

## REGULAMIN- BIEG PRZESZKODOWY „Zawzięty Koziół”

### I. ORGANIZATORZY:

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Kędzierzynie-Koźlu.

### II. TERMIN I MIEJSCE:

START: 20.08.2023r., godz.10.00

Stadion Sportowy „Sławięcice” ul. Sadowa24, 47-230 Kędzierzyn-Koźle.

1. Dystans ok. 5 km.
2. Trasa wiedzie nawierzchnią: asfaltem, szutrem, przez las, przez rzekę, parkiem oraz po terenie stadionu.
3. Trasa zostanie oznakowana taśmami. Oznakowanie będzie tzw. tunelowe oraz punktowe (w większości).
4. Trasa zawiera przeszkody zastane (doły, woda- rzeka, krzaki, pnie, zbiegi, podbiegi) oraz zbudowane przez organizatorów.

### III. CEL WYDARZENIA:

1. Propagowanie wśród dorosłych, dzieci i młodzieży aktywnego spędzania wolnego czasu.
2. Zachęcanie społeczeństwa do utrzymania oraz podnoszenia sprawności fizycznej, a w szczególności przez osoby starsze, młodzież i dzieci.
3. Zwrócenie uwagi na problemy ekologii i ochrony środowiska.
4. Realizacja kalendarza imprez MOSiR.
5. Łączenie biegania z dobrą zabawą w postaci biegu survivalowego.
6. Propagowanie zdrowego współzawodnictwa przy jednoczesnym solidaryzowaniu się biegaczy na trasie przez pomoc przy pokonywaniu przeszkód.
7. Pobudzanie lokalnych inicjatyw społecznych.

### IV. UCZESTNICTWO:

Limit: **200 osób.**

Koszty osobowe: Opłata startowa zależy od terminu zgłoszenia i OPLACENIA udziału i wynosi odpowiednio:

- **50 zł/osobę**- do 31.07.2023r.
  - **75 zł/osobę**- do 15.08.2023r.
  - **100 zł/osobę**- opłata w dniu zawodów (tylko w przypadku wolnych miejsc).
1. Opłata startowa musi zostać dokonana w ciągu 14 dni od dnia rejestracji i maksymalnie do dnia zakończenia rejestracji (15.08.2023 r.) pod rygorem niedopuszczenia do udziału w zawodach, przy czym kolejność wpłat jest rejestrowana automatycznie i to wygenerowana w ten sposób lista uczestników decyduje o wysokości opłaty startowej oraz o miejscu w wybranej fali. Tym samym zawodnik, który nie uiszczy opłaty w momencie rezerwacji, ryzykuje poniesieniem wyższej opłaty startowej (w przypadku, gdy wyczerpie się pula tańszych miejsc) lub/i przesunięciem go do innej fali.
  2. Opłata startowa nie podlega zwrotowi, oprócz ustawowych 14 dni, które przysługują konsumentowi na odstąpienie od umowy zawięzanej na odległość. Zwrot nastąpi w terminie 14 dni.
  3. Raz uiszczona opłata startowa nie podlega zwrotowi, można jednak przenieść ją na inną osobę, co wiąże się z opłatą manipulacyjną w wysokości 20 zł. W sprawie przepisania pakietu prosimy o kontakt : [poczta@time-sport.pl](mailto:poczta@time-sport.pl).
  4. W przypadku, gdy zawodnik nie weźmie udziału w zawodach z przyczyn niezależnych od Organizatora, opłata startowa nie podlega zwrotowi. Z powodu niskiego wpisowego NIE przewiduje się zniżek drużynowych.
  5. Organizatorzy zachowuje sobie prawo do zmiany godziny startu i przesunięcia uczestników pomiędzy falami – informacje o tego typu sytuacjach zostaną wysłane na adres e-mail podany przy rejestracji oraz zostaną podane na stronach i portalach dotyczących biegu.
  6. W ramach wpisowego Uczestnik otrzymuje : bilet wstępu na zawody, pomiar czasu przypisany do zawodnika oraz pamiątkowy medal –(warunkiem jest ukończenie biegu w wyznaczonym

limicie czasowym oraz przestrzeganie zasad i regulaminu biegu), na mecie napój oraz przekąski.

