

REGULAMIN

„TRZECIEGO MAZOWIECKIEGO DUATHLONU DOLINĄ LIWCA”

16 września 2017 o godzinie 09:00 start indywidualny i 12:00 start drużynowy

I. ORGANIZATOR

Organizatorami są STOWARZYSZENIE NA RZECZ EDUKACJI PROZDROWOTNEJ I AKTYWNEGO STYLU ŻYCIA „DZIAŁAMY, DZIAŁAMY”, z siedzibą w Warszawie przy ul. Św. U. Ledóchowskiej 5/3 reprezentowane przez Piotra Romanowskiego oraz WWW.LIWIEC.COM Piotr Banasik, Zaliwie Szpinki 37A 08-124 Mokobody, z siedzibą w Warszawie przy ulicy Jana Cybisa 2 / 18. reprezentowany przez Piotra Banasika.

II. CELE

1. Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu.
2. Upowszechnianie kajakarstwa jako fantastycznej formy spędzania czasu wolnego.
3. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.
4. Promocja doliny Liwca jako obszaru chronionego w programie natura 2000.
5. Promocja gminy Mokobody.

III. TERMIN, MIEJSCE I GODZINY STARTU

1. Duathlon odbędzie się w dniu 16 września 2017 r. na terenie gminy Mokobody. Start w miejscowości Zaliwie Szpinki o godzinie:
 - 09:00 dla zawodników startujących indywidualnie;
 - 12:00 dla zawodników startujących drużynowo;

IV. TRASA, DYSTANS

KATEGORIA INDYWIDUALNA

1. Start ma charakter indywidualny.
2. Indywidualny wyścig dwuosobowym kajakiem, dystans ok. 5800 m.
3. Bieg indywidualny, dystans ok. 6600 m.
4. Wybór dystansu jest obligatoryjny, nie ma możliwości zmiany dystansu w trakcie spływu kajakiem czy też biegu.
5. Trasa przebiega w następujący sposób: rozpoczynamy z terenu stacji wodnej Liwiec.com położonej w miejscowości Zaliwie Szpinki, 08-124 Mokobody. Zawodnicy ustawiają się zgodnie z kolejnością numerów startowych na linii startu w kapokach oraz z wiosłami. Z racji zasobów sprzętowych Uczestnicy będą startować w grupach po 42 osoby, co półtorej godziny w minutowych odstępach czasu. Po przekroczeniu maty odmierzającej czas dobiegamy do kajaków, które znajdują się już na wodzie. Następnie zmierzamy malowniczym, krętym odcinkiem. Docieramy do oznaczonego miejsca, gdzie po przekazaniu kajaka obsłudze duathlonu, odłożeniu kapoka i wiosła w wyznaczonym miejscu przebiegamy przez bramkę kontrolną i zaczynamy odcinek biegowy. Bieg ma charakter przełajowy. Meta będzie znajdować się na terenie stacji wodnej Liwiec.com.
6. Uczestnicy biegać ulicami asfaltowymi, odcinkami szutrowymi, leśnymi oraz polnymi. Niedopuszczalne jest skracanie trasy biegu pod rygorem dyskwalifikacji.
UWAGA: zmieniająca się nawierzchnia i mały ruch samochodowy.
7. Na mecie będzie się znajdować stanowisko wydawania pamiątkowych medali i wody.

KATEGORIA W PARACH:

