

REGULAMIN XVIII Biegu Niepodległości w dniu 11 listopada 2026 roku

I. CEL:

1. Upamiętnienie 108. rocznicy odzyskania przez Polskę Niepodległości.
2. Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu.
3. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.
4. Promocja Ząbek jako miasta przyjaznego dla biegaczy.

II. ORGANIZATOR:

1. Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ząbkach.

III. TERMIN, MIEJSCE, TRASA, KATEGORIE WIEKOWE:

1. Bieg odbędzie się w dniu 11 listopada 2026 roku.
2. Szczegółowa trasa Biegu zostanie opublikowana na stronie internetowej mosirzabki.pl.
3. Kategorie wiekowe Uczestników, długość trasy, godzina startu biegu, limity osób w Biegach:

1) Mali Patrioci , roczniki 2021 – 2022,	bieg na 300 m , godz. 13.00 (dziewczęta i chłopcy), limit 70
2) Mali Patrioci , roczniki 2019 – 2020,	bieg na 300 m , godz. 13.15 (dziewczęta i chłopcy), limit 70
3) Orły , roczniki 2017 – 2018,	bieg na 600 m , godz. 13.30 (dziewczęta i chłopcy), limit 25
4) Orły , roczniki 2015 – 2016,	bieg na 600 m , godz. 13.45 (dziewczęta i chłopcy), limit 25
5) Biało – Czerwoni , roczniki 2013 – 2014,	bieg na 900 m , godz. 14.00 (dziewczęta i chłopcy), limit 40
6) Rodacy , roczniki 2009-2010 oraz 2011-2012	bieg na 2,5 km , godz. 14.15 (kobiety i mężczyźni), limit 20
7) Krajanie , kat. OPEN roczniki 2008 i starsi,	bieg na 5 km , godz. 14.45 (kobiety i mężczyźni), limit 150
8) Niepodlegli , kat. 40+ roczniki 1986 i starsi,	bieg na 5 km , godz. 14.45 (kobiety i mężczyźni)
9) Husarze , kat. 50+ roczniki 1976 i starsi,	bieg na 5 km , godz. 14.45 (kobiety i mężczyźni)
- Kategoria nie może być niższa, niż wynika to z daty urodzenia (roku urodzenia).
4. Zawodnik może uczestniczyć tylko w jednym Biegu, zgodnie ze zgłoszeniem w Formularzu Zapisu.
5. Uczestnicy ustawiają się na starcie w wyznaczonej przez Organizatora strefie.
6. Pomiar czasu będzie dokonywany systemem elektronicznym na podstawie chipów. Ustalenie kolejności Uczestników na mecie odbywać się będzie na podstawie osiągniętych czasów brutto. Biegi 300 m i 600 m odbywają się bez pomiaru czasu.
7. Trasa Biegu odbywać się będą po nawierzchni asfaltowej (ew. kostka brukowa) oraz drogami gruntowymi.
8. Limit uczestników Biegu: 400 osób.

IV. PROGRAM IMPREZY w dniu 11.11.2026 roku:

1. Biuro Zawodów, start i meta Biegu znajdują się w Miejskim Ośrodku Sportu i Rekreacji (Stadion Miejski) w Ząbkach:
 - godz. 10.00 – 12.00: Wydawanie numerów startowych oraz rejestracja zawodników;
 - start Biegów o godz. 13.00:

1) Mali Patrioci , roczniki 2021 – 2022,	bieg na 300 m , godz. 13.00
2) Mali Patrioci , roczniki 2019 – 2020,	bieg na 300 m , godz. 13.15
3) Orły , roczniki 2017 – 2018,	bieg na 600 m , godz. 13.30
4) Orły , roczniki 2015 – 2016,	bieg na 600 m , godz. 13.45
5) Biało – Czerwoni , roczniki 2013 – 2014,	bieg na 900 m , godz. 14.00
6) Rodacy , roczniki 2009-2010 oraz 2011-2012	bieg na 2,5 km , godz. 14.15
7) Krajanie , kat. OPEN roczniki 2008 i starsi,	bieg na 5 km , godz. 14.45
8) Niepodlegli , kat. 40+ roczniki 1986 i starsi,	bieg na 5 km , godz. 14.45
9) Husarze , kat. 50+ roczniki 1976 i starsi,	bieg na 5 km , godz. 14.45
 - dekoracja zwycięzców bezpośrednio po zakończeniu każdego z biegów

V. LIMIT CZASU BIEGU GŁÓWNEGO:

1. Limit czasu na pokonanie trasy Biegu wynosi 60 min.
2. Uczestnicy Biegu, którzy nie zameldują się na mecie po upływie limitu czasu od strzału startera, są zobowiązani do przerywania biegu i zejścia z trasy.