## **UWAGA! Miejsce w limicie uczestników oraz cenę zapewnia data płatności, NIE data rejestracji!**

### **V. ZGŁOSZENIA:**

1. Zapisów dokonujemy w zakładce ZAPISY pod linkiem:  
DOROŚLI: <https://dostartu.pl/zawziety-kozio-vol-2-v9470>,  
DZIECI: <https://dostartu.pl/zawziety-kozio-ek-vol-2-v9471>.
2. Po wypełnieniu kwestionariusza zgłoszeniowego uczestnik dostaje maila zwrotnego z danymi dotyczącymi płatności.
3. Limit uczestników wynosi 200 osób (liczba ta może ulec zmianie o czym poinformuje organizator na swoich stronach).
4. Po przekroczeniu limitu osób uprawnionych do startu w zawodach, rejestracja będzie zamknięta.
5. Z uwagi na nietypowy charakter zawodów uczestnicy biegu startują w falach 20-osobowych co 15 minut – pierwsza fala o godzinie 10:00 Open. Godzina startu pierwszej fali może ulec zmianie.
6. Podczas rejestracji należy wybrać godzinę startu fali dogodną dla uczestnika – wybór godziny dla organizatora nie jest wiążący .
7. Limit osób przypadających na daną falę jest stały i nie podlega zwiększeniu. Nie przewiduje się przepisywania zawodników między falami na ich prośbę. Osoby pragnące biec razem muszą zapisać się do tej samej fali i opłacić start w podobnym czasie gdyż tylko OPŁACENIE udziału gwarantuje miejsce w danej fali. W przypadku gdy jedna osoba opłaci start, a kolejna nie, a fala wypełni się, osoba taka przesuwana jest do kolejnej fali bez możliwości przepisania godziny startu.
8. Po wypełnieniu kwestionariusza zgłoszeniowego uczestnik otrzyma instrukcję dotyczącą płatności.
9. Zapisów dokonywać można do dnia 15.08.2023r. (data ta może ulec zmianie).
10. W zawodach mogą brać udział wszystkie osoby, które w dniu zawodów będą miały ukończone 18 lat, lub za pisemną zgodą rodziców młodzież w wieku 16 lat. Osoby w wieku 16 lat po dokonaniu rejestracji zobowiązane są do kontaktu mailowego (kszarek@mosirkk.pl) w celu uzyskania oświadczenia dla rodziców (opiekunów).
11. Każdy uczestnik musi dokonać zgłoszenia w zakładce ZAPISY, zaakceptować REGULAMIN, podpisać wymagane oświadczenia, uiścić opłatę startową oraz odebrać pakiet startowy.
12. Warunkiem dopuszczenia do biegu jest stawienie się o wyznaczonej porze w biurze zawodów i okazanie dokumentu tożsamości podczas odbioru pakietu startowego.
13. Do biegu dopuszczone zostaną osoby spełniające wymagania sprzętowe wyszczególnione w niniejszym regulaminie w punkcie WYPOSAŻENIE BIEGACZA. Weryfikacja spełnienia tego kryterium odbywać będzie się w biurze zawodów w miejscu i czasie wyznaczonym przez organizatora.

