

REGULAMIN
„V BIEG FLAGI I KONSTYTUCJI 3 MAJA”
Chełmsko 03.05.2026 r.

1. Organizator: Gminny Ośrodek Kultury w Przytocznej
2. Cel zawodów:
 - uczczenie Dnia Flagi i Konstytucji 3 Maja
 - Aktywność ruchowa na świeżym powietrzu
 - Upowszechnianie biegu jako najprostszej formy ruchu
 - Promocja życia
 - Promocja przyjaznego biegaczom i amatorom rekreacji Chełmska i Gminy Przytoczna
3. Biuro organizacyjne:
boisko sportowe w Chełmsku, biuro czynne od 14:00-17:00
4. Termin i miejsce:
3 maja 2026 r. (niedziela), start i meta na boisku sportowym w Chełmsku, trasy biegu prowadzą drogami wewnętrznymi Chełmska
5. Uczestnictwo:
w biegu uczestniczyć mogą osoby, które zgłosiły swój udział: e-mailowo gokis@o2.pl, osobiście w budynku GOK Przytoczna ul. Główna 42 lub na Facebooku.
Termin zgłoszeń do biegu do 29.04.2026 r. włącznie.
6. Limit uczestników:
wynosi 100 osób, w przypadku gdy nie zostanie wyczerpany limit uczestników istnieje możliwość zgłoszenia w dniu biegu w biurze zawodów na boisku sportowym w Chełmsku do godz. 15:00
7. Ograniczenia wiekowe:
Bieg dla dzieci klas I-III Szkoły Podstawowej na dystansie 350 m
Bieg dla dzieci i młodzieży klas IV-VIII Szkoły Podstawowej na dystansie 650 m
Bieg dla młodzieży Szkół Średnich i dorosłych na dystansie 3000 m (2 pętle po 1500 m)
W przypadku rejestracji osób niepełnoletnich wymagane jest dołączenie „Oświadczenie rodzica lub Opiekuna prawnego o zdolności dziecka do udziału w zajęciach rekreacyjno-sportowych” z podpisem rodzica bądź Opiekuna prawnego, wyrażającego zgodę na udział w Biegu osoby niepełnoletniej i biorącego za nią odpowiedzialność.
8. Różne:
 - wszystkie istotne szczegóły dotyczące biegu oraz komunikat końcowy można znaleźć na stronie gokis@o2.pl
 - W miejscu zawodów będzie znajdować się punkt medyczny
 - Zawody odbędą się bez względu na pogodę
 - Każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy medal, okolicznościowy dyplom z indywidualnym czasem pokonania trasy biegu, napój i posiłek regeneracyjny
 - We wszystkich trzech biegach za pierwsze trzy miejsca w kategorii kobiet i mężczyzn zostaną przyznane puchary.
9. Minutowy plan zawodów:
 - 15:00- uroczyste otwarcie V Biegu Flagi i Konstytucji 3 Maja
 - 15:15 wspólna rozgrzewka i start klas I-III
 - 15:30 wspólna rozgrzewka i start klas IV-VIII
 - 15:50 start biegu młodzieży szkół średnich i osób dorosłych
 - 16:20 część artystyczna, odbiór okolicznościowych dyplomów
 - 17:00 wręczenie pucharów i zakończenie biegów
10. Postanowienia końcowe:
Jeżeli którekolwiek z postanowień Regulaminu uznane zostanie w całości lub częściowo za nieważne lub niemożliwe do wyegzekwowania, to wszelkie inne postanowienia (w całości bądź częściowo) zachowują ważność i wykonalność. Wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.
Organizator informuje, iż posiada ubezpieczenie Odpowiedzialności Cywilnej podczas przebiegu imprezy. Uczestnikom doradza się, jeżeli uznają to za konieczne, by zakupili stosowne, dodatkowe ubezpieczenie. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu przez lub w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, a także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce. Uczestnik wyraża zgodę na powyższe działania. 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), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Dodatkowo, mogą wystąpić inne czynniki ryzyka, niemożliwe do przewidzenia w tym momencie. Rejestracja zawodnika 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. Uczestnik oświadcza, że nie będzie działał na szkodę Organizatora. Uczestnik deklaruje, że zwróci Organizatorowi wszystkie koszty (w tym koszty honorariów adwokackich i eksperckich) poniesione lub wypłacone przez Organizatora na rzecz jakiejkolwiek osoby (w tym Uczestnika i/lub każdego z jego ubezpieczycieli) w związku z jakimkolwiek wypadkiem, stratą, szkodą lub odniesieniem obrażeń (w tym śmiercią), wynikłym z obecności lub udziału Uczestnika Biegu z wyjątkiem wypadków spowodowanych zaniedbaniem ze strony Organizatora.

Uczestnika musi wyrazić zgodę na poddanie się wymaganiom zawartym w niniejszym Regulaminie, w tym wyrazić zgodę na przetwarzanie danych osobowych zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. O ochronie danych osobowych (tekst jednolity: Dz. U. 2002 r. Nr 101 poz. 926, ze zm.) oraz Regulaminem. Organizator zastrzega sobie również, a także swoim agentom i podmiotom powiązanym, prawo do nieodpłatnego wykorzystywania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających Uczestnika. Uczestnik udziela Organizatorowi oraz podmiotom z nim powiązanym, nieograniczonej licencji na używanie zdjęć, informacji, pomysłów Uczestnika w dowolnym celu, bez obowiązku powiadamiania i wynagrodzenia majątkowego Uczestnika.

Dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury w Przytocznej

Piotr Barski