VI. PUNKT KONTROLNY:

Punktem kontrolnym pomiaru czasu będzie linia startu/mety.

VII. WARUNKI UCZESTNICTWA:

1. Warunkiem uczestnictwa w Biegu jest ukończenie do dnia zawodów 18 lat. Osoby niepełnoletnie bezwzględnie muszą posiadać pisemną zgodę rodziców bądź prawnych opiekunów. Rodzice bądź prawni opiekunowie rejestrujący osobę niepełnoletnią biorą na siebie wszelką odpowiedzialność za start nieletniego i zwalniają z odpowiedzialności Organizatora.
2. Wszyscy uczestnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Uczestnicy muszą posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku.
3. Warunkiem udziału w Biegach jest własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do uczestnictwa w Biegach na własną odpowiedzialność stwierdzającego brak przeciwwskazań do udziału w Biegach. Podpisując deklarację uczestnictwa Uczestnik jednocześnie zaświadcza, że stan jego zdrowia umożliwia mu udział w Biegu.
4. Uczestnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność i w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą dochodzić roszczeń od Organizatora.
5. Uczestnicy Biegów zobowiązani są zachowywać szczególną ostrożność i poruszać się zgodnie z przepisami ustawy Prawo o ruchu drogowym.
6. Podczas zawodów wszyscy uczestnicy muszą mieć numery startowe przypięte do koszulek sportowych na piersiach. Zastąpienie numeru startowego w części lub w całości lub jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji.
7. Uczestnicy biegów zobowiązani są bezwzględnemu podporządkowaniu się służbom, łącznie z decyzją o przerwaniu biegu i zejściu z trasy.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany niniejszego Regulaminu.

VIII. ZGŁOSZENIE I REJESTRACJA DO BIEGU:

1. Zapisy ruszają od dnia 09.10.2026 roku (piątek), od godz. 12.00.
2. Zgłoszenia do Biegu przyjmowane są wyłącznie drogą elektroniczną poprzez Formularz Zapisów dostępny na stronie **www.zapisyonline.pl**, zawierający dane osobowe oraz kontaktowe. Zgłoszenia do Biegu przyjmowane są indywidualnie. Organizator nie przewiduje innych klasyfikacji w biegu. Zgłoszenia do Biegu przyjmowane są:
 - drogą elektroniczną na stronie **www.zapisyonline.pl** do godziny 23.59 dnia 06.11.2026r. (piątek), chyba, że limit miejsc zostanie wcześniej wyczerpany.
 - w dniu biegu 11.11.2026r. w godzinach 10.00 – 12.00, pod warunkiem dostępności miejsc.
3. Osoby wnoszące zniżkową opłatę w związku z posiadaniem Karty Mieszkańca „Jestem z Ząbek” zobowiązane są podać jej numer podczas wypełniania Formularza Zapisów.
4. Po wypełnieniu Formularza Zapisów na podany adres e-mail zostanie wysłane potwierdzenie. Aby ukończyć rejestrację w Biegu 5 km, należy dokonać Opłaty Rejestracyjnej (zob. rozdział IX Regulaminu).
5. Zawodnicy zapisują się na wybrany Bieg zgodnie z wybraną kategorią wiekową. Kategoria nie może być niższa, niż wynika to z daty (roku) urodzenia.
6. **Zgłoszenie udziału w Biegu i dokonanie właściwej opłaty rejestracyjnej do dnia 24.10.2026 r. gwarantuje pamiątkową koszulkę w rozmiarze wskazanym w zgłoszeniu. Osoby, które dokonają zgłoszenia i właściwej opłaty po tej dacie nie mają gwarancji otrzymania koszulki we wskazanym w zgłoszeniu rozmiarze.**

