

# REGULAMIN BIEGU

## „ CZAS NA SPORT 2026 ”

### 1. CEL IMPREZY

- a) Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej wśród dzieci i dorosłych.
  - b) Promowanie zdrowego i aktywnego stylu życia w gronie rodziny.
  - c) Integracja środowiska biegowego oraz społeczności lokalnej.
  - d) Promocja Miasta Zielona Góra.
- 

### 2. ORGANIZATORZY IMPREZY

- a) Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Zielonej Górze
  - b) Urząd Miasta Zielona Góra
  - c) Komenda Miejska Policji w Zielonej Górze
  - d) Super-sport.com.pl
- 

### 3. TERMIN I MIEJSCE BIEGU

#### Termin:

Bieg odbędzie się w dniu 13 czerwca 2026 r. (sobota) o godz. 11:00.

#### Start i meta:

Parking Centrum Rekreacyjno-Sportowego, ul. Sulechowska 41.

---

### 4. TRASA

#### Bieg główny:

Dystans 5 km i 10 km

#### Limit czasu:

90 minut.

#### Trasa biegu:

Start i meta zlokalizowane są na nawierzchni twardej, asfaltowej (ok. 100 m). Pozostała część trasy prowadzi drogami nieutwardzonymi – w ok. 90% drogami leśnymi.

Start biegu na dystansach 5 km i 10 km będzie wspólny. Trasa nie posiada atestu. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany przebiegu trasy. Informacja o ewentualnej zmianie zostanie podana do wiadomości.

Aktualne informacje dotyczące biegu publikowane będą na stronach internetowych [mosir.zgora.pl](http://mosir.zgora.pl) oraz [super-sport.com.pl](http://super-sport.com.pl)

## 5. PROGRAM ZAWODÓW

Program	Godzina
Otwarcie biura zawodów – odbiór pakietów startowych	8:00-10:30
Bieg dzieci	10:00
Rozgrzewka przed biegiem głównym	10:40
Start biegów na dystansach 5 i 10 km	11:00
Zakończenie biegu	12:30
Dekoracja zwycięzców	12:45

Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w programie zawodów.

W przypadku pytań prosimy o kontakt pod adresem e-mail: [mosir@mosir.zgora.pl](mailto:mosir@mosir.zgora.pl)

---

## 6. ZGŁOSZENIA

### Limit uczestników:

200 osób.

### Opłata startowa:

60 zł (słownie: sześćdziesiąt złotych).

Zapisy oraz opłaty przyjmowane są wyłącznie drogą internetową za pośrednictwem strony [super-sport.com.pl](http://super-sport.com.pl)

Rejestracja uczestników prowadzona będzie do dnia 9 czerwca 2026 r. do godz. 20:00 lub wcześniej – do momentu osiągnięcia limitu miejsc.

Za zgłoszenie uważa się:

- prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego drogą elektroniczną,
- dokonanie opłaty startowej w terminie do 9 czerwca 2026 r.

a) O zakwalifikowaniu się do udziału w biegu decyduje termin wniesienia opłaty startowej, a nie moment dokonania zgłoszenia.

b) Numery startowe wydawane będą za okazaniem dowodu tożsamości, oraz po podpisaniu oświadczenia o zdolności zdrowotnej do udziału w biegu.

W przypadku odbioru pakietu startowego przez osobę upoważnioną konieczne jest przedstawienie pisemnego upoważnienia od osoby zapisanej, zawierającego numery dowodów osobistych obu stron. Wzór upoważnienia stanowi **załącznik nr 2** do regulaminu.

c) Organizator nie dopuszcza samowolnej zmiany zawodników. Uczestnik, który z przyczyn losowych nie może wystartować w biegu i chce przekazać pakiet startowy innej osobie, zobowiązany jest poinformować o tym organizatora najpóźniej do dnia 12 czerwca 2026 r. do godz. 12:00 – drogą mailową lub pisemnie.

d) Opłata startowa nie podlega zwrotowi.

---

## BIURO ZAWODÓW

- a) Biuro zawodów zlokalizowane będzie w Zielonej Górze na parkingu Centrum Rekreacyjno-Sportowego, przy ul. Sulechowskiej 41 w dniu 13 czerwca 2026 r. w godzinach 8:00-10:30.
  - b) Organizator zapewni możliwość pozostawienia depozytu. Punkt depozytowy czynny będzie w godz. 10:00-13:00.
- 

## ODBIÓR PAKIETÓW STARTOWYCH

Pakiety startowe będzie można odebrać:

- 12 czerwca 2026 r. (piątek) w godz. 16:00-18:00 w szatni w holu głównym Centrum Rekreacyjno-Sportowego,
  - 13 czerwca 2026 r. (sobota) w biurze zawodów w godz. 8:00-10:30.
- 

## PAKIET STARTOWY

Każdy zarejestrowany zawodnik w ramach opłaty startowej otrzyma:

- numer startowy wraz agrałkami,
- gadżet sportowy,
- baton energetyczny,
- wodę na trasie biegu.

