

Regulamin
34 Biegu Niepodległości
w Konstancinie-Jeziornie – 11.11.2025 r.

§ 1

Organizator

Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Konstancinie-Jeziornie z siedzibą przy ul. Żeromskiego 15, 05-510 Konstancin-Jeziorna.

§ 2

Patronat

Bieg odbywa się pod patronatem Burmistrza Gminy Konstancin-Jeziorna.

§ 3

Cel imprezy

1. Uroczyste uczczenie Narodowego Święta Odzyskania Niepodległości.
2. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.
3. Upowszechnianie biegania oraz jazdy na rolkach jako jednej z najprostszych form ruchu.
4. Integracja mieszkańców Gminy Konstancin-Jeziorna.

§ 4

Termin, miejsce i trasa biegu

Start Biegu 11 listopada (wtorek) 2025 r. o godzinie 12.30, ul. Piaseczyńska 77, plac przed wejściem do Urzędu Miasta i Gminy Konstancin-Jeziorna. Limit uczestników 250 osób – decyduje kolejność zgłoszeń w biurze zawodów.

Trasa biegu: ul. Kolejowa, ul. Piaseczyńska, ul. Warszawska, ul. Józefa Piłsudskiego, ul. Henryka Sienkiewicza – dystans 2,2 km.

Meta Biegu w Parku Zdrojowym w Konstancinie-Jeziornie.

Impreza odbędzie się niezależnie od warunków atmosferycznych.

§ 5

Program imprezy

- 10.00 – 12.00 – zapisy uczestników w Biurze zawodów, odbiór koszulek i numerów startowych; (Limit uczestników 250 osób – decyduje kolejność zgłoszeń w biurze zawodów)
- 12.30 – start biegu;
- 13.15 – posiłek regeneracyjny;
- 13.30 – wręczenie medali i nagród;
- 14:00 – start biegów młodzieżowych;

§ 6

Trasa biegu

1. Bieg na dystansie 2200 m po nawierzchni asfaltowej.
2. Bieg odbędzie się po prawym pasie drogi publicznej, wobec czego uczestników zobowiązuje się do przestrzegania przepisów ruchu drogowego, poleceń Policji, Straży Miejskiej i służb porządkowych Organizatora oraz zachowania należytej ostrożności.

3. Limit czasu na pokonanie trasy biegu wynosi 25 minut.

§ 7

Warunki uczestnictwa

1. Do udziału w biegu dopuszczone będą osoby, które ukończyły 16 lat, posiadają dowód tożsamości lub inny dokument ze zdjęciem pozwalającym określić wiek.
2. Wszyscy zawodnicy biorący udział w zawodach robią to na własną odpowiedzialność. Warunkiem uczestnictwa jest dokonanie zgłoszenia w Biurze zawodów oraz wypełnienie oświadczenia o braku przeciwwskazań do udziału w biegu długodystansowym i starcie w biegu na własną odpowiedzialność, a także o znajomości niniejszego regulaminu (oświadczenie w załączeniu, dostępne do wypełnienia w dniu startu w Biurze zawodów).
3. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do przedłożenia w obecności rodzica lub opiekuna w dniu zawodów pisemnej zgody rodzica lub opiekuna na udział w biegu.
4. Organizator ma prawo nie dopuścić do imprezy zawodników, którzy:
 - są pod wpływem alkoholu lub innych używek,
 - swoją postawą lub zachowaniem stanowią zagrożenie dla innych uczestników.
5. Uczestnicy lub opiekunowie wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych w zgłoszeniu w celach niezbędnych do rejestracji zawodnika zgodnie z art. 6 ust. a Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego (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).
6. Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań przedstawiających uczestników, które mogą być bezpłatnie umieszczane na wybranych nośnikach elektronicznych, katalogach, mediach, stronach internetowych na potrzeby reklamowe i promocyjne.

