

Regulamin Łódzki Bieg Konstytucji

§ 1. POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Łódzki Bieg Konstytucji (zwany dalej Biegiem) organizowany jest przez Lumi Loom Maciej Sobczak.
2. Wszystkich uczestników biegu obowiązuje niniejszy regulamin, a wiążąca interpretacja stanowi wyłączną domenę organizatora biegu.
3. Pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu Biegu.

§ 2. TERMIN I MIEJSCE BIEGU

1. Bieg odbędzie się w dniu 3 maja 2026, start i meta miejsce Park im. Adama Mickiewicza w Łodzi.
2. Trasa biegu poprowadzona jest alejkami parkowymi
3. Biegi zostaną rozegrany na dystansie:
- ok. 5 km
Trasa nie jest atestowana.
4. Trasa znakowana będzie strzałkami i taśmą, a miejsca o utrudnionej orientacji zostaną zabezpieczone i oznaczone.
5. Trasy biegu nie będzie wyłączona z ruchu pieszego i rowerowego.

§ 3. CZAS BIEGU

1. Start biegu nastąpi o godzinie 12:00.
2. Ustala się limit czasu:
- dla biegu 5 km na 1 godzinę
Zawodnicy, którzy przed upływem tego czasu nie dobiegną do mety nie będą klasyfikowani.

§ 4. PUNKTY ODŻYWIANIA I PUNKTY KONTROLNE

1. Na trasie biegu 5 km nie będą usytuowane punkty z napojami dla zawodników. Nie przewiduje się również punktów z odżywkami własnymi zawodników.

§ 5. UCZESTNICTWO W BIEGU

1. W biegu głównym startować mogą wyłącznie osoby, które najpóźniej w dniu 2 maja 2026 roku ukończą 16 lat.

2. Uczestnicy niepełnoletni muszą się stawić po odbiór pakietów z rodzicem lub opiekunem prawnym, który podpisze zgodę na udział w biegu.
3. Odbiór numerów startowych odbywa się w Biurze zawodów. Szczegółowy harmonogram pracy Biura będzie udostępniony i opublikowany w komunikacie startowym.
4. Biuro Zawodów, w dniu biegu, mieścić się będzie w okolicy STARTU/METY.
5. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do Biegu jest okazanie dokumentu tożsamości oraz złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w Biegu albo przedstawienie zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w Biegu..
6. Pomiar czasu odbywa się za pomocą chipów w numerach startowych. Brak numeru z chipem będzie równoznaczny z dyskwalifikacją zawodnika.
7. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane w pozycji poziomej z przodu do odzieży wierzchniej. Zastąpienie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja, zmiana pozycji mocowania, przekazywanie numeru startowego innej osobie jest zabroniona i wiąże się z możliwością dyskwalifikacji zawodnika.
8. Nieuwzględnienie zawodnika w wynikach, wynikające z niepoprawnie zamocowanego chipa, nie stanowi podstawy do protestu. W przypadku umieszczenia chipa w innym miejscu, jakiegokolwiek uwagi do wyników będą od razu odrzucane.
9. Do klasyfikacji generalnej liczy się czas brutto, w wynikach podany zostanie również czas netto.
10. Organizator nie ubezpiecza zawodników, każdy z nich bierze udział w Biegu na własne ryzyko.

§ 6. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

1. Do dnia 3 maja 2026 zgłoszenia udziału w Biegu dokonywane są przez stronę internetową organizatora za pomocą formularza zgłoszeniowego
2. Warunkiem uczestnictwa w biegu jest wniesienie opłaty startowej i podpisanie zgody na udział w biegu w biurze zawodów.
3. Wysokość opłaty startowej wynosi: 50zł.
4. Z każdej opłaty startowej 10zł przeznaczane jest na wsparcie wypoczynku letniego dzieci i młodzieży z Łódzkiego Szczepu Harcerskiego ZHR "Horyzont"

5. Dokonanie opłaty startowej jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu imprezy.
6. Warunkiem zgłoszenia do Biegu jest:
 - wypełnienie formularza zgłoszeniowego za pośrednictwem strony internetowej podanej przez organizatora i uiszczenie opłaty startowej,
 - okazanie dokumentu tożsamości oraz złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w Biegu albo przedstawienie zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu,
 - podpisanie oświadczenia o wyrażeniu zgody na przetwarzanie danych osobowych na potrzeby organizacji biegu i pomiaru czasu oraz ich umieszczenie na stronie internetowej organizatora i podmiotu wykonującego pomiar czasu.
7. Zawodnicy, którzy do 7 dni przed biegiem, nie opłacą wpisowego zostaną usunięci z listy startowej.
8. Uiszczona opłata nie podlega zwrotowi ale może zostać przeniesiona na rzecz innego zawodnika za dodatkową opłatą w wysokości 10 zł. Przeniesienie opłaty może być dokonane wyłącznie przed zamknięciem zapisów internetowych przez stronę zapisów.
9. Ustala się limit uczestników biegu na 200 osób. W przypadku przekroczenia limitu decydująca będzie data zaksięgowania opłaty startowej, a przypadki sporne będą rozstrzygane przez losowanie przeprowadzone przez Dyrektora Biegu.
10. Możliwe jest zwiększenie limitu uczestników biegu przez Organizatora.

