



XII ZAKOPIAŃSKI BIEG NIEPODLEGŁOŚCI

BIEG GŁÓWNY 11 KM

BIEG KRÓTKI 5,5 KM

IMPREZA TOWARZYSZĄCA – MARSZ NORDIC WALKING – 5,5 KM,
XII ZAKOPIAŃSKI INTEGRACYJNY BIEG NIEPODLEGŁOŚCI - 300 M

REGULAMIN

Patronat honorowy – Andrzej Skupień - Starosta Powiatu Tatrzańskiego
Patronat honorowy – Łukasz Filipowicz - Burmistrz Miasta Zakopane
Organizator - Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Zakopanem
Partner biegu – Zespół Szkół Ogólnokształcących im. Oswalda Balzera w Zakopanem
Patronat medialny – Tygodnik Podhalański

I. CEL ZAWODÓW

1. Upamiętnienie 107 Rocznicy Odzyskania Niepodległości.
2. Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu.
3. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.
4. Promocja miasta Zakopane jego historii oraz Stadionu Miejskiego „Orkana”.

II. TERMIN, MIEJSCE I GODZINY STARTU

1. Bieg odbędzie się w dniu 11 listopada 2025 r. w Zakopanem.
2. Start będzie na Stadionie Miejskim „Orkana”
 - godzina 10.30 – start zawodników biegu integracyjnego na dystansie 300 metrów
 - godzina 11.00 – Hymn Polski
 - godzina 11.11 – start zawodników biegu na 11 km i 5,5 km
 - godzina 11.15 – start zawodników Nordic Walking.
3. Zakończenie zawodów około godziny 14:00, Stadion Miejski „Orkana”

III. TRASA, DYSTANS

Trasa przebiegać będzie:

BIEG DŁUGI: ok. 11 km biegacze będą biegali dwie pętle

BIEG KRÓTKI: ok. 5,5 km biegacze będą biegali jedną pętlę

IMPREZA TOWARZYSZĄCA : ok. 5,5 km Nordic Walking jedna pętlę

START Stadion Miejski „Orkana” (70 metrów) skręt w lewo (z bramy wjazdowej na stadion)
wbiegamy w ul. Orkana – prosto przecinamy Grunwaldzką biegamy na ul. Generała Galicy do PL.
Niepodległości skręcamy w prawo i do góry biegamy na teren Parku Miejskiego - skręt w lewo w
Staszica (na wysokości byłej Łaźni Miejskiej) – prosto do oczka wodnego i skręt w prawo w ul.
Piłsudskiego. Ul. Piłsudskiego prosto do góry (do skoczni) skręcamy w lewo w ul. B. Czecha.
Dobiegamy do Ronda Jana Pawła II, przed rondem i pasami nawrotka ul. B. Czecha prosto,
skręcamy w prawo w Piłsudskiego, następnie prosto w dół do ul. Staszica, którą skręcamy w lewo
wbiegamy do Parku Miejskiego (na wysokości byłej Łaźni Miejskiej) skręt w prawo biegamy do
początku Pl. Niepodległości skręcając w prawo obiegamy plac. Ul. Generała Galicy biegamy
prosto przecinając ul. Grunwaldzką biegamy w ul. Orkana. Biegamy prosto aż do bramy

wjazdowej na teren stadionu - skręcamy w prawo na Stadion Miejski „Orkana” biegniemy niepełne okrążenie META Stadion Miejski „Orkana”

IV. LIMIT I POMIAR CZASU

1. Łączna liczba Uczestników ograniczona jest do 600 osób.
2. Limit czasu na pokonanie dystansu w biegu i marszu wynosi 140 minut.
3. Punkty pomiaru czasu rozmieszczone będą na starcie, trasie i mecie. Ominięcie któregośkolwiek punktu kontroli pomiaru czasu spowoduje dyskwalifikację zawodnika.

V. ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszeń można dokonywać od dnia **4 października 2025** do **6 listopada 2025** drogą elektroniczną na stronie internetowej <https://sport-timing.pl/pomiar-czasu/zapisy-online/>
2. Pakiety startowe odbierać można w dniach i godzinach pracy biura, zgodnie z Rozdziałem VIII niniejszego regulaminu.
3. Organizator zastrzega sobie prawo zamknięcia listy startowej / zgłoszeń w momencie przekroczenia limitu ilości zgłoszonych Uczestników Biegu/Marszu. Pierwszeństwo udziału w biegu mają osoby, które zapisały się i uiściły wcześniej opłatę startową.