§ 8

Zgłoszenia

1. Zgłoszenia uczestnictwa w biegu należy dokonać w dniu imprezy, tj. 11 listopada 2025 r. w godzinach 10.00 - 12.00 w Biurze zawodów.
2. Pakiet startowy – koszulka, numer startowy, medal, woda. Odbiór koszulki i numeru startowego odbędzie się po dokonaniu zgłoszenia.
3. Organizator nie pobiera wpisowego.

§ 9

Klasyfikacje i nagrody

1. W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn - puchary za I, II i III miejsce.
2. Organizator zapewnia medale okolicznościowe dla wszystkich uczestników biegu.

§ 10

Sprawy porządkowe

1. Biuro zawodów mieści się w pobliżu startu biegu.
2. Numery startowe należy przymocować na ubraniu wierzchnim z przodu na piersi, w sposób umożliwiający bezproblemowy odczyt przez zespół sędziowski. Wszelkie uwagi dotyczące wyników biegu należy kierować do organizatora bezpośrednio w czasie biegu, a później na adres biuro@gosir-konstancin.pl.

§ 11

Biegi Młodzieżowe

Start o godzinie 14:00 w Parku Zdrojowym – biegi bez wcześniejszych zapisów.

Kategorie wiekowe:

BIEGI DLA DZIECI I MŁODZIEŻY W PARKU ZDROJOWYM - start – od 14:00 bez zapisów

14.00 - 100 m przedszkolaki dziewczynki (2019 i młodsze)

14.05 - 100 m przedszkolaki chłopcy (2019 i młodszy)

14.10 - 200 m dziewczęta (rocznik 2018-2017)

14.15 - 200 m chłopcy (rocznik 2018-2017)

14.20 - 400 m dziewczęta (rocznik 2016-2015)

14.25 - 400 m chłopcy (rocznik 2016-2015)

14.30 - 800 m dziewczęta (rocznik 2014-2013)

14.35 - 800 m chłopcy (rocznik 2014-2013)

14.40 - 800 m dziewczęta (rocznik 2012-2011)

14.45 - 800 m chłopcy (rocznik 2012-2011)

§ 12

Postanowienia końcowe

1. Organizator zapewnia: okazjonalny numer startowy, okolicznościową koszulkę, okolicznościowy medal dla uczestników biegu, wodę na mecie biegu, posiłek regeneracyjny, opiekę medyczną w czasie imprezy, namioty - szatnie dla uczestników biegu, depozyt rzeczy osobistych uczestników - rzeczy cenne należy pozostawić w domu.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności:
 - za skutki złożenia oświadczenia niezgodnego z prawdą,
 - za rzeczy osobiste pozostawione bez nadzoru,
 - za szkody powstałe z winy uczestników biegu,
 - za zdarzenia losowe, które mogą wydarzyć się podczas trwania biegu.
3. Organizator zapewnia ubezpieczenie następstw nieszczęśliwych wypadków. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników biegu.
4. We wszystkich sprawach nieujętych Regulaminem decyduje Organizator Biegu.
5. Podczas uroczystości obchodów Święta Niepodległości w Parku Zdrojowym odbędą się imprezy towarzyszące, np. biegi dla dzieci i młodzieży. Szczegółowe informacje na stronie www.gosir-konstancin.pl.

XXXIII Bieg Niepodległości

11.11.2025 r.

Imię i nazwisko	
Rok urodzenia	Płeć (K/M)

(PL) Oświadczam, że zapoznałem się z regulaminem imprezy oraz, że jestem zdolny do udziału w zawodach i startuję na własną odpowiedzialność (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095). Wyrażam zgodę, aby zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady ze mną, a także wyniki z moimi danymi osobowymi mogły być wykorzystane przez prasę, radio i telewizję, a także w celach marketingowych Organizatora i sponsorów.

(EN) By submitting the present registration form I confirm having read and accepted the Rules of the competition. I consent that my personal data included in the registration form is processed for the needs of the events organized by the Organizer.

.....

Czytelny podpis zawodnika/opiekuna