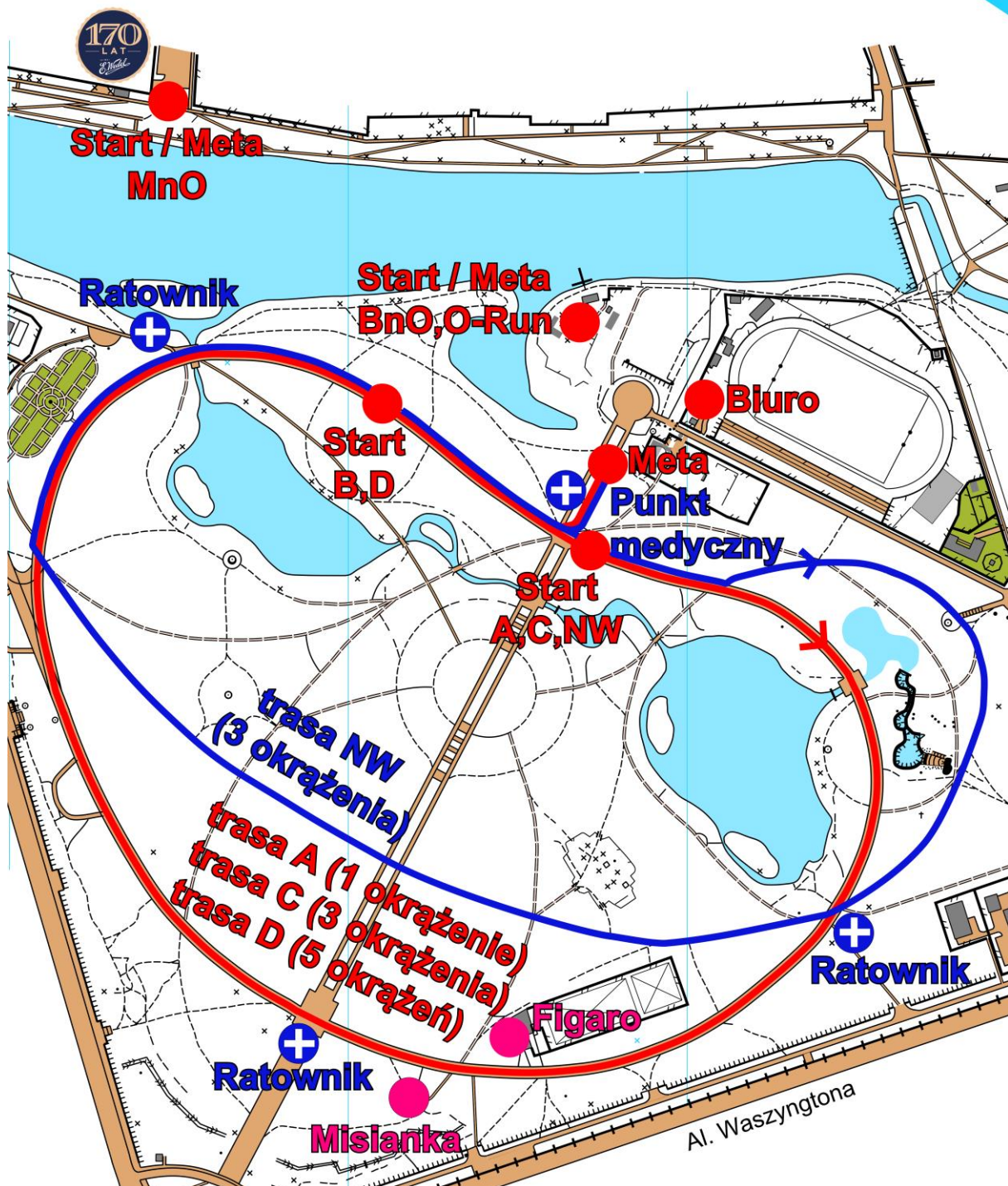
- uczestnicy posługują się kijkami do nordic walking w sposób właściwy dla techniki nordic walking,
- nie biegają,
- nie trzymają kijków w inny sposób niż wynikający z marszu techniką nordic walking,
- zachowują między sobą bezpieczne odległości,
- reagują na polecenia organizatorów i obsługi instruktorskiej

