

**REGULAMIN**  
**Biegu Pamięci Żołnierzy Wyklętych**  
**„TROPem WILCZYM”**  
**WYSOKIE MAZOWIECKIE 2018**

1. Organizator

- Organizatorem i koordynatorem akcji ogólnopolskiej jest Fundacja Wolność i Demokracja, al. Ujazdowskie 37 lok.2, 00-540 Warszawa.
- Organizatorem lokalnym jest Urząd Miasta Wysokie Mazowieckie, ul. Ludowa 15, 18-200 Wysokie Mazowieckie.

2. Cele

- Krzewienie postaw patriotycznych
- Propagowanie lokalnej historii
- Popularyzacja biegania oraz czynnego wypoczynku rodzinnego
- Promocja miasta i jego walorów

3. Terminarz

- Bieg odbędzie się w niedzielę 4 marca 2018 roku, po ulicach miasta Wysokie Mazowieckie
- Start biegu o godz. 13.30
- Weryfikacja zawodników w biurze zawodów będzie odbywać się w godz. 11.00 – 13.15.
- Zakończenie biegu ok. godz. 15.30.

4. Trasa i dystans

• Trasa biegu: start z ulicy Ludowej, w pobliżu pomnika kpt. Kazimierza Kamińskiego - Huzara i jego żołnierzy, naprzeciw Miejskiego Ośrodka Kultury; następnie ulicą Armii Krajowej, przez Plac Odrodzenia do ulicy Długiej (skręt w prawo) i prosto (przez skrzyżowanie z ulicą Jagiellońską) do Rynku Piłsudskiego (od razu w prawo - przed Pomnikiem Niepodległości - Polskiej Organizacji Wojskowej) i ulicą Mystkowską (z przecięciem ulicy Ludowej) przez Rondo im. Prezydenta Kaczyńskiego w ulicę Szpitalną, następnie ulicą Sienkiewicza i prosto aleją przez Park im. Kiełczewskich do ulicy Mickiewicza - w prawo, przed Pomnikiem Armii Krajowej, do ulicy Ludowej, skręt w lewo, do Miejskiego Ośrodka Kultury.

- Dystans biegu (do wyboru przez uczestnika) wynosi:

~1963 metry (ok. 2 km) – 1 okrążenie,  
~10 km – 5 okrążeń,  
~4 km – 2 okrążenia.

Trasa tworzy pętlę, na której uczestnik wykonuje odpowiednią liczbę okrążeń, w zależności od wybranego dystansu biegu. Organizator nie dopuszcza innych dystansów ze względu na ograniczenia czasowe i organizacyjne.

#### 5. Biuro zawodów

- Biuro biegu będzie uruchomione w Miejskim Ośrodku Kultury w Wysokiem Mazowieckiem, ul. Ludowa 19 w dniu zawodów od godz. 11.00 do zakończenia zawodów.
- Przed zawodami biuro mieści się w Urzędzie Miasta, pok. 12 – czynne w godzinach pracy urzędu.

#### 6. Rejestracja i limit miejsc

- Limit miejsc startowych wynosi 250 osób.
- Rejestracja uczestników biegu prowadzona jest internetowo na stronie [www.tropemwilczym.pl](http://www.tropemwilczym.pl) do wyczerpania limitu miejsc startowych.
- O zarejestrowaniu zawodnika decyduje kolejność zgłoszeń.
- Osoby powyżej numeru 250 wpisywane są na listę rezerwową w biurze zawodów i będą mogły wystartować w przypadku, gdy zakwalifikowany wcześniej zawodnik zrezygnuje z biegu lub zostanie skreślony z listy startowej przez organizatora za nieprzestrzeganie zasad uczestnictwa określonych w niniejszym regulaminie.

#### 7. Zasady i warunki uczestnictwa

- Start w biegu jest bezpłatny; zawodnik nie wnosi żadnych opłat.
- Warunki uczestnictwa:

W biegu może uczestniczyć każdy, kto jest w stanie samodzielnie pokonać minimalny dystans 1963 metrów (lub jego wielokrotność) oraz spełnia następujące warunki:

- a) prawidłowe wypełnienie formularza rejestracyjnego
- b) podpisanie zgód regulaminowych
- c) podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych lub złożenie zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań zdrowotnych
- d) w przypadku osób niepełnoletnich wymagana jest pisemna zgoda rodzica lub opiekuna prawnego, którzy podpisują także dokumenty określone w pkt a, b, c.
- e) przed startem poddał się weryfikacji w biurze zawodów.

