

## REGULAMIN

### „SKALNAGEDON – II AMATORSKI EKSTREMALNY BIEG Z PRZESZKODAMI”

#### I. ORGANIZATORZY I CEL WYDARZENIA

1. Organizatorami biegu „SKALNAGEDON – II AMATORSKI EKSTREMALNY BIEG Z PRZESZKODAMI” są Gazeta Łaziska i MOSiR Łaziska Górne.
2. Wydarzenie jest współorganizowane przy udziale: MDK Łaziska Górne, Miasta Łaziska Górne, Klono Team, KWK Bolesław Śmiały, OSP Łaziska Średnie, OSP Łaziska Górne, Hammers Łaziska Górne, Zespołu Szkół Energetycznych i Usługowych w Łaziskach Górnych.
3. Celem biegu jest:
  - a) popularyzacja aktywnego spędzania wolnego czasu
  - b) promocja Miasta Łaziska Górne

#### II. TERMIN I MIEJSCE

1. „SKALNAGEDON – II AMATORSKI EKSTREMALNY BIEG Z PRZESZKODAMI” odbywa się **11.09.2021 r. od godz. 13.30** na hałdzie Skalny w Łaziskach Górnych. Uczestnicy biegu podzieleni są na grupy 5-osobowe i startują z wyznaczonego miejsca w odstępach czasu – co najmniej 90 sekund.
2. Każda 5-osobowa grupa zawodników będzie miała przydzielony czas startu.
3. Wynikiem końcowym zawodnika jest czas od godziny startu grupy do której został przydzielony zawodnik, do przekroczenia przez niego linii mety.
4. Zawodnicy, którzy spóźnią się na swój start, będą mieli czas liczony od godziny startu swojej grupy.
5. Biuro biegu otwarte jest w godz. 12.30 – 13.00 w wyznaczonym miejscu na szczycie hałdy Skalny.

#### III. ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia na bieg dokonywane są wyłącznie za pomocą formularza on-line znajdującego się na stronie <https://zapisy.ovh/view/?id=312747d9-7b9f-4350-afe1-6f89c3d06922>
2. Potwierdzeniem zgłoszenia jest dokonanie do 26.08.2022 r. opłaty startowej w wysokości 30 zł na nr konta 83 8436 0003 0000 0026 5895 0001 (w tytule przelewu: SKALNAGEDON, imię i nazwisko uczestnika)
3. Ilość uczestników biegu jest ograniczona i wynosi 60 osób.
4. O zakwalifikowaniu na bieg decyduje kolejność zgłoszeń.

#### IV. REGULAMIN BIEGU

##### 1. Warunki uczestnictwa:

- a) Uczestnicy biegu muszą podpisać odpowiednie oświadczenie stanowiące załącznik nr 1 do regulaminu i złożyć je w biurze zawodów w dniu biegu do godz. 13.00,
- b) Udział w biegu jest równoznaczny z akceptacją niniejszego regulaminu,
- c) Udział w biegu odbywa się na własną odpowiedzialność.

##### 2. Uczestnicy biegu podzieleni są na dwie kategorie: KOBIETY, MĘŻCZYŹNI

##### 3. Uczestnicy biegu pokonują dystans około 3 km oraz pokonują następujące przeszkody\*:

- a) ŻYWA PRZESZKODA – drużyna Hammers Łaziska Górne utrudnia przejście zawodnikom
- b) PRZENOSZENIE OPON
- c) RINGASY - 5 ringów do pokonania za pomocą rąk
- d) DRAŻKI - 5 ruchomych drążków do pokonania za pomocą rąk
- e) SWING - 3 metrowy swing na linie
- f) OPONY - pokonanie 5 opon za pomocą rąk i nóg zawieszonych na różnych wysokościach
- g) TYROLKA - 3 metrowy zjazd na tyrolce
- h) BIEG DO GÓRY I W DÓŁ PO BOCZNYM STOKU
- i) ZASIEKI (czołgania)
- j) WODNA PRZESZKODA - polewanie uczestników wodą przez straż pożarną (uzależnione od pogody)