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany zawartości pakietu startowego.

---

## 7. WARUNKI UCZESTNICTWA

- a) Uczestnikiem biegu może zostać każda osoba fizyczna, która najpóźniej w dniu 13 czerwca 2026 r. ukończy 16 lat.

Warunkiem udziału w biegu jest:

- przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu długodystansowym **lub**
- złożenie własnoręcznego podpisu na karcie zgłoszeniowej o udziale w biegu na własną odpowiedzialność

W przypadku osób niepełnoletnich wymagany jest podpis rodzica lub opiekuna prawnego - **załącznik nr 3.**

- b) Zawodnicy zobowiązani są do zapoznania się z regulaminem biegu oraz do jego przestrzegania, a także do stosowania się do przepisów Polskiego Związku Lekkiej Atletyki (PZLA).
- c) Zmianę dystansu można dokonać wyłącznie w biurze zawodów przed rozpoczęciem biegu. Zmiana dystansu w trakcie biegu skutkuje dyskwalifikacją zawodnika.
- d) Pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.

- e) Podczas biegu zawodnicy zobowiązani są posiadać numer startowy umieszczony z przodu, w widocznym miejscu, umożliwiającą, identyfikację przez sędziów i spikera.
- f) Bieg z numerem startowym przypisanym do innej osoby skutkuje natychmiastową dyskwalifikacją.
- 

## 8. KLASYFIKACJA

Klasyfikacja prowadzona będzie w klasyfikacji generalnej oraz w grupach wiekowych osobno dla kobiet i mężczyzn:

### Kobiety:

- Open
- K20 (16–29 lat)
- K30 (30–39 lat)
- K40 (40–49 lat)
- K50 (50 lat i więcej)

### Mężczyźni:

- Open
- M20 (16–29 lat)
- M30 (30–39 lat)
- M40 (40–49 lat)
- M50 (50–59 lat)
- M60 (60 lat i więcej)

Dodatkowo prowadzona będzie klasyfikacja specjalna dla funkcjonariuszy Policji – osobno dla kobiet i mężczyzn – w kategoriach: Najlepszy Policjant oraz Najlepsza Policjantka.

Klasyfikacje dotyczą obu dystansów: **5 km i 10 km**.

---

## 9. NAGRODY

- a) Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą bieg, otrzymają pamiątkowy medal.
- b) Dodatkowo upominki otrzymają zawodnicy z miejsc I-III w klasyfikacjach generalnych oraz w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn na obu dystansach.
- c) W klasyfikacjach nie występuje dublowanie nagród – zawodnik, który otrzyma nagrodę w kategorii open, nie otrzymuje nagrody w kategorii wiekowej, klasyfikacji specjalnej i odwrotnie.
- 

## 10. BIEG DZIECI – Mini Bieg „Czas na Sport”

Biegi dziecięce rozpoczną się od **godz. 10:00** i rozegrane zostaną w następujących kategoriach wiekowych:

- Dzieci do 3 lat (roczniki 2023–2025) – dystans ok. 60 m, bieg z rodzicem,
- Dzieci 4–6 lat (roczniki 2020–2022) – dystans ok. 60 m, bieg samodzielny,

- Dzieci 7–10 lat (roczniki 2016–2019) – dystans ok. 200 m, bieg samodzielny.

Biegi rozegrane zostaną na nawierzchni trawiasto-piaszczystej.

**Limit uczestników:**

100 dzieci.

**Opłata startowa:**

10 zł (słownie: dziesięć złotych).

Zapisy oraz opłaty przyjmowane są wyłącznie drogą internetową za pośrednictwem strony [super-sport.com.pl](http://super-sport.com.pl)

Rejestracja uczestników prowadzona będzie do dnia 9 czerwca 2026 r. do godz. 20:00 lub wcześniej – do momentu osiągnięcia limitu miejsc.

**Pakiety startowe:**

Organizator przygotowuje 100 pakietów, które będą wydawane według kolejności zgłoszeń niezależnie od kategorii wiekowej.

**Pomiar czasu:**

Podczas biegów dziecięcych nie będzie prowadzony elektroniczny pomiar czasu.

