

Regulamin Biegu

REGULAMIN 5 Wirtualnego Gliwickiego Biegu "1 kilometr dalej od cukrzycy – pamięci Mariusza Masiarka" 19.09.2026 r. – 20.09.2026 r.

Cele:

- Zwiększenie świadomości mieszkańców, w tym szczególnie osób z niepełnosprawnościami na temat konieczności stosowania wysiłku fizycznego w codziennym życiu, a także popularyzacja biegów, jako najbardziej dostępnej formy rekreacji fizycznej.
- Zachęcanie do aktywnego, zdrowego i sportowego trybu życia dorosłych, młodzież i dzieci

Organizator: Towarzystwo Pomocy Dzieciom i Młodzieży z Cukrzycą, 44-100 Gliwice ul. Młyńska 17, www.mojacukrzyca.pl, tel. 605 331 345 , 32 331 33 49

1. Bieg odbędzie się w dniach 19-20 września 2026 roku
 2. Bieg należy rozpocząć i ukończyć w dniach od 19 do 20 września 2026 r. Uczestnik samodzielnie decyduje o dacie, czasie i lokalizacji biegu.
 3. Dystans biegu to co najmniej 1 km, pokonany biegiem, marszem lub podczas jazdy na wózku.
3. Warunki uczestnictwa:
- wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego [online](#) **od 12 sierpnia do 18 września 2026**, który upoważnia do otrzymania numeru startowego w wersji PDF, który zostanie przesłany najpóźniej do 18 września 2026 na wskazany w zgłoszeniu adres mailowy
 - wydruk numeru startowego
 - po wykonanej aktywności w dniach 19-20.09.2026, przesłanie na maila biuro@mojacukrzyca.pl do 21.09.2026 zdjęcia uczestnika z numerem startowym oraz nieobowiązkowo także screena z aplikacji rejestrującej aktywność z dystansem co najmniej 1 km.
 - W biegu mogą uczestniczyć zawodnicy w każdym wieku.

1. Bieg odbędzie się w sobotę 19 września 2026 roku o godzinie 11.00

Start i meta biegu zlokalizowana jest na boisku Szkoły Podstawowej nr 6 przy ul. Jasnogórskiej 15-17 w Gliwicach. Bieg będzie prowadzony etapami start po 20 osób co 15 minut. Marsz Nordic walking i przejazd na wózkach odbędzie się w godzinach między 12.00 – 13.00 w zależności od czasu trwania biegu.

2. Trasa biegu będzie rozegrana na dystansie 1 km, po bieżni boiska szkolnego. Długość bieżni wynosi ok. 200 metrów -cały dystans to 5 okrążeń bieżni.

3. Warunki uczestnictwa:

W Biegu może wziąć udział 100 osób – o zakwalifikowaniu uczestników decyduje kolejność zgłoszeń

- W biegu mogą uczestniczyć zawodnicy w każdym wieku.

- Każda osoba startująca w biegu uczestniczy w nim na własną odpowiedzialność.

Osoby niepełnoletnie mogą uczestniczyć w biegu pod opieką Rodziców/Opiekunów prawnych.

- Zgłoszenia do biegu dokonuje się poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego w terminie **od 12 sierpnia do dnia 12 września 2026** na stronie internetowej Organizatora

- Link do zapisów można znaleźć na stronie organizatora biegu pod ogłoszeniem o imprezie. (www.mojacukrzyca.pl)

4. Biegowi będą towarzyszyły konkursy i zabawy dla dzieci wokół namiotu organizatora zlokalizowanego w miejscu odbywania się biegu.

5. Organizator rekomenduje poddanie się badaniom kontrolnym i zasięgnięcie opinii lekarskiej co do możliwości udziału w biegu.

6. Za zgłoszonego do biegu zawodnika uważa się tego, który zarejestrował się, wypełniając formularz zgłoszeniowy oraz RODO i zaakceptował go.

7. Uczestnictwo w biegu jest bezpłatne.

8. Każdy z uczestników biegu otrzyma naklejkę z numerem, pamiątkowy medal, wodę oraz słodki upominek

9. Postanowienia końcowe:

- W czasie trwania zawodów organizator zapewnia opiekę medyczną.

- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

- Koszty organizacji pokrywają organizatorzy.

- Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki.

- Wszystkich zawodników startujących w biegu obowiązuje niniejszy regulamin.

- Organizator zastrzega sobie prawo do wykorzystywania w celach promocyjnych, informacyjnych, wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów przedstawiających uczestników biegu.

- Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podania przyczyny.

- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.

- W sprawach nie ujętych w regulaminie ostateczną decyzję podejmuje organizator

- Do udziału w zawodach nie zostaną dopuszczone osoby, których zachowanie wskazuje na to, iż znajdują się one pod wpływem alkoholu;

- Nieprzestrzeganie zasad bezpieczeństwa będzie skutkowało niedopuszczeniem do biegu;

- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za uczestnika nie przestrzegającego regulaminu imprezy;

- W przypadku zakłócenia porządku publicznego organizator zawiadamiają funkcjonariuszy Policji;

- Organizator nie zapewnia uczestnikom biegu jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub z odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia

obrażeń poniesienia śmierci lub jakichkolwiek szkód jakie mogą wystąpić w związku z uczestnictwem w biegu