§ 7. PAKIET STARTOWY I MEDALE

1. Pakiet startowy Uczestnika biegu głównego obejmuje:
 - numer startowy z chipem do elektronicznego pomiaru czasu,
 - poczęstunek po zakończeniu biegu.
 - wodę
 - dodatkowe świadczenia, bonusy i gadżety, o ile zostaną ogłoszone przez Organizatora na stronie wydarzenia.
2. Pakiet startowy NIE obejmuje medalu.

Medal stanowi formę uhonorowania uczestników, którzy ukończą bieg w wyznaczonym limicie czasu, pokonując całą trasę zgodnie z zasadami regulaminu.

Jego celem jest docenienie wysiłku i determinacji biegaczy, którzy podjęli wyzwanie i dotarli do mety.

3. Uczestnicy, którzy nie stawią się po odbiór numerów startowych w godzinach pracy biura, zrezygnują z biegu lub nie ukończą go w limicie czasu, nie otrzymują medalu.

§ 8. BIEGI DLA DZIECI

1. Przed biegiem głównym odbędą się biegi dla dzieci.
2. Dystanse zostaną dostosowane do wieku uczestników. 200 m – 2020 – młodszy, 400 m – 2015 – 2019, 600 m – 2014 – 2009.
3. Dystanse mogą ulec zmianie w zależności od ilości i wieku chętnych.
4. Udział w biegach dziecięcych kosztuje 10zł, z czego 5 zł zostanie przeznaczone na wsparcie wypoczynku letniego dzieci i młodzieży z Łódzkiego Szczepu Harcerskiego “Horyzont”
5. Na biegi dziecięce obowiązuje limit uczestników: 50 osób.
6. Każde dziecko uczestniczące w biegu otrzyma pamiątkowy numer startowy, medal, wodę i poczęstunek na mecie.
7. Na biegach dla dzieci nie jest prowadzony pomiar czasu i każde dziecko, które ukończy bieg otrzymuje pamiątkowy medal.
8. Wzór medalu może, lecz nie musi być identyczny z medalem z biegu głównego.
9. Dzieci uczestniczące w biegach muszą być pod opieką rodzica lub innej osoby dorosłej przez cały czas trwania imprezy.

§ 9. KOMUNIKACJA Z UCZESTNIKAMI

1. Aby zapewnić pełną przejrzystość i sprawny przepływ informacji, wszystkie bieżące komunikaty dotyczące Biegu – w tym aktualizacje organizacyjne, zmiany, ważne ogłoszenia i ciekawostki – publikowane są na profilu wydarzenia na Facebooku.
<https://www.facebook.com/events/1878969392790880>
2. Zalecane jest kliknięcie „Wezmę udział” w wydarzeniu, aby automatycznie otrzymywać powiadomienia o wszystkich nowościach.
3. Warto również obserwować naszą oficjalną stronę firmową na Facebooku, gdzie pojawiają się dodatkowe informacje związane z biegiem, organizacją imprezy oraz inne wydarzenia sportowe, które organizujemy.
4. Wszelkie komunikaty publikowane w tych kanałach stanowią oficjalne źródło informacji o Biegu.
5. Na 2-3 dni przed biegiem zostanie opublikowany komunikat startowy. Będzie on dostępny na stronie wydarzenia na FB, a także przesłany do

uczestników drogą mailową na adres podany przy rejestracji Uczestnika. Będzie on zawierał wszystkie istotne informacje dotyczące harmonogramu wydarzenia, godzin pracy biura, godzin startu biegów i inne ważne informacje.

§ 10. POSTANOWIENIA PORZĄDKOWE

1. Zabronione jest:
 - umyślne utrudnianie biegu konkurentom, w szczególności utrudnianie wyprzedzania przez zabieganie drogi,
 - niszczenie oznakowania trasy.
2. Naruszenie zakazów określonych w ust. 1 skutkuje dyskwalifikacją, o czym orzeka Dyrektor Biegu.
3. Zawodnicy zobowiązani są zachować ostrożność w szczególności w miejscach, w których trasa biegu przebiega po drodze publicznej

§ 8. KLASYFIKACJE

Podczas Biegu prowadzone będą następujące klasyfikacje:
- klasyfikacja open mężczyzn i kobiet.

§ 9. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zawodnikowi nie wolno korzystać z jakiegokolwiek pomocy określonej w przepisach zawodów w lekkoatletyce, m. in. dotyczy to asysty zawodnikom przez osoby nieuczestniczące w biegu, biegnące z zawodnikiem lub jadące na rowerze.
2. Obowiązuje bezwzględny zakaz wyrzucania śmieci poza punktemi zrzutu wyznaczonymi przez Organizatora pod rygorem dyskwalifikacji.
3. Organizator objęty jest ubezpieczeniem.
4. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Uczestnik rejestrując się do biegu przyjmuje 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.
5. Na miejsce biegu zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji, środków podnoszących wydajność fizyczną oraz środków alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju. Uczestnikom zabrania się zażywania takich środków i substancji zarówno przed jak i

podczas biegu pod groźbą wykluczenia z niego. W wypadku stwierdzenia, że uczestnik narusza powyższy zakaz, organizator zastrzega sobie możliwość niedopuszczenia go do udziału w biegu lub wykluczenia go w jego trakcie.

6. Ze względów bezpieczeństwa zabrania się wnoszenia na trasę, okolice startu i mety biegu przedmiotów mogących stanowić zagrożenie dla innych Uczestników lub kibiców i osób towarzyszących.
7. Organizator zapewnia opiekę medyczną wyłącznie dla