1. Start ma charakter drużynowy. Startują wyłącznie dwuosobowe drużyny, które w tym samym składzie muszą przebyć całą trasę Duathlonu.
2. Spływ kajakiem w składzie dwuosobowym, dystans ok. 5800 m.
3. Bieg w parach, dystans ok. 6600 m.
4. Wybór dystansu jest obligatoryjny, nie ma możliwości zmiany dystansu w trakcie spływu kajakiem czy też biegu.
5. Trasa przebiega w następujący sposób: rozpoczynamy z terenu stacji wodnej Liwiec.com położonej w miejscowości Zaliwie Szpinki, 08-124 Mokobody. Zawodnicy ustawiają się zgodnie z kolejnością numerów startowych na linii startu w kapokach oraz z wiosłami. Z racji zasobów sprzętowych Uczestnicy będą startować w grupach po 42 drużyny, co półtorej godziny w minutowych odstępach czasu. Po przekroczeniu maty odmierzającej czas dobiegają do kajaków, które znajdują się już na wodzie. Płyniemy w dwuosobowych drużynach. Następnie zmierzamy malowniczym, krętym odcinkiem. Docieramy do oznaczonego miejsca, gdzie po przekazaniu kajaka obsłudze duathlonu, odłożeniu kapoków i wiosł w wyznaczonym miejscu przebiegamy przez bramkę kontrolną i zaczynamy odcinek biegowy. Bieg ma charakter przełajowy. Meta będzie znajdować się na terenie stacji wodnej Liwiec.com.
6. Uczestnicy biegną ulicami asfaltowymi, odcinkami szutrowymi, leśnymi oraz polnymi. Niedopuszczalne jest skracanie trasy biegu pod rygorem dyskwalifikacji.
UWAGA: zmieniająca się nawierzchnia i mały ruch samochodowy.
7. Na mecie będzie się znajdować stanowisko wydawania pamiątkowych medali i wody.

V. LIMIT I POMIAR CZASU

1. Łączny limit czasu (spływ plus bieg) wynosi 3 godziny.
2. Liczba Uczestników ograniczona jest do:
 - w przypadku startu indywidualnego do 100 osób
 - w przypadku startu drużynowego do 200 osób
3. W pierwszej kolejności start będą miały osoby, które dopełniły wymogów regulaminowych: zgłoszenie i opłacenie wpisowego. Po przekroczeniu limitu ilościowego Organizator zastrzega sobie prawo nie przyjmowania kolejnych wniosków.
4. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie czasu zobowiązani są do zejścia z trasy.
5. Punkty pomiaru czasu rozmieszczone będą:
 - I na starcie spływu przed podjęciem kajaków i wodowaniem.
 - II po zakończeniu spływu i pozostawieniu kajaków, wiosł i kapoków w wyznaczonych miejscach, przed startem biegu.
 - III na mecie. Ominięcie któregokolwiek punktu kontroli pomiaru czasu spowoduje dyskwalifikację.
6. Uczestnicy będą klasyfikowani wg czasu netto, od przekroczenia linii startu do linii mety.
7. Wyniki on-line zostaną umieszczone na stronie www.protimer.pl
8. Uczestnicy otrzymają wyniki poprzez sms
9. Numer startowy posiada przyklejone od wewnątrz elektroniczne chipy pomiaru czasu, jest gotowy do użycia i należy przymocować go z przodu na odzieży wierzchniej. Wszelkie modyfikacje, zginanie, odrywanie chipów i pianek zabezpieczających są zabronione i mogą spowodować dyskwalifikację.

VI. ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszeń - zapisów można dokonywać od dnia: 14.09.17 drogą elektroniczną na stronie <http://www.protimer.pl/zapisy/>
Po tym terminie, w przypadku wolnych miejsc, zapisy będą możliwe w Biurze Zawodów w dniu imprezy.