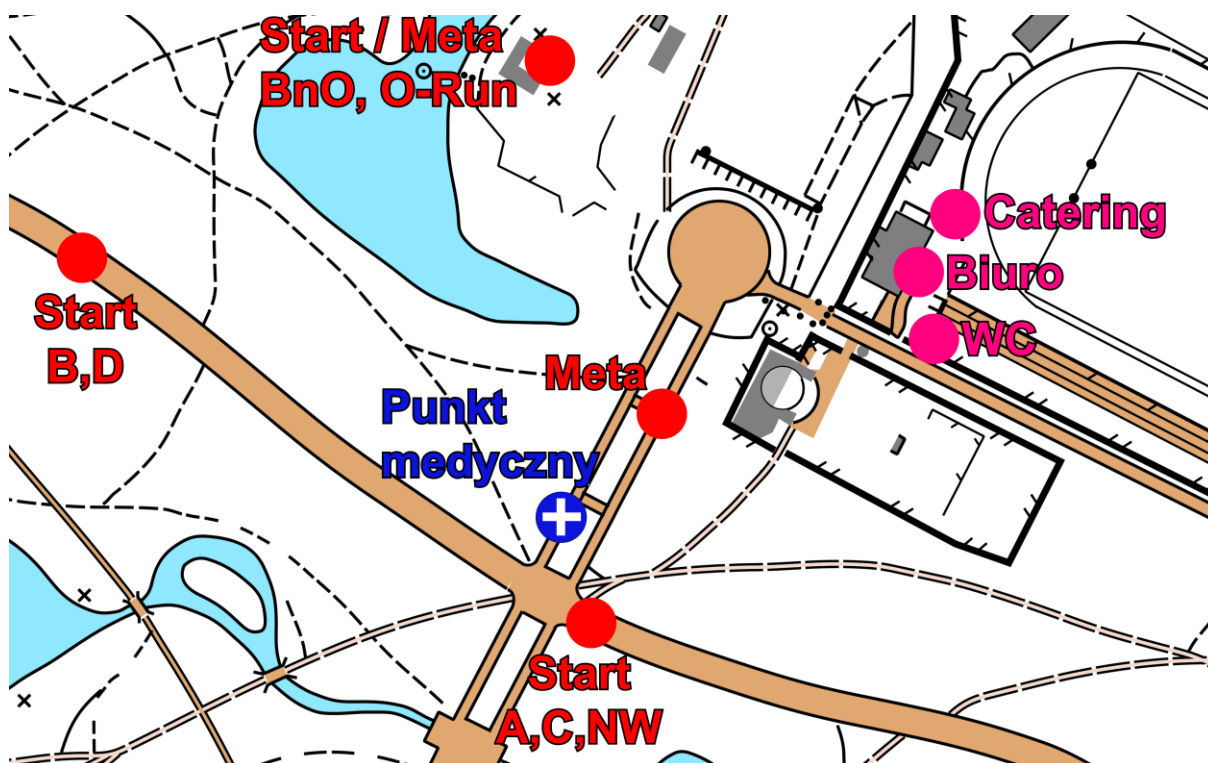
O-run (Orienteering-run) – 5 km start interwałowy pierwszego zawodnika od godz. 10.00 na podstawie wcześniej opublikowanej listy startowej.

To nowy rodzaj biegu, który po raz szósty w Polsce zostanie przeprowadzony na naszym biegu. Start jest zlokalizowany na placu, na tyłach muszli koncertowej.

Co to jest? Jest to połączenie biegu przełajowego z biegiem na orientację. Trasa o długości 5 km jest klasycznym dystansem biegu przełajowego przebiegająca po istniejących drogach i ścieżkach w terenie. Może być mocno wymagająca i urozmaicona np. podbiegami i zbiegami, a także z naturalnymi przeszkodami terenowymi. Cała trasa nie jest wyznakowana w terenie np. linami, wstążeczkami itp., a jedynie za pomocą Punktów Kontrolnych (PK) ustawionych w charakterystycznych miejscach na załamaniu kierunku trasy np. tuż przy skrzyżowaniu dróg itp. W tym celu zawodnik jak w typowym biegu na orientację, na starcie otrzymuje mapę ze wszystkimi PK, które musi w kolejności potwierdzić za pomocą chipa otrzymanego przed startem. Potwierdzenie PK następuje poprzez włożenie lub zbliżenie (w zależności od stosowanego systemu pomiaru) chipa do stacji znajdującej się na stojaku z biało-pomarańczowym lampionem. Wydaje się, że nawigacja jest tutaj dość prosta i dostępna nawet dla uczestnika początkującego w biegach na orientację.

Zawodnicy startują indywidualnie w kolejności wg listy startowej w krótkich odstępach czasowych (tzw. interwał). O pozycji na mecie decyduje potwierdzenie w kolejności wszystkich PK oraz krótszy czas pokonania trasy.





10. WARUNKI UCZESTNICTWA

W biegach mogą startować osoby, które:

- dokonają zgłoszenia on-line poprzez formularz zamieszczony na stronie biegu oraz wniosą opłatę startową do 22.01.2021 lub do wcześniejszego wyczerpania limitu miejsc. Zapisy nie będą prowadzone w dniu zawodów,
- przedstawią zaświadczenie lekarskie stwierdzające zdolność do udziału w biegu lub złożą podpis na karcie zgłoszenia, który jest równoznaczny z oświadczeniem woli startu na własną odpowiedzialność, braku przeciwwskazań lekarskich i zobowiązaniem do przestrzegania regulaminu.
- wypełnią oświadczenie dotyczące przeciwdziałania COVID-19

- Rejestracja do zawodów nie jest wystarczającym warunkiem udziału. Zawodnicy zarejestrowani, którzy do czasu wyczerpania limitu opłaconych uczestników nie dokonają opłaty, nie mogą wziąć udziału w imprezie.