VI. UCZESTNICTWO

1. Prawo uczestnictwa w biegu głównym na ok. 11 km mają osoby w wieku 14 lat /urodzone 10.11.2011/ i starsze, w biegu na ok. 5,5 km i nordic walking nie obowiązuje limit wiekowy.
2. Wszyscy zawodnicy odbierający pakiet startowy są zobowiązani do złożenia deklaracji uczestnictwa w biurze zawodów.
3. Podpisując deklarację uczestnictwa Uczestnik zaświadcza, że stan jego zdrowia umożliwia mu udział w zawodach oraz, że bierze udział w zawodach na własną odpowiedzialność.
4. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do przedstawienia „Zgody do udziału w Biegu/Marszu” podpisanej przez rodzica lub prawnego opiekuna.
5. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulki startowej. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona.
6. Zawodnicy zobowiązani są poruszać się prawą stroną jezdni.
7. Przebywanie na trasie biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę trasy. W szczególności zabrania się poruszania po trasie biegu na rowerach, deskorolkach i innych urządzeniach mechanicznych.

VII. OPŁATY

1. Opłata startowa za udział w biegu i nordic walking wynosi:

Pakiet podstawowy (bez koszulki):

- **70 zł** (w biurze zawodów – 100 zł), / z **Zakopiańską Kartą Mieszkańca** - **20.00 zł przy zapisach przez panel do dnia 6 listopada 2025 r.** (weryfikacja karty w biurze zawodów, brak karty oznacza dopłatę do ceny obowiązującej w biurze zawodów)
- Kategoria Junior Młodszy, Junior i Super Weteran - **40 zł** (w biurze zawodów **70 zł**), z **Zakopiańską Kartą Mieszkańca** - **20.00 zł przy zapisach przez panel do dnia 6 listopada 2025 r.** (weryfikacja karty w biurze zawodów, brak karty oznacza dopłatę do ceny obowiązującej w biurze zawodów)
- start zawodników w **biegu integracyjnym** na dystansie 400 metrów jest **bezpłatny**

Koszt koszulki: 50 złotych, opcje koszulka (rozmiar) należy zaznaczyć w panelu zgłoszeniowym do 19 października 2025 po tym terminie nie będzie możliwości zamówienia koszulki. Kwota za udział w biegu zostanie automatycznie powiększona o koszt koszulki.

2. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.

3. Opłat należy dokonywać przez **panel zgłoszeniowy**.
4. Opłacenie startowego oraz pobranie numeru jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
5. Istnieje możliwość odbioru pakietów przez osoby upoważnione. W takim przypadku osoba odbierająca powinna posiadać upoważnienie podpisane przez Uczestnika biegu.

VIII. BIURO ZAWODÓW

1. Biuro zawodów mieścić się będzie w budynku **Stadionu Miejskiego „Orkana” MOSiR** przy ul. **Orkana 4** wejście od strony ul. Orkana

10 listopada, w godzinach **16.00 – 20.00**

11 listopada, w godzinach **8.00 – 10.00** **/po tej godzinie pakiety nie będą wydawane/**

IX. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

1. Dane osobowe uczestników biegu będą przetwarzane w celach przeprowadzenia biegu oraz klasyfikacji zawodników.

Zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 27 kwietnia 2016 r. o ochronie osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/EWE (dalej RODO) oraz ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych.

1.Administratorem danych osobowych przekazywanych w ramach wydarzenia jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Zakopanem, z siedzibą ul. Orkana 2, 34-500 Zakopane

2.Administrator wyznaczył Inspektora Ochrony Danych – z którym można skontaktować się poprzez e-mail: iod@zakopane.eu w każdej sprawie dotyczącej przetwarzania Pani/Pana danych osobowych.

3.Dane osobowe przetwarzane będą w celu realizacji wydarzenia na podstawie Art. 6 ust. 1 lit.a ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r.

4.Pani/Pan wyrażą zgodę na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystanie wizerunku przez Administratora w celach związanych z uczestnictwem w wydarzeniu. Dane osobowe będą przetwarzane przez Administratora w celach promocyjnych zgodnie z klauzulą informacyjną.

5.Dane osobowe przechowywane są zgodnie z obowiązującymi przepisami Instrukcji Kancelaryjnej.

6.Odbiorcami danych będą organy i podmioty uprawnione na podstawie przepisów prawa do otrzymania Pani/Pana danych osobowych

7.Uczestnicy wydarzenia mają prawo dostępu do treści swoich danych oraz prawo ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia, przetwarzania, prawo do przenoszenia danych, prawo wniesienia sprzeciwu, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie bez wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem.

8.Przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych z siedzibą przy ul. Stawki 2 00 – 193 Warszawa, gdy uzna Pan/Pani, iż przetwarzanie danych osobowych dotyczących Pana/Pani, narusza przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r.

9.Podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednakże odmowa podania danych uniemożliwi realizację celów do których dane były zbierane.

10.Uczestnik wyraża zgodę na zamieszczenie danych osobowych tj.: imię, nazwisko, rok urodzenia, miejscowość w której zamieszkuje, klubu, szkoły lub organizacji oraz wizerunku utrwalonego w czasie wydarzenia na stronach internetowych organizatora oraz partnerów: <https://www.mosir.zakopane.eu/>, <https://www.zakopane.pl/>, <https://sport-timing.pl/pomiar-czasu/>, w mediach społecznościowych <https://www.facebook.com/MOSiR.Zakopane>, https://www.instagram.com/mosir_zakopane oraz na lokalnych portalach i w lokalnej prasie (<https://24tp.pl/>, <https://podhale24.pl/>, <https://goral24.pl/>, <http://www.podhale-sport.pl/>) w celach przeprowadzenia wydarzenia i działań promocyjnych.