VII. UCZESTNICTWO

1. Prawo uczestnictwa w duathlonie mają osoby, które ukończyły 16 rok życia za pisemną zgodą rodzica oraz osoby pełnoletnie.
2. Wszyscy zawodnicy odbierający pakiet startowy są zobowiązani do złożenia deklaracji uczestnictwa w biurze zawodów. Celem usprawnienia zapisów możliwe jest uzupełnienie i wydrukowanie deklaracji uczestnictwa znajdującej się na samym końcu niniejszego regulaminu i dostarczenie jej wypełnionej do biura zawodów w dniu odbioru pakietu startowego.
3. Podpisując deklarację uczestnictwa Uczestnik zaświadcza, że stan jego zdrowia umożliwi mu udział w zajęciach przewidzianych w ramach imprezy.
4. Wszyscy uczestnicy spływu zobowiązują się do założenia kapoka i prawidłowego używania na trasie całego spływu, zgodnie z jego przeznaczeniem, od momentu startu do odłożenia kapoka w miejscu wyznaczonym przez organizatora.
5. Uczestnik zobowiązuje się do użytkowania wioseł i kajaków zgodnie z ich przeznaczeniem i pozostawienia ich po spływie w miejscu wyznaczonym przez organizatora.
6. Pozostawienie kajaków, wioseł lub kamizelek poza strefą wyznaczoną przez organizatora grozi dyskwalifikacją.
7. Uczestnik spływu zobowiązuje się do przestrzegania regulaminu wypożyczalni www.liwiec.com zamieszczonego na stronie wypożyczalni.
8. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do przedstawienia „Zgody do udziału w Biegu” podpisanej przez rodzica lub prawnego opiekuna wg wzoru zamieszczonego na końcu niniejszego regulaminu.
9. W pakiecie startowym uczestnicy otrzymują numer startowy, agrałki do jego przypięcia, a po ukończeniu biegu pamiątkowy medal, posiłek regeneracyjny i pamiątkowy dyplom do pobrania ze strony internetowej.
10. W dniu biegu zostaną zorganizowane przebieralnie dla uczestników,
11. Uczestnicy biegu zobowiązani są zachować szczególną ostrożność i poruszać się zgodnie z przepisami ustawy „Prawo o ruchu drogowym”.
12. Zawody odbędą się bez względu na panujące warunki atmosferyczne.

VIII. OPŁATY

1. Opłata startowa za udział wynosi:
 - przy starcie indywidualnym 80 zł;
 - przy starcie drużynowym 60 zł/os.;
2. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi;
3. Opłat można dokonywać:
 - on-line bezpośrednio podczas zapisów;
 - przelewem na konto STOWARZYSZENIA w mBank nr 27 1140 2004 0000 3602 7629 9330 w terminie 3 dni roboczych od zgłoszenia. Po przekroczeniu tego terminu brak opłaty od uczestnika traktowany jest jako rezygnacja ze startu a zgłoszenie może zostać usunięte z bazy danych. Opłat przelewem można dokonywać do dnia 13.09.2017 włącznie. W treści przelewu **OBOWIĄZKOWO** należy podać: OPŁATA ZA DUATHLON za: imię i nazwisko, rok urodzenia uczestnika oraz miejscowość zamieszkania.
 - w Biurze Zawodów gotówką w dniu startu:
 - przy starcie indywidualnym 90 zł;
 - przy starcie drużynowym 70 zł;
4. Odbiór pakietu startowego będzie możliwy tylko i wyłącznie po okazaniu dowodu wpłaty potwierdzonego przez bank, z wyłączeniem przypadku odnotowania wpłaty na konto i zaznaczenia tego faktu przez organizatora w internetowej liście uczestników.
5. Opłacenie startowego oraz pobranie numeru jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
6. Istnieje możliwość odbioru pakietów przez osoby upoważnione. W takim przypadku osoba

odbierająca powinna posiadać deklarację uczestnictwa Uczestnika, przez niego wypełnioną i podpisaną. W przypadku braku zgodności pomiędzy danymi wyszczególnionymi w deklaracji, a danymi podanymi w chwili zapisu pakiet nie zostanie wydany.

IX. BIURO ZAWODÓW

1. Biuro zawodów i punkt wydawania pakietów startowych będzie mieścić się w siedzibie stacji wodnej www.liwiec.com
2. Pakiety startowe odbierać można w dniu startu duathlonu w biurze zawodów od godziny 7:30.

X. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

1. Dane osobowe uczestników będą przetwarzane w celach przeprowadzenia imprez, wyłonienia zwycięzcy i przyznania, wydania, odbioru i rozliczenia nagrody.
2. Dane osobowe uczestników biegów będą wykorzystywane zgodnie z warunkami określonymi w ustawie z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (tekst jednolity: Dz. U. z 2002 r., Nr 101 poz. 926. Administratorem danych osobowych jest Organizator.
3. Przetwarzanie danych, o których mowa w ustępie 1 niniejszego paragrafu, w związku z udziałem w duathlonie obejmuje także publikację imienia i nazwiska uczestnika wraz z rokiem urodzenia i z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje - w każdy sposób, w jaki publikowany lub rozpowszechniany będzie projekt.
4. Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania.
5. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w duathlonie.

