

REGULAMIN

1. Cel Nocnego Trailowego Biegu Duchowego:

- o Ewangelizacja;
- o Uczczenie Święta Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny;
- o popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu oraz rekreacji ruchowej jako jednego z elementów zdrowego trybu życia;
- o promowanie aktywności fizycznej w okolicznościach przyrody;
- o umożliwienie sprawdzenia swoich sił i możliwości.
- o promocja Warszawskich kościołów

2. ORGANIZATOR

- Parafia pod wezwaniem św. Jana Kantego ul. Krasińskiego 31

Osoba odpowiedzialna: ks. Krystian Strycharski.

3. ZASADY UCZESTNICTWA

- o w Nocnym Trailowym Biegu Duchowym może wziąć udział każdy pełnoletni uczestnik, który: zgłosi się do biegu podając następujące dane: imię, nazwisko, płeć, miasto, kraj, klub, adres, adres mailowy, telefon, Kontakt ICE oraz odcinek trasy który będzie pokonywał (6 km lub 6+33 km) oraz podpisze oświadczenie o biegu na własną odpowiedzialność (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095);
- o Warunkiem uczestnictwa jest dokonanie wpłaty w wysokości co najmniej 20 PLN na Dom Pomocy Społecznej w Niegowie
54 8931 0003 0000 9553 2040 0001
Tytuł przelewu: **DAR BIEGACZA**
- o uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora;
- o uczestnicy wyrażają zgodę na wykorzystanie przez organizatora ich wizerunku w celu promocji Trailowych Biegów Duchowych i dokumentowania zawodów, a także na wykorzystanie ich wizerunku w celu promocji cyklu przez podmioty współorganizujące i partnerów oraz sponsorów zawodów.
- o **Zapisując się na bieg zawodnik poświadcza że:**

:

- zapoznał się z regulaminem imprezy oraz, że jest zdolny/a do udziału w zawodach i startuje na własną odpowiedzialność.

- wyraża zgodę, aby mój wizerunek utrwalony na zdjęciach, nagraniach filmowych oraz wywiady z moją osobą, a także wyniki z moimi danymi osobowymi mogły być wykorzystane przez prasę, radio i telewizję a także w celach marketingowych organizatora i sponsorów.

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

4. ZGŁOSZENIA

- o zgłoszenia można dokonać drogą elektroniczną poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie DATA SPORT pod linkiem: <https://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=4355>

5. TERMIN I MIEJSCE

- o Warszawa
- o Miejsce startu:

Kościół pod wezwaniem Św. Jana Kantego, ul. Krasińskiego 31, Warszawa

6. DYSTANS

- o dystans biegu:
 - DYSTANS I – 6 km
 - DYSTANS II – I i II etap razem - 6 km + 33 km

7. TRASA

Trasa podzielona jest na 2 etapy:

I Etap (6 km)

Tempo spokojne i spacerowe, a trasa jest łatwa i przebiega chodnikami oraz ścieżkami pieszymi.

Odcinek ten kończy się punktem odżywczym i rozdaniem dyplomów za ukończenie I etapu Biegu dla Niepokalanej.

1. Kościół pod wezwaniem św. Jana Kantego, ul. Krasińskiego 31 - Kościół bł. E. Detkensa ul. Dewajtis 3 dystans ok. 6 km

II Etap (33 km)

Tempo jest sprawne ok 5,0 - 5,5 km/min, a fragmentami trasa mocno wymagająca.

2. Kościół bł. E. Detkensa, ul. Dewajtis 3 - Las Bielański (trudny i dynamiczny trail z obowiązkową czołówką ok. 5km) - Katedra Warszawsko-Praska pod wezwaniem św. Floriana dystans (ok. 10 km) Katedra Warszawsko-Praska pod wezwaniem św. Floriana - Kopiec Powstania Warszawskiego (wbiegamy na Kopiec) - Kościół św. Kazimierza ul. Chełmska 21a dystans (ok. 10km), Kościół św. Kazimierza ul. Chełmska 21a - Kościół św. Anny na Krakowskim Przedmieściu 68, dystans ok. 6km.

Zakończenie Nocnego Trailowego Biegu Duchowego planowane jest na godzinę ok. 1:30.

Zgłosić się można do udziału na I lub dwa etapy Nocnego Trailowego Biegu Duchowego.
Uczestnik ma ze sobą sprawnie działającą czołówkę!!!

8. HARMONOGRAM WYDARZENIA

17:45 – 18:30 - Biuro zawodów zlokalizowane przy Kościele w domu parafialnym, ul. Krasińskiego 31.

18:30 – Msza Święta Kościół św. Jana Kantego

19:30 - odprawa i rozgrzewka

20:00 – Start Nocnego Trailowego Biegu Duchowego

21:00 – punkt odżywczy (duchowy i spożywczy) Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego, ul. Dewajtis 3

21:30 – drugi etap

23:00 - punkt odżywczy (duchowy i spożywczy) Katedra Warszawsko-Praska Św. Floriana

00:30 – polowy punkt odżywczy z samochodu (duchowy i spożywczy) przy kościele św. Kazimierza ul. Chełmska 21a

01:30 – dotarcie do Kościoła św. Anny.

9. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- o Wydarzenie odbywać się będą bez względu na warunki atmosferyczne;
- o obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii uczestników;
- o organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki;
- o organizator informuje, iż nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem;
- o organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce;
- o decyzje personelu medycznego dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne;
- o uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w Biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Przekazanie Organizatorowi prawidłowo

wypełnionego Formularza Rejestracyjnego oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w Biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność;

- o uczestnik posiada aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w Biegu lub podpisze własnoręcznie oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w Biegu;
- o organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w Biegu;
- o młodzież poniżej 18. roku życia startuje za pisemną zgodą rodzica/opiekuna;
- o **uczestnik ma ze sobą sprawnie działającą czołówkę!!!**