*\*podana kolejność przeszkód jest przypadkowa*

- 4. Nie można pominąć przeszkody bez próby jej zaliczenia. Istnieje dowolna ilość prób zaliczenia przeszkody. Dopuszczalne jest wykonanie karnego zadania po nieudanej próbie pokonania przeszkody – 20 burpees (20 powt. padnij powstań)
- 5. Trasa biegu w dużej części będzie oznaczona taśmą. Nie wolno przekraczać linii wyznaczonych przez taśmy.
- 6. Na trasie biegu będą znajdować się wolontariusze, którzy będą informować o sposobie pokonania przeszkód i weryfikować poprawność ich pokonania. Wzajemna pomoc uczestników jest dozwolona.
- 7. Uczestnicy biegu zobowiązują się monitorować swój stan zdrowia przez cały czas trwania biegu i wszelkie nieprawidłowości natychmiast zgłaszać do organizatora lub służb medycznych.

8. Uczestnicy biegu startują w biegu na własne życzenie i ryzyko. „SKALNAGEDON – II AMATORSKI EKSTREMALNY BIEG Z PRZESZKODAMI” to wydarzenie związane ze wzmożonym wysiłkiem, podczas którego uczestnicy biegu mogą doświadczyć skaleczeń, kontuzji i wszelkiego rodzaju niedogodności związanych z charakterem biegu. Uczestnicy biegu oświadczają, że ponoszą osobiście odpowiedzialność za ich zaistnienie.
9. Organizator nie ponosi odpowiedzialności z tytułu ubezpieczeń zdrowotnych i następstw nieszczęśliwych wypadków powstałych lub wyrządzonych komukolwiek podczas, w wyniku lub w związku z uczestnictwem w biegu.
10. W przypadku poniesienia jakiegokolwiek szkody uczestnicy biegu nie będą wnosili roszczeń z tego tytułu wobec organizatorów, ich współpracowników i wolontariuszy pracujących podczas biegu.
11. Uczestników biegu zobowiązuje się do przestrzegania niniejszego regulaminu oraz podporządkowania się wszelkim poleceniom oraz instrukcjom otrzymanym od organizatorów i ich przedstawicieli, w tym wolontariuszy, a także służb medycznych i ratowniczych.
12. Uczestnicy biegu oświadczają, że podane dane i oświadczenia są w pełni zgodne z prawdą. Żadna informacja na temat stanu zdrowia, istotna z punktu widzenia bezpieczeństwa podczas biegu „SKALNAGEDON – II AMATORSKI EKSTREMALNY BIEG Z PRZESZKODAMI” nie została pominięta ani zatajona.
13. Uczestnicy biegu oświadczają, że zostali poinformowani o braku depozytu i nieodpowiadaniu przez organizatora za rzeczy zgubione podczas biegu.

#### IV. NAGRODY

1. Wszyscy uczestnicy biegu otrzymają pamiątkowe medale.
2. Zwycięzcy biegu (miejsca I, II, III) otrzymają nagrody rzeczowe.

#### V. INFORMACJE DODATKOWE

1. Podczas biegu będą przetwarzane następujące dane osobowe: imię i nazwisko, numer telefonu, data urodzenia, adres e-mail.

2. Administratorem danych osobowych uczestników zajęć jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łaziskach Górnych, ul. Ogrodowa 50, 43-170 Łaziska Górne; NIP: 6351791846, REGON: 241049933 zgodnie z art. 13 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. (Dz. Urz. UE L119 z 04.05.2016). Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych – [iod@mosir.laziska.pl](mailto:iod@mosir.laziska.pl). Pełna informacja dotycząca przetwarzania danych osobowych znajduje się na <https://mosir.laziska.pl/rodo/>. Zgodnie z art.6 ust.1 lit. a ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. każdy uczestnik „SKALNAGEDONU – II AMATORSKIEGO EKSTREMALNEGO BIEGU Z PRZESZKODAMI” wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych, wizerunkowych do celów kontaktowych oraz budowania pozytywnego wizerunku Administratora w przestrzeni publicznej i w mediach.
3. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie.
4. Przestrzeganie regulaminu i wszystkich zasad obowiązujących podczas biegunie gwarantuje uniknięcia urazów.