XI. KLASYFIKACJA I NAGRODY

1. Nagrody przewidziane są dla zawodników w klasyfikacji generalnej:

Przy starcie indywidualnym:

- zawodników za miejsca 1-3 kobiet i 1-3 mężczyzn,

Przy starcie drużynowym:

- klasyfikacja: drużyna mieszana, drużyna damska, drużyna męska;

2. Certyfikaty z wynikami on-line na stronie www.protimer.pl
3. Zawodnik na mecie nie posiadający numeru startowego nie będzie sklasyfikowany.
4. Finisz zawodników zostanie sfilmowany kamerką GOPRO

XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Kontakt do organizatora: Piotr Romanowski - 503 430 613, Piotr Banasik - 797 807 807.
e-mail: dzialamy@dzialamy.com.pl
2. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec Uczestników Biegu. Organizator nie zapewnia Uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci lub szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem Uczestnika w imprezie, oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.
3. Organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe (tj. powyżej 200 zł) pozostawione w szatni.
4. Wyniki zawodów zostaną umieszczone na stronie internetowej: www.protimer.pl
5. We wszystkich sprawach nieujętych Regulaminem decyduje Organizator Biegu, któremu przysługuje wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu.

Wszelkie dodatkowe informacje będą zamieszczane na stronie www.liwiec.com oraz <https://dzialamy.wordpress.com/>

TRZECI MAZOWIECKI DUATHLON DOLINA LIWCA
Deklaracja Uczestnictwa w zawodach 16.09.2017:

Ja, niżej podpisany oświadczam, że biorę udział w TRZECIM MAZOWIECKIM DUATHLONIE DOLINĄ LIWCA w dniu 16 września 2017 roku na własną odpowiedzialność, przyjmuję do wiadomości Regulamin Zawodów i startuję wyłącznie na własne ryzyko.

Oświadczam, że mój stan zdrowia nie wykazuje przeciwwskazań do udziału w imprezie. Deklaruję także przestrzeganie przepisów ruchu drogowego i zaleceń służb organizacyjnych.

Organizator, wszystkie osoby z nim współpracujące, a także osoby związane z przeprowadzeniem i organizacją zawodów nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpią przed, w trakcie lub po biegu. Uczestnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność. Uczestnicy ponoszą odpowiedzialność cywilną i prawną za wszystkie szkody. Przez akceptację niniejszej deklaracji uczestnik zrzeka się prawa dochodzenia prawnego lub zwrotnego od organizatora zawodów w razie wypadku lub szkody związanej z zawodami.

Przyjmuję do wiadomości, że w razie wypadku nie mogę wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora. Wyrażam zgodę na to, że zdjęcia i nagrania filmowe z TRZECIEGO MAZOWIECKIEGO DUATHLONU DOLINĄ LIWCA mogą być wykorzystywane przez organizatora, prasę, radio i telewizję.

Swoim podpisem potwierdzam, że zapoznałem się ze wszystkimi warunkami regulaminu zawodów oraz wypełniłem formularz zgłoszeniowy zgodnie z prawdą oraz kompletnie.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w zgłoszeniu dla potrzeb organizacji TRZECIEGO MAZOWIECKIEGO DUATHLONU DOLINĄ LIWCA, zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 roku o ochronie danych osobowych. (Dz. U. z 2002r. Nr 101, poz. 926 z późn.zm)

.....
Czytelny podpis

O Ś W I A D C Z E N I E

Ja, niżej podpisany/a, będąc prawnym opiekunem mojego dziecka

.....

..... **ur.** **zamieszkałego w**

.....

.....

wyrażam zgodę na jego start w TRZECIM MAZOWIECKIM

DUATHLONIE DOLINĄ LIWCA w dniu 16.09.2017 r. Jednocześnie

oświadczam, że przyjmuję do wiadomości fakt i wyrażam zgodę, iż

dziecko startuje na moją odpowiedzialność i w razie wypadku nie będę

wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora .

..... dn. 2017 r.

Miejscowość, data

.....

Podpis /czytelny /