### **VI. KLASYFIKACJE I NAGRODY**

Wyróżnienia będą przyznawane w następujących kategoriach:

- OPEN K/M – miejsca I-III
1. Organizator zastrzega sobie możliwość ogłoszenia dodatkowych kategorii wiekowych lub dowolnych innych w miarę pojawienia się sponsorów nagród lub partnerów, o czym poinformuje stosownymi oświadczeniami na stronach oraz mailowo.
  2. Miejsca na podium w ŻADNYCH kategoriach nie dublują się, tzn. zwycięzca kategorii OPEN nie zostanie nagrodzony, jako zwycięzca w żadnej innej kategorii.
  3. Zawodnicy, którzy w ramach klasyfikacji Open kobiet i mężczyzn, zajmą trzy pierwsze miejsca, otrzymają od Organizatora statuetki i nagrody.
  4. Zawodnicy, którzy ukończą zawody, otrzymają od Organizatora pamiątkowy medal.
  5. W przypadku zgłoszenia się Sponsora, Organizator może przewidzieć dodatkowe nagrody dla zwycięzców.
  6. O dodatkowych nagrodach Organizator poinformuje w komunikacie na stronie wydarzenia biegu.

7. Organizator nie przewiduje wysyłania nieodebranych nagród.

## VII. FALE I KATEGORIE:

1. **OPEN** – zawodnicy pokonują trasę samodzielnie nie mogą sobie pomagać ani przyjmować pomocy od innych biegaczy i osób trzecich. Osoby biegnące w teamach, zespołach czy drużynach także nie mogą sobie pomagać.

- nielimitowana ilość podejść do przeszkody.
- niewykonanie przeszkody skutkuje wykonaniem rundy karnej lub innego zadania wskazanego przez sędziego/wolontariusza.
- bierze udział w klasyfikacji OPEN kobiet i mężczyzn miejsca I-III

2. **FOR FUN** – fala dla wesołych koziółków i kózek którzy chcą się pobawić i spróbować swoich sił. Zawodnicy mogą sobie pomagać- podsadzać się, podtrzymywać i wspólnie radzić sobie z przeszkodami.

- zawodnicy mogą podejść wielokrotnie do każdej przeszkody.
- niewykonanie przeszkody skutkuje wykonaniem rundy karnej wg, wskazań sędziego/wolontariusza.
- Uczestnicy fal FOR FUN nie biorą udziału w klasyfikacji i nie rywalizują o zwycięstwo.
- ustępują pierwszeństwa na przeszkodach zawodnikom fal OPEN.

## VIII. PAKIETY STARTOWE I GODZINY STARTÓW.

1. Pakiety startowe wydawane będą w czasie i miejscu wyznaczonym przez organizatorów, co zostanie ogłoszone odpowiednio wcześniej na stronie biegu.
2. Pakiet startowy należy odebrać najpóźniej godzinę przed startem swojej fali.
3. Każdy zarejestrowany zawodnik zobowiązany jest do osobistego odbioru pakietu startowego. Odbiór będzie możliwy po okazaniu dokumentu stwierdzającego jego tożsamość (dowód osobisty, paszport). Nie ma możliwości odbioru pakietu za kogoś – nigdy.
4. Uczestnik jest zobowiązany pilnować godziny swojej fali i stawić się w miejscu startu 15 minut przed startem fali na obowiązkowej rozgrzewce.
5. Godziny Startu:
  - 9.45 – **OPEN M/K** 1 fala
  - 10.00 – **OPEN M/K** 2 fala
  - 10.15 - **OPEN M/K** 3 fala
  - 10.30 – **OPEN M/K** 4 fala
  - 10.45 – **OPEN + FUN M/K** 5 fala
  - 11.00 – **OPEN + FUN M/K** 6 fala
  - 11.15 – **OPEN + FUN M/K** 7 fala
  - 11.30 – **OPEN + FUN M/K** 8 fala
  - .....

W razie potrzeb Każda kolejna fala OPEN i FUN co 15 minut (10 fal).

Uczestnicy fal FUN mogą wybrać dowolną fale OPEN od godziny 10.45 do końca dostępnych fal i będą razem z uczestnikami OPEN. Podczas pokonywania przeszkód muszą ustępować zawodnikom OPEN.

Organizator zachowuje sobie prawo do zmiany godziny startu i przesunięcia uczestników pomiędzy falami – informacje o tego typu sytuacjach zostaną wysłane na adres e-mail podany przy rejestracji oraz zostaną podane na stronach i portalach dotyczących biegu.