---

## 11. PRZEPISY KOŃCOWE

- a) Uczestnik, który zrezygnuje z udziału w biegu w trakcie jego trwania, powinien niezwłocznie zgłosić ten fakt obsłudze technicznej na trasie biegu lub w biurze zawodów.
- b) Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie, o których zobowiązany jest poinformować uczestników biegu poprzez komunikaty pisemne zamieszczone na stronie [mosir.zgora.pl](http://mosir.zgora.pl) przed rozpoczęciem biegu.
- c) Pisemne protesty przyjmowane są w biurze zawodów w czasie do 15 minut po zakończeniu biegu (tj. w godzinach 12:30-12:45) i będą natychmiast rozpatrywane przez organizatora.
- d) Wszelkie kwestie sporne dotyczące biegu rozstrzyga organizator.
- e) Uczestnicy biegu startują na własną odpowiedzialność.
- f) Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas biegu.
- g) Organizator zapewnia ubezpieczenie biegu (w ramach ogólnej polisy OC działalności MOSiR). Nie obejmuje ono ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od następstw wypadków, ani nie pokrywa strat powstałych w związku z uczestnictwem w biegu.
- h) Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zagubione w trakcie imprezy ani pozostawione w depozycie.
- i) Organizator i osoby współpracujące nie ponoszą odpowiedzialności za wypadki, kolizje lub szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe powstałe przed, w trakcie lub po biegu. Uczestnicy odpowiadają cywilnie za wyrządzone szkody.
- j) Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.

Załącznik nr 1

## **PRZETWARZANIE DANYCH OSOBOWYCH**

1. Administratorem danych uczestników biegów organizowanych w ramach zawodów „Czas na sport 2026” jest Dyrektor Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji z siedzibą przy ul. Sulechowskiej 41, 65-022 Zielona Góra, e-mail [mosir@mosir.zgora.pl](mailto:mosir@mosir.zgora.pl) (dalej MOSiR).
2. Wyznaczono Inspektora Ochrony Danych, z którym możesz skontaktować się, w sprawach dotyczących ochrony swoich danych osobowych, za pośrednictwem email: [rodo@mosir.zgora.pl](mailto:rodo@mosir.zgora.pl) bądź pisząc na adres Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Zielonej Górze z dopiskiem „Inspektor Ochrony Danych”.
3. Cele przetwarzania danych oraz podstawy prawne:
  - a) realizacja procesu rejestracji, przygotowania i wydawania pakietów startowych, realizacja pomiaru czasu, informowanie o wynikach poprzez przesłanie wyniku drogą mailową, ew. sms-em oraz/bądź wywieszenie w miejscu zawodów, przyznanie a następnie odbiór i rozliczenie nagród, kontaktowanie się z uczestnikami w sprawach organizacyjnych na podstawie zgody art. 6 ust. 1 lit. a ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. (dalej RODO). Udzielenie zgody w powyższym zakresie jest obowiązkowe. Nieudzielenie zgody będzie skutkować brakiem możliwości wzięcia udziału w biegu.
  - b) prezentacja na stronie internetowej [super-sport.com.pl](http://super-sport.com.pl) list wyników, list startowych a także list osób bez dokonanej opłaty startowej na podstawie zgody art. 6 ust. 1 lit. a RODO. Udzielenie niniejszej zgody jest dobrowolne i nie ma wpływu na udział w biegu. Jeśli nie udzielisz tej zgody Twoje dane, w tym wyniki nie będą dostępne na stronie internetowej.
  - c) publikacja wizerunku na stronie internetowej [www.mosir.zgora.pl](http://www.mosir.zgora.pl).
  - d) obrona przed roszczeniami na podstawie art. 6 ust. 1 lit. f RODO po przeprowadzonych zawodach.
4. Dane osobowe Pani/Pana będą udostępniane następującym odbiorcom bądź kategoriom odbiorców:
  - a) podmiotom uprawnionym do uzyskania danych osobowych na podstawie przepisów prawa
  - b) serwisowi [super-sport.com.pl](http://super-sport.com.pl) pomiar czasu z siedzibą w Zielonej Górze
  - c) przetwarzającym dane na rzecz Administratora na podstawie stosownych umów w zakresie świadczenia obsługi informatycznej bądź świadczenia usług hostingu (w przypadku kontaktu drogą mailową).