IX. OPŁATA REJESTRACYJNA (wyłącznie dla Biegu 5 km):

1. Uczestnictwo w Biegu 5 km związane jest z obowiązkiem uiszczenia Opłaty Rejestracyjnej. Osoby startujące w pozostałych kategoriach zwolnione są z Opłaty Rejestracyjnej.
2. Po dokonaniu Opłaty Rejestracyjnej jej zwrot nie jest możliwy, za wyjątkiem sytuacji przewidzianych niniejszym Regulaminem oraz przepisami prawa powszechnie obowiązującego.
3. Wysokość Opłaty Rejestracyjnej wynosi:
 - 1/ 50 zł (słownie: pięćdziesiąt złotych) dla posiadaczy Karty „Jestem z Ząbek”, pakiet z koszulką.
 - 2/ 60 zł (słownie: sześćdziesiąt złotych) dla pozostałych osób, pakiet z koszulką.
 - 3/ 30 zł (słownie: trzydzieści złotych) dla posiadaczy Karty „Jestem z Ząbek”, pakiet bez koszulki.
 - 4/ 40 zł (słownie: czterdzieści złotych) dla pozostałych osób, pakiet bez koszulki.
4. Dane do przelewu:
Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Słowackiego 21, 05-091 Ząbki
nr rachunku: Bank Handlowy S.A. 60 1030 1016 0000 0000 9291 3007.
 - w tytule: *XVIII Bieg Niepodległości 2026r., imię i nazwisko osoby biorącej udział w biegu.*
5. Ostateczny termin wniesienia Opłaty Rejestracyjnej upływa 06.11.2026r. (decyduje data zaksięgowania na rachunku bankowym Organizatora).
6. Wysokość Opłaty Rejestracyjnej dla osób, które będą zapisywać się w dniu Biegu (11.11.2026r.) wnoszona jest wyłącznie gotówką i wynosi:
 - 1/ 60 zł (słownie: sześćdziesiąt złotych) dla posiadaczy Karty „Jestem z Ząbek”, pakiet bez koszulki.

2/ 70 zł (słownie: siedemdziesiąt złotych) dla pozostałych osób, pakiet bez koszulki.

X. ODBIÓR NUMERU STARTOWEGO:

1. Przy odbiorze Numeru Startowego, należy potwierdzić pisemnie jego odbiór. Wydruk ten będzie zawierał dane potrzebne do weryfikacji Uczestnika podczas odbioru Numeru Startowego wraz z dodatkowymi informacjami organizacyjnymi oraz miejscem na odrębny podpis, potwierdzający akceptację niniejszego Regulaminu w całości, w tym także zgodę na przetwarzanie danych osobowych, wykorzystanie wizerunku Uczestnika oraz oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych/lekarskich do udziału w Biegu. Osoby niepełnoletnie muszą dodatkowo posiadać wypełnione i podpisane przez rodzica lub prawnego opiekuna Oświadczenie Rodzica lub Opiekuna prawnego o zdolności dziecka do udziału w zajęciach rekreacyjno-sportowych.

2. Odbiór numerów startowych:

- w dniu 10.11.202r., wtorek, w godz. 10.00 – 20.00; w siedzibie MOSiR (Stadion Miejski)
- w Biurze Zawodów w dniu Biegu w godz. 10.00 – 12.00;
- w dniu Biegu od godz. 12.30 numery nie będą wydawane.

XI. KLASYFIKACJA I NAGRODY:

1. W Biegu będzie prowadzona klasyfikacja indywidualna.
2. Dla wszystkich uczestników przewidziany jest poczęstunek i woda.
3. Uczestnicy, którzy ukończą Bieg otrzymają pamiątkowy medal.
4. Uczestnicy, którzy opłacą „pakiet z koszulką” otrzymają okolicznościową koszulkę.
5. Uczestnicy Biegów, którzy zajmą miejsca I-III w swoich kategoriach otrzymają puchary i nagrody.
6. Organizator wprowadza zasadę „jednorazowego nagradzania” (tzn.: jeżeli zawodnik zgłoszony do kategorii 40+ zajmie I lub II lub III miejsce w kategorii generalnej OPEN będzie nagrodzony wg kategorii OPEN, bez możliwości otrzymania drugiej nagrody jako najlepszy w kategorii 40+).
7. W przypadku braku osoby podczas wręczania nagród w dniu Biegu, która zajęła jedno z nagradzanych miejsc, nagroda zostanie wręczona w terminie późniejszym, w siedzibie Organizatora.
8. W Biegu na 5 km puchary otrzymają również najlepszy Ząbkowianin i najlepsza Ząbkowianka.