- Podczas zgłaszania się do biegu w formularzu pojawi się możliwość ubezpieczenia się od NNW, kosztów rehabilitacji i zwrotu opłaty jeśli nie można wziąć udziału w biegu z powodu uzasadnionych przyczyn.

Limity uczestników

Trasa A i B łącznie	- 100 osób
Trasa C	- 250 osób
Trasa D	- 200 osób
NW	- 100 osób,
O-run	- 100 osób.

Opłata startowa

Wnieiona online do 22.01.2021 lub do 15.01.2021 (z koszulką) lub do czasu wyczerpania miejsc:

- 10 zł od uczestnika trasy A i B (lub 30 zł z koszulką)
- 45 zł od uczestnika trasy C, D, NW (lub 65 zł z koszulką),

- 30 zł (cena promocyjna) od uczestnika trasy O-run (lub 50 zł z koszulką),
- Prawo bezpłatnego startu mają osoby zaproszone przez organizatora biegu.

Uwaga! Koszulki można nabyć tylko w trakcie rejestracji online do dnia **15.01.2021 r.** lub wcześniejszej informacji do organizatora. Po tym terminie nie będzie to możliwe. Dołożymy wszelkich starań aby zapewnić koszulki zgodnie z zamówionymi rozmiarami.

- Opłata raz wniesiona nie podlega zwrotowi.
- Osoby niepełnoletnie składają w biurze zawodów zgodę rodzica/opiekuna. Formularz zgłoszeniowy dostępny będzie na stronie biegu.
- Podczas odbioru numeru startowego zawodnicy muszą posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem, celem weryfikacji danych osobowych;
 - odbiór numeru startowego przez inne osoby jest możliwy, na podstawie **upoważnienia** (dostępnego na stronie biegu) podpisanego przez osobę, której numer startowy będzie odbierany,
 - w przypadku grup szkolnych/klubowych na podstawie listy zbiorowej z pieczęcią szkoły/klubu podpisaną przez opiekuna/trenera,
 - warunkiem startu osób niepełnoletnich jest obecność rodzica lub opiekuna prawnego w dniu zawodów na starcie.

Odbiór numeru startowego będzie możliwy:

- w Sklepie Biegacza ul. Wybrzeże Kościuszkowskie 45A Warszawa Powiśle (obok Centrum Nauki Kopernik) w terminie: **25-29 stycznia 2021 (poniedziałek-piątek)**
- nie ma możliwości odbioru numeru startowego w dniu zawodów

11. REZYGNACJA I CESJA OPŁATY STARTOWEJ

- Zawodnik może w każdej chwili zrezygnować z udziału w imprezie i żądać usunięcia jego danych z listy startowej. Należy tego dokonać wysyłając email na adres podany w formularzu zgłoszeniowym.
- Wniesiona opłata startowa nie podlega zwrotowi niezależnie od przyczyny rezygnacji z udziału.
- Przeniesienie opłaty na innego zawodnika możliwe jest tylko z powodów zdrowotnych i tylko w terminie do 15 stycznia 2021 r. W tym celu należy przesłać skan zaświadczenia lekarskiego stwierdzającego przeciwwskazania do udziału w biegu na adres podany w formularzu zgłoszeniowym, w nieprzekraczalnym terminie do 15 stycznia 2021 r. W mailu należy podać imię, nazwisko i datę urodzenia zawodnika, któremu przekazana ma być opłata. Po tym terminie opłata nie może być przeniesiona.
- Start z numerem startowym innego zawodnika jest zabroniony i prowadzi do dyskwalifikacji.
- Odbiór pakietu startowego w terminie późniejszym nie jest możliwy.
- Pakiet startowy nie będzie wysyłany zawodnikom, którzy nie wzięli udziału w biegu
- W przypadku rozegrania Biegu Wirtualnego pakiet startowy będzie do odbioru w miejscu wskazanym przez organizatora (np. biurze w dniu zawodów).

12. KLASYFIKACJA

- **OPEN K/M** - indywidualna na każdej trasie w kategorii kobiet (K) i mężczyzn (M) bez podziału na kategorie wiekowe

13. NAGRODY I ŚWIADCZENIA

- medal okolicznościowy dla zgłoszonych z opłaconym wpisowym,
- puchar dla zwycięzców kategorii open wśród kobiet i mężczyzn na trasie A, C, D,

NW, O-run.