5. Dokumentacja Biegu taka jak „Oświadczenia uczestników”, „Zgłoszenia” przechowywana będzie przez okres niezbędny do wygaśnięcia ew. roszczeń. Okres przetwarzania danych może być dodatkowo przedłużony w przypadku, gdy przetwarzanie jest niezbędne do ustalenia, dochodzenia lub obrony przed ewentualnymi roszczeniami.
- Jeśli wyraziłeś zgodę na publikację twoich danych osobowych na stronie super-sport.com.pl, to:
- lista wyników będzie publikowana przez 4 lata od końca roku, w którym odbyły się zawody,
  - listy startowe oraz listy osób bez dokonanej opłaty startowej zostaną usunięte w ciągu miesiąca ze strony internetowej.
- Jeśli wyraziłeś zgodę na wykorzystanie twojego wizerunku, to zdjęcia z zawodów będą publikowane na stronie internetowej przez 5 lat od końca roku.
6. Każda osoba, z wyjątkami zastrzeżonymi przepisami prawa, ma prawo do:
- a) żądania dostępu do jej danych osobowych (art. 15 RODO),
  - b) sprostowania danych (poprawiania) w przypadku gdy dane są nieprawidłowe lub niekompletne (art. 16 RODO),
  - c) do żądania usunięcia danych osobowych tzw. „prawo do bycia zapomnianym” (art. 17 RODO),
  - d) żądania ograniczenia przetwarzania danych osobowych (art. 18 RODO),
  - e) przenoszenia danych (art. 20 RODO),
  - f) wniesienia sprzeciwu wobec dalszego przetwarzania swoich danych, w szczególności w przypadku gdy administrator przetwarza Pani/a dane na podstawie prawnie usprawiedliwionego interesu – lit. f RODO (art. 21 RODO).
7. Każda osoba, w przypadku wyrażenia zgody na przetwarzanie danych, posiada prawo do jej wycofania. Skorzystanie z prawa cofnięcia zgody, nie ma wpływu na przetwarzanie, które miało miejsce do momentu wycofania zgody.
8. Każda osoba, ma prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych jeżeli sądzi, iż przetwarzanie jej danych osobowych jest nieprawidłowe i narusza przepisy RODO.
9. Podanie danych osobowych jest dobrowolne aczkolwiek konieczne celem umożliwienia udziału w Biegu.

Załącznik nr 2

**UPOWAŻNIENIE DO ODBIORU PAKIETU STARTOWEGO  
CZAS NA SPORT 2026**

.....  
imię i nazwisko osoby udzielającej upoważnienia

.....  
miejscowość, data

Ja, niżej podpisany, legitymujący się dowodem osobistym seria i numer.....  
wydanym przez .....,

upoważniam

Panią/Pana.....  
legitymującą/ego się dowodem osobistym seria i numer.....  
wydanym przez.....,  
do odbioru mojego pakietu startowego w związku z moim udziałem w biegu  
Czas na Sport 2026 na dystansie.....km  
Upoważnienie to ma charakter jednorazowy.

Jednocześnie oświadczam, że nie istnieją przeciwwskazania medyczne do mojego udziału  
w zawodach i startuję w biegu Czas na Sport 2026 na własną odpowiedzialność.

Zapoznałem/am się z regulaminem biegu Czas na Sport 2026, znam jego treść  
i zobowiązuje się do jego przestrzegania.

.....  
czytelny podpis osoby udzielającej  
upoważnienia

Załącznik nr 3

**ZGODA RODZICA/OPIEKUNA PRAWNEGO\***  
**NA START OSOBY NIEPEŁNOLETNIEJ - CZAS NA SPORT 2026**

Ja .....

(imię i nazwisko rodzica/opiekuna prawnego\*)

Oświadczam, że jestem rodzicem/opiekunem prawnym\*  
córk/syna/wychowanki/wychowanek\*

.....

(imię i nazwisko osoby niepełnoletniej, data urodzenia)

i wyrażam zgodę na jej/jego uczestnictwo w imprezie pn. Czas na Sport 2026 (13.06.2026).  
Startuje on(a) na moją odpowiedzialność i ryzyko.

Oświadczam, że córka/syn/wychowanek/wychowanek \* jest zdrowa/y i nie ma medycznych  
przeciwwskazań do jej/jego udziału w zawodach.

Zapoznałam/em się z regulaminem Czas na Sport 2026, znam jego treść i zobowiązuję  
się do jego przestrzegania.

Podane dane są prawdziwe i znane mi się przepisy art. 233 Kodeksu Karnego o  
odpowiedzialności karnej za podanie danych niezgodnych z rzeczywistością.

....., dnia...../...../2026 roku

(miejscowość)

.....

(własnoręczny podpis)

\* Niepotrzebne skreślić