11. Pani/Pana dane osobowe nie będą przekazywane do państwa trzeciego/organizacji międzynarodowej.
12. Pani/Pana dane osobowe nie będą podlegały profilowaniu.

X. KLASYFIKACJA

Zawodnicy startujący w **biegu na 11 km** zostaną sklasyfikowani w kategorii open kobiet i mężczyzn oraz w następujących kategoriach wiekowych:

Junior K/M	od 14 do 18 lat	osoby urodzone w latach 2011 - 2007
Senior K/M	od 19 do 39 lat	osoby urodzone w latach 2006 - 1986
Masters K/M	od 40 do 49 lat	osoby urodzone w latach 1985 – 1976
Weteran K/M	od 50 do 59 lat	osoby urodzone w latach 1975 – 1966
Super Weteran K/M	od 60 i starsi	osoby urodzone w latach 1965 i starsi

Zawodnicy startujący w **biegu na 5,5 km** zostaną sklasyfikowani w kategorii open kobiet i mężczyzn oraz w następujących kategoriach wiekowych:

Junior Młodszy K/M	do 13 lat	osoby urodzone w roku 2012 i młodsze
Junior K/M	od 14 do 18 lat	osoby urodzone w latach 2011 - 2007
Senior K/M	od 19 do 39 lat	osoby urodzone w latach 2006 - 1986
Masters K/M	od 40 do 49 lat	osoby urodzone w latach 1985 – 1976
Weteran K/M	od 50 do 59 lat	osoby urodzone w latach 1975 – 1966
Super Weteran K/M	od 60 i starsi	osoby urodzone w latach 1965 i starsi

Zawodnicy startujący w **marszu nordic walking** zostaną sklasyfikowani w kategorii open kobiet i mężczyzn.

XI. NAGRODY:

Każdy zawodnik który ukończy bieg zgodnie z regulaminem otrzyma na mecie pamiątkowy medal.

Bieg na dystansie 11 km:

Kategoria Open Kobiety / Mężczyźni

- 1 miejsce – bon upominkowy - 300 zł + dyplom
- 2 miejsce – bon upominkowy - 250 zł + dyplom
- 3 miejsce – bon upominkowy - 200 zł + dyplom

Kategorie wiekowe Kobiety / Mężczyźni

- 1 miejsce – bon upominkowy - 200 zł + dyplom
- 2 miejsce – bon upominkowy - 150 zł + dyplom
- 3 miejsce – bon upominkowy - 100 zł + dyplom

Bieg na dystansie 5,5 km:

Kategoria Open Kobiety / Mężczyźni

- 1 miejsce – bon upominkowy - 300 zł + dyplom
- 2 miejsce – bon upominkowy - 250 zł + dyplom
- 3 miejsce – bon upominkowy - 200 zł + dyplom

Kategorie wiekowe Kobiety / Mężczyźni

- 1 miejsce – bon upominkowy - 200 zł + dyplom
- 2 miejsce – bon upominkowy - 150 zł + dyplom
- 3 miejsce – bon upominkowy - 100 zł + dyplom

Marsz nordic walking:

Kategoria Open Kobiety / Mężczyźni

1 miejsce – bon upominkowy - 150 zł + dyplom

2 miejsce – bon upominkowy - 100 zł + dyplom

3 miejsce – bon upominkowy - 50 zł + dyplom

XII. UWAGI KOŃCOWE

1. Zawodnik poprzez zgłoszenie do udziału w Biegu potwierdza, iż startuje w biegu na własną odpowiedzialność oraz ponosi związane z tym ryzyko, przyjmując 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), a także szkód i strat o charakterze majątkowym.
2. Wysłanie zgłoszenia oraz uiszczenie opłaty startowej oznacza, że zawodnik ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w nim na własną odpowiedzialność.
3. Organizator zapewnia Uczestnikom opiekę medyczną na czas trwania zawodów.
4. Zawody odbędą się bez względu na pogodę
5. Komisję sędziowską powołuje Organizator.
6. Koszty związane z organizacją zawodów pokrywa MOSiR Zakopane. Pozostałe koszty pokrywają zawodnicy lub jednostki delegujące
- 7. Nagrody dla zwycięzców mogą być odebrane tylko i wyłącznie w trakcie dekoracji. Nagrody nie będą wydawane w terminie późniejszym jak również innym osobom ani wysyłane pocztą.**
8. We wszystkich sprawach nieujętych Regulaminem decyduje Organizator Biegu, któremu przysługuje wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu.

Kontakt do organizatora tel. **511 453 505**,

e-mail: a.wojecka@mosir.zakopane.eu