XII. SZCZEGÓLNE REGULACJE:

1. Organizatorowi przysługuje prawo do:
 - zmiany godziny Biegu;
 - wprowadzenia podziału Biegu na tury i/lub fale startowe;
 - zmiany trasy Biegu;
 - wprowadzenia innego niż zakładany w p.III.7. limitu uczestników;
 - podjęcia niezbędnych działań mających na celu zapewnienie możliwości przeprowadzenia Biegu w świetle obowiązujących przepisów oraz zapewnienie bezpieczeństwa jego uczestnikom i obsłudze.
 - odwołania Biegu;
2. O wprowadzonych zmianach (w tym zmianach regulaminu), organizator będzie informował na bieżąco na stronie internetowej www.mosir-zabki.pl. O kluczowych zmianach dotyczących udziału w Biegu, Organizator poinformuje poszczególnych uczestników za pomocą wiadomości e-mail i/lub SMS.
3. W przypadku odwołania Biegu wniesiona Opłata Rejestracyjna podlega zwrotowi na rachunek bankowy z którego została dokonana.

XIII. POLITYKA PRYWATNOŚCI:

1. Dane osobowe Uczestników w zakresie: imię, nazwisko, data urodzenia, płeć, adres, e-mail, numer telefonu, numer Karty Mieszkańca „Jestem z Ząbek”, imię i nazwisko dziecka będą przetwarzane wyłącznie w celu organizacji i przeprowadzenia imprezy rekreacyjnej – Biegu pod nazwą „XVIII Bieg Niepodległości”, który odbędzie się w dniu 11.11.2026 r. Podanie tych danych jest niezbędne do udziału w Biegu. Uczestnik zgłaszając się do Biegu i podając dane osobowe wyraża zgodę na ich przetwarzanie.
2. Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji z siedzibą przy ul. Słowackiego 21, 05-091 Ząbki. Dane kontaktowe: telefon 790-247-237, mosir@zabki.pl.
3. Administrator wyznaczył inspektora ochrony danych, z którym można kontaktować się mailowo: daneosobowe@zabki.pl.
4. Podstawą prawną przetwarzania jest Państwa zgoda oraz przepisy prawa (obowiązki spoczywające na administratorze danych z tytułu organizacji zawodów m.in. w zakresie bezpieczeństwa).
5. Odbiorcami danych Uczestników będą: - organy władzy publicznej oraz podmioty wykonujące zadania publiczne lub działające na zlecenie organów władzy publicznej, w zakresie i w celach, które wynikają z

przepisów powszechnie obowiązującego prawa; - inne podmioty, które na podstawie stosownych umów podpisanych z MOSiR przetwarzają dane osobowe, dla których Administratorem jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji - użytkownicy strony internetowej lub profili w mediach społecznościowych MOSiR.

6. Administrator będzie wykorzystywał dane kontaktowe Uczestników do wysyłania wiadomości związanych z organizacją i realizacją Biegu.

7. Uczestnictwo w Biegu oznacza w przypadku zajęcia miejsca od I do III - zgodę na publikację wizerunku oraz podanie do publicznej wiadomości imienia, nazwiska Uczestnika, zajętego miejsca oraz uzyskanego wyniku czasowego, dla wszystkich Uczestników - zgodę na publikację wizerunku.

8. Dane osobowe Uczestników będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji celu określonego w pkt 1, a po tym czasie przez okres oraz w zakresie wymaganym przez przepisy powszechnie obowiązującego prawa w zakresie archiwizacji dokumentów.

9. W związku z przetwarzaniem Pani/Pana danych osobowych przysługują Pani/Panu następujące uprawnienia:

a) prawo dostępu do danych osobowych, w tym prawo do uzyskania kopii tych danych;
b) prawo do żądania sprostowania (poprawiania) danych osobowych – w przypadku gdy dane są nieprawidłowe lub niekompletne;

c) prawo do żądania usunięcia danych osobowych (tzw. prawo do bycia zapomnianym), w przypadku gdy:

- dane nie są już niezbędne do celów, dla których były zebrane lub w inny sposób przetwarzane,
- osoba, której dane dotyczą, wniosła sprzeciw wobec przetwarzania danych osobowych,
- osoba, której dane dotyczą wycofała zgodę na przetwarzanie danych osobowych, która jest podstawą przetwarzania danych i nie ma innej podstawy prawnej przetwarzania danych,
- dane osobowe przetwarzane są niezgodnie z prawem,
- dane osobowe muszą być usunięte w celu wywiązania się z obowiązku wynikającego z przepisów prawa;

d) prawo do żądania ograniczenia przetwarzania danych osobowych – w przypadku, gdy:

- osoba, której dane dotyczą kwestionuje prawidłowość danych osobowych,
- przetwarzanie danych jest niezgodne z prawem, a osoba, której dane dotyczą, sprzeciwia się usunięciu danych, żądając w zamian ich ograniczenia,
- Administrator nie potrzebuje już danych dla swoich celów, ale osoba, której dane dotyczą, potrzebuje ich do ustalenia, obrony lub dochodzenia roszczeń,
- osoba, której dane dotyczą, wniosła sprzeciw wobec przetwarzania danych, do czasu ustalenia czy prawnie uzasadnione podstawy po stronie administratora są nadrzędne wobec podstawy sprzeciwu;

e) prawo do przenoszenia danych – w przypadku, gdy łącznie spełnione są następujące przesłanki:

- przetwarzanie danych odbywa się na podstawie umowy zawartej z osobą, której dane dotyczą lub na podstawie zgody wyrażonej przez tę osobę,
- przetwarzanie odbywa się w sposób zautomatyzowany;

f) prawo sprzeciwu wobec przetwarzania danych – w przypadku, gdy łącznie spełnione są następujące przesłanki:

- zaistnieją przyczyny związane z Pani/Pana szczególną sytuacją, w przypadku przetwarzania danych na podstawie zadania realizowanego w interesie publicznym lub w ramach sprawowania władzy publicznej przez Administratora,
- przetwarzanie jest niezbędne do celów wynikających z prawnie uzasadnionych interesów realizowanych przez Administratora lub przez stronę trzecią, z wyjątkiem sytuacji, w których nadrzędny charakter wobec tych interesów mają interesy lub podstawowe prawa i wolności osoby, której dane dotyczą, wymagające ochrony danych osobowych, w szczególności gdy osoba, której dane dotyczą jest dzieckiem.

10. W przypadku powzięcia informacji o niezgodnym z prawem przetwarzaniu w MOSiR Pani/Pana danych osobowych, przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa.

11. Pani/Pana dane mogą być przetwarzane w sposób zautomatyzowany i nie będą profilowane.

12. Dane osobowe Uczestników w zakresie: wizerunek, imię, nazwisko, uzyskany wynik i miejsce w Biegu mogą zostać opublikowane na stronie internetowej oraz mediach społecznościowych Organizatora, Partnerów i Sponsorów Biegu oraz w Gazecie „Co słychać”. W przypadku, gdy nie wyrażają Państwo na to zgody, proszę o kontakt e-mailowy z Administratorem danych: mosir@zabki.pl.

XIV. INNE POSTANOWIENIA:

1. Organizator nie zapewnia ubezpieczenia OC. Każdy uczestnik Biegu bierze udział w zawodach na własną odpowiedzialność.

2. Każdy uczestnik Biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z przodu, na wysokości klatki piersiowej.

3. Kontrola antydopingowa. Organizator zastrzega prawo przeprowadzenia kontroli antydopingowej wśród Uczestników Biegu.

4. Protesty dotyczące Biegu można składać jedynie w formie pisemnej w dniu Biegu. Protesty będą rozpatrywane w terminie 48 godzin od daty ich otrzymania.
5. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu należy do Organizatora.
6. Organizatorowi przysługuje prawo do zmiany daty i godzin Biegu, zmiany trasy Biegu, wprowadzenia innego niż zakładany w p. III limitu uczestników, podjęcia innych niezbędnych działań mających na celu zapewnienie możliwości przeprowadzenia Biegu w świetle obowiązujących przepisów oraz zapewnienie bezpieczeństwa jego uczestnikom i obsłudze.
7. Impreza może zostać odwołana w razie wystąpienia okoliczności niemożliwych do przewidzenia w dniu publikacji niniejszego Regulaminu lub z powodu siły wyższej (np. niekorzystnych warunków atmosferycznych, decyzji służb porządkowych bądź ratowniczych). W przypadku odwołania Imprezy z winy wyłącznej Organizatora, Organizator zobowiązany jest wyłącznie do zwrotu na rzecz Uczestnika opłaty rejestracyjnej, o której mowa w rozdziale IX ust. 1 Regulaminu (dalej jako: „Opłata Rejestracyjna”).

DYREKTOR
Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji
w Ząbkach
/Jacek Romańczuk/