## IX. ZASADY BIEGU I BEZPIECZEŃSTWO NA TRASIE.

1. Bieg Zawzięty Koziół jest biegiem survivalowym, tak zwanym przeszkodowym – połączenie biegu przełajowego z pokonywaniem przeszkód na trasie biegu. Przeszkody dzielimy na:
  - naturalne: wzniesienia, pagórki, jary, bagna, zbiorniki wodne, ostre podbiegi i zbiegi
  - sztuczne: ściany, liny, zasieki, rampy i inne.
2. Pokonywanie przeszkód jest integralną częścią biegu.
3. Przy przeszkodach sztucznych znajdują się wyznaczeni i odpowiednio oznakowani Wolontariusze. Niezastosowanie się do poleceń i instrukcji Wolontariuszy może skutkować dyskwalifikacją.

4. Wolontariusze monitorują porządek na trasie biegu, a także pilnują, by zawodnicy pokonywali przeszkody zgodnie z ich przeznaczeniem i budową.
5. W przypadku omińnięcia przeszkody przez uczestnika biegu, zawodnik zobowiązany jest do wykonania karnego zadania.
6. Karne zadania będą się różnić w zależności od stopnia trudności przeszkody. Informacje o karnym zadaniu będzie posiadał Wolontariusz oddelegowany do danej przeszkody.
7. Przewiduje się: biegowe karne rundy, przysiady z obciążeniem, burpees (prawidłowo wykonane to opad na ziemię, powrót do pozycji stojącej oraz wyskok obunóż w powietrze), oraz inne.
8. Biegacze zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpiecznej rywalizacji na całej trasie.
9. Uczestnicy pokonują bieg tylko po wyznaczonej trasie i zgodnie z instrukcjami Wolontariuszy Obsługi i Organizatorów. Celowe opuszczenie wyznaczonej trasy, celowe omińnięcie przeszkody bez wykonania karnych zadań skutkuje dyskwalifikacją z biegu oraz nieprzyznaniem medalu.
10. W przypadku skrócenia trasy, braku odczytu z dodatkowych punktów pomiaru czasu, zawodnikowi grozi dyskwalifikacja.
11. Dyskwalifikacja równoznaczna jest z nakazem opuszczenia trasy, a tym samym wiąże się z nieukończeniem biegu i nieprzyznaniem medalu.
12. Każde zaśmiecenie trasy zauważone przez Wolontariuszy lub przez współzawodników (po zgłoszeniu do organizatora) będzie skutkowało karnymi 20 burpees (na trasie będą punkty, gdzie będzie można zostawić śmieci).
13. Każdy z zawodników zobowiązany jest do umieszczenia na twarzy (policzki, czoło) czytelnego numeru startowego. W tym celu Organizator zapewnia markery.
14. Organizator wstępnie dopuszcza możliwość zorganizowania biegów pobocznych: Zawzięty Koziółek – bieg dla dzieci, informacje o tych biegach zostaną udostępnione na stronie wydarzenia zawodów.
15. „Zawzięty Koziół” jest biegiem nastawionym na dobrą zabawę, zdrowe współzawodnictwo oraz propagowanie aktywnego trybu życia. Pamiętać należy jednak, że jest to event survivalowy. Uczestnicy imprezy są narażeni na urazy w tym w szczególności w postaci: otarć, zadrapań, zwichnięć, złamań oraz wycieńczenia organizmu w związku z panującymi warunkami pogodowymi.
16. Organizator dołoży wszelkich starań, aby zostały zachowane zasady bezpieczeństwa, niemniej jednak odpowiedzialność za powstałe uszkodzenia ciała i konsekwencje wychłodzenia organizmu pozostaje wyłącznie po stronie zawodników. Jeżeli zawodnik nie czuje się na siłach pokonać całej trasy lub jakiegokolwiek przeszkody – dla zachowania zdrowia powinien zrezygnować z uczestnictwa w zawodach.
17. Zawody zabezpieczać będzie karetka pogotowia ratunkowego oraz ratownicy medyczni.
18. Niezależnie od powyższego, Organizator zastrzega sobie prawo do ściągnięcia z trasy zawodników w stanie, który uzna za wymagający interwencji medycznej, bądź innej opieki.
19. Uczestnicy biegu zobowiązani są do wykonywania poleceń służb zabezpieczających oraz Wolontariuszy w zakresie bezpieczeństwa i porządku podczas trwania imprezy.
20. Każdy zawodnik zobowiązany jest do zachowania szczególnej ostrożności w stosunku do innych uczestników zawodów. Istnieje bezwzględny zakaz zachowań mogących spowodować uszkodzenia ciała innych zawodników, a w szczególności popychania, zabiegania drogi. Każdy zawodnik z tego tytułu ponosi wyłączną odpowiedzialność.
21. Każdy zawodnik przystępując do zawodów deklaruje tym samym, że jest zdrowy oraz że nie ma żadnych przeciwwskazań medycznych do jego udziału w biegu.