- Zawodnik, który nie spełni powyższych warunków zostanie przez organizatora skreślony z listy startowej i nie będzie dopuszczony do startu w zawodach.
- Uczestnik biegu, podpisując listę startową, bierze pełną odpowiedzialność za swoje uczestnictwo w biegu; za uczestników niepełnoletnich odpowiadają rodzice lub opiekunowie prawni.
- Zawodnik jest świadomy, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym, możliwością odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych oraz pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, w tym śmiertelnymi.
- Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania elementarnych zasad bezpieczeństwa, regulaminu biegu oraz do wykonywania poleceń służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem na trasie biegu oraz decyzji i poleceń organizatora.
- Podczas biegu należy zachować szczególną ostrożność na odcinkach skrzyżowań z innymi ulicami. Ustupić pierwszeństwa ewentualnym pojazdom poruszającym się po trasie biegu.
- Uczestnik biegu dokonując rejestracji wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych do celu organizacji biegu, w tym do ubezpieczenia i promocji (ogłoszenia wyników), zgodnie z treścią ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 roku o ochronie danych osobowych (Dz.U. z 2016r, poz.922 t.j.)
- Uczestnik biegu wyraża zgodę na utrwalanie swojego wizerunku i wykorzystanie zdjęć i zapisów audio video (cyfrowych i analogowych) w sprawozdaniu i promocji biegu, w szczególności na zamieszczenie w prasie i internecie oraz oświadcza, że z tego tytułu nie będzie rościł żadnych praw do organizatora teraz i w przyszłości.
- Podczas biegu każdy zawodnik musi posiadać numer startowy starannie przymocowany do przedniej części stroju.
- Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających.
- Przyjazd i pobyt zawodników do miejsca biegu odbywa się na koszt własny uczestnika biegu.
- Zawodnik we własnym zakresie zapewnia sobie strój i obuwie odpowiednie do biegania, do pogody i stanu nawierzchni.
- Bieg odbędzie się niezależnie od warunków atmosferycznych. Ograniczenia w biegu organizator może wprowadzić ze względu na bezpieczeństwo uczestników.

## 8. Ubezpieczenie

- Organizator lokalny zawarł umowę ubezpieczenia odpowiedzialności cywilnej organizatora oraz zapewnił zawodnikom ochronę

ubezpieceniową w ramach ubezpieczenia NNW na warunkach określonych w umowie z ubezpieczycielem.

- Wszystkie zdarzenia należy zgłaszać bezzwłocznie organizatorowi pod groźbą utraty praw określonych w ubezpieczeniu.
- W celu skorzystania z ubezpieczenia zawodnik musi przedstawić dokumenty wymagane umową.
- Każdy uczestnik biegu ma prawo zawrzeć dobrowolne ubezpieczenie we własnym zakresie.

## 9. Nagrody

- Każdy uczestnik biegu otrzyma pamiątkowy medal oraz koszulkę i torbę stanowiące tzw. pakiet startowy, bez względu na zajęte miejsce.
- Organizator może przygotować inne nagrody np. w podziale na kategorie wiekowe, w szczególności dyplomy z potwierdzeniem dystansu pokonanego przez zawodnika, puchary za czołowe miejsca, wyróżnienia specjalne (np. dla najmłodszego lub najstarszego zawodnika), inne nagrody rzeczowe – w zależności od posiadanych możliwości organizacyjnych i finansowych. Ustalenie nagród dodatkowych może nastąpić po zamknięciu listy startowej i po ukończeniu biegu.

## 10. Postanowienia końcowe

- Organizator po biegu zapewni uczestnikom posiłek regeneracyjny (np. bigos, grochówka) i ciepłe napoje (np. herbata).
- W czasie biegu dostępna będzie pomoc medyczna.
- Kwestie sporne oraz nieuregulowane w niniejszym regulaminie rozstrzyga organizator. Decyzje organizatora są ostateczne i wiążące dla wszystkich uczestników biegu.
- Zmiany w regulaminie są wprowadzane na zasadach przewidzianych dla jego ustalenia. O zmianach organizator informuje wszystkich uczestników biegu.

## 11. Kontakt

- telefoniczny: 86 275 25 59
- e-mail: [oswiata@wysokiemazowieckie.pl](mailto:oswiata@wysokiemazowieckie.pl)
- osobisty: w biurze zawodów.