- puchar ufundowany przez Radę Osiedla Kamionek dla zwycięzców trasy C i NW w kat. kobiet (K) i mężczyzn (M),
- gratisowy start dla zwycięzców trasy K i M na trasie C lub D w następnej edycji biegu,
- upominki ufundowane przez Urząd Dzielnicy Warszawa Praga Półd. za zajęcie miejsca 1-3 na każdej trasie w kategorii kobiet i mężczyzn,
- dyplomy i specjalne słodkie upominki od **WEDLA** za zajęcie miejsca 1-3 na każdej trasie w kategorii kobiet (K) i mężczyzn (M),
- torcik okolicznościowy od Wedla dla zwycięzców tras,
- **specjalny upominek** (buff) dla wszystkich wręczany przy odbiorze z numerem startowym i obowiązkiem jego założenia (lub maseczki) na linii startowej,
- dyplomy uczestnictwa (do pobrania ze strony biegu) oraz słodkie produkty na mecie od WEDLA,
- po przekroczeniu linii mety przewidziano ciepłe napoje oraz posiłek regeneracyjny (porcja grochówki lub zupy wegetariańskiej) do spożycia na wynos, poza terenem biegu w związku z epidemią koronawirusa,
- upominki od sponsorów.

14. POLITYKA PRYWATNOŚCI

Zgodnie z art.6 ust.1 lit.a ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016) zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych podanych podczas rejestracji oraz wizerunku (zdjęcia wykonane w czasie zawodów) do celów organizacji i uczestnictwa w zawodach. Zdjęcia z zawodów i wyniki zawodów wraz z danymi osobowymi (imię, nazwisko, kategoria, miejsce, czas) będą podane do publicznej wiadomości na stronach internetowych, prasie i w informatorach branżowych.

Zgodnie z art. 13 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016) administratorem danych osobowych zawodnika jest Oddział PTTK Warszawa Praga im. Z. Glogera oraz HKT „TREP” PTTK, Komisja Imprez na Orientację, Al. Stanów Zjednoczonych 24, 03-964 Warszawa. Dane osobowe przetwarzane są w celu przeprowadzenia Biegu Wedla i przekazania zawodnikom informacji o kolejnych edycjach imprezy. Odbiorcami danych osobowych będą podmioty uprawnione do uzyskania danych osobowych na podstawie przepisów prawa oraz podmiotom realizującym: rejestrację zawodników, pomiar czasu i wysyłkę SMS z wynikiem. Uczestnicy mają prawo do żądania od administratora dostępu do danych osobowych, ich sprostowania lub ograniczenia przetwarzania, wniesienia skargi do organu nadzorczego. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednakże jest warunkiem udziału w imprezie.

15. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne (smog, temperaturę, opady itp.).
- Jedyną przyczyną zmiany formuły biegu na **Bieg Wirtualny** mogą być przepisy prawne wynikające z pandemii koronawirusa.
- Każdy uczestnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem biegu i jest zobowiązany do jego przestrzegania oraz stosowania się do poleceń organizatora związanych z przestrzeganiem przepisów sanitarnych w związku z zaleceniami epidemiologicznymi,
- Organizator zapewnia:
 - zabezpieczenie medyczne,
 - toalety przenośne na terenie KS Drukarz,
- **Nie będą dostępne szatnie oraz depozyt,**

- Za szkody wynikłe wobec uczestników jak i osób trzecich organizator nie odpowiada,
- Nie dopuszcza się startu zawodników na wózkach inwalidzkich oraz z psami,
- Numer startowy należy umieścić z przodu na odzieży wierzchniej,
- Zabrania się ponownego przekraczania linii mety po zakończeniu biegu,
- bieg odbywa się bez udziału kibiców z wyjątkiem opiekunów startujących dzieci,
- Komunikat końcowy opublikowany zostanie na stronach internetowych, a wyniki przesłane także sms na podany w zgłoszeniu numer telefonu.
- Uwagi dotyczące wyników przyjmowane będą w formie elektronicznej w ciągu 24 godzin od ich pierwszej nieoficjalnej publikacji na stronie.
- Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu, a o zaistniałych zmianach będą informować przed startem lub na stronie internetowej biegu i fb.
- Sprawy nie objęte regulaminem rozstrzyga organizator.

Informacji dodatkowych udziela kierownik zawodów: Andrzej Krochmal pod numerem tel. 605 403 929 lub andrzej_krochmal@wp.pl lub na stronie biegwedla.pl

DO ZOBACZENIA ORGANIZATORZY

Organizatorzy i partnerzy



Patronat medialny



Patroni honorowi



PATRONAT HONOROWY BURMISTRZA
DZIELNICY PRAGA-POLUDNIE
MIASTA STOLECZNEGO WARSZAWY
TOMASZA KUCHARSKIEGO



Partner tytularny