## **X. WYPOSAŻENIE BIEGACZA**

1. Ze względu na bezpieczeństwo własne oraz innych uczestników, jak i w trosce o stan przeszkód na trasie, ZAKAZANE jest startowanie w butach kolcach /w butach z kolcami. Osoby w ww. obuwiu nie zostaną dopuszczone do biegu. W przypadku złamania powyższego zakazu Organizator wyciągnie konsekwencje prawne w stosunku do uczestnika.
2. Odpowiednie obuwiu z uwzględnieniem pory roku,
3. Odpowiednia odzież z uwzględnieniem aktualnie panujących warunków pogodowych.
4. Rękawiczki ochronne i inne elementy chroniące ciało np. nakolanniki itp. – według uznania uczestnika.

5. Odzież lekka i szybko odprowadzająca wodę – przeprawa przez rzekę na trasie biegu (bez możliwości ominięcia).
6. Odzież przylegająca do ciała gwarantująca niemożność zahaczenia się, bądź zawiśnięcia na przeszkodzie.

#### **XI. POMIAR CZASU**

1. Za pomiar czasu odpowiada firma Time-Sport.pl.
2. W pakiecie startowym znajduje się zwrotny chip, który umożliwia elektroniczny pomiar czasu.
3. Zgubienie chipa powoduje dyskwalifikację uczestnika biegu z klasyfikacji oraz zobowiązuje zawodnika do opłaty za zgubiony chip w wysokości **30 zł**.
4. Wyniki zostaną podane na stronie organizatora biegu oraz firmy odpowiedzialnej za pomiar czasu.

#### **XII. DEPOZYT I HIGIENA**

1. Na miejscu imprezy istnieje możliwość pozostawienia swoich rzeczy w depozycie.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy uczestników.
3. Organizator zapewnia przebieralnię i toalety.
4. Organizator zapewnia możliwość korzystania z pryszniców (koedukacyjne)

#### **XIII. DANE OSOBOWE I OCHRONA WIZERUNKU**

1. Wszyscy uczestnicy startując w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów, promowania wydarzenia, kolejnych edycji oraz tworzenia relacji po zakończeniu wydarzenia.
2. Uczestnicy biegu Zawzięty Kozioł wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z imprezy zamieszczonych na stronie, w mediach (w tym społecznościowych) oraz materiałach promocyjnych biegu.

#### **XIV. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi i Partnerowi zawodów.
2. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
3. Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy zagubione i zniszczone podczas trwania eventu.
4. Uczestnicy mają obowiązek stosowania się do poleceń Policji, Straży Pożarnej oraz osób zabezpieczających trasę biegu.
5. Pytania dotyczące regulaminu oraz samej Imprezy należy kierować e-mailowo na adres [kszarek@mosirkk.pl](mailto:kszarek@mosirkk.pl).

Organizator  
Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji  
Kędzierzyn-Koźle