## ZAŁĄCZNIK NR 1 DO REGULAMINU WYDARZENIA:

### „SKALNAGEDON – II AMATORSKI EKSTREMALNY BIEG Z PRZESZKODAMI”

### OŚWIADCZENIE UCZESTNIKA

Ja, .....  
(imię i nazwisko)

niniejszym oświadczam, że:

1. Jestem osobą pełnoletnią i mam pełną zdolność do czynności prawnych. Nie jestem w stanie nietrzeźwości, w stanie po spożyciu alkoholu lub innych środków (np. leków, środków psychotropowych, stymulujących), które mogą w jakikolwiek sposób wyłączać lub ograniczać moją sprawność psychomotoryczną i zdolność podejmowania decyzji.
2. Stan mojego zdrowia w pełni pozwala na wzięcie udziału w **II Amatorskim Ekstremalnym Biegu z przeszkodami SKALNAGEDON** (zwanego w dalszej części oświadczenia biegiem) – 11 września 2022 r. na terenie hałdy Skalny w Łaziskach Górnych.
3. Nie mam podwyższonej temperatury, objawów duszności, kaszlu, nie przebywam na kwarantannie z powodu COVID-19.
4. Podczas biegu zobowiązuję się stosować do wszelkich poleceń oraz instrukcji otrzymanych od organizatorów i ich przedstawicieli, w tym wolontariuszy, a także służb medycznych i ratowniczych.
5. Zobowiązuję się monitorować swój stan zdrowia przez cały czas trwania biegu i wszelkie nieprawidłowości natychmiast zgłaszać do organizatora lub służb medycznych.
6. Uczestniczę w biegu na własne życzenie i ryzyko. Mam świadomość, że SKALNAGEDON to wydarzenie związane ze wzmożonym wysiłkiem, podczas którego mogę doświadczyć skaleczeń, kontuzji i wszelkiego rodzaju niedogodności związanych z charakterem biegu i oświadczam, że ponoszę osobiście odpowiedzialność za ich zaistnienie.
7. Ponoszę pełną i wyłączną odpowiedzialność za wszelkie szkody wyrządzone przeze mnie komukolwiek podczas, w wyniku lub w związku z uczestnictwem w biegu.

8. W przypadku jakiegokolwiek szkody poniesionej osobiście przez mnie nie będę wnosił jakichkolwiek roszczeń z tego tytułu wobec organizatorów, ich współpracowników i wolontariuszy pracujących podczas biegu.
9. Podane przeze mnie dane i oświadczenia są w pełni zgodne z prawdą. Żadna informacja na temat mojego stanu zdrowia, istotna z punktu widzenia mojego bezpieczeństwa podczas biegu SKALNAGEDON, nie została przeze mnie pominięta ani zatajona.
10. Wszelkie ewentualne spory, powstałe na tle niniejszego oświadczenia, w wyniku lub w związku z moim uczestnictwem w biegu SKALNAGEDON będą rozwiązywane przez sąd powszechny właściwości ogólnej.
11. Zapoznałem/-łam się i akceptuję regulamin biegu SKANAGEDON.
12. Zostałem poinformowany o braku depozytu i nieodpowiadaniu przez organizatora za rzeczy zgubione podczas biegu.
13. Uwzględniając przepisy Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady 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 (RODO) wyrażam zgodę, aby zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady ze mną, a także wyniki z moimi danymi osobowymi mogły być wykorzystane przez organizatorów w publikacjach dotyczących wydarzenia, które pojawią się w prasie i na portalach internetowych oraz w celach marketingowych.
14. Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych na potrzeby biegu.

.....

data

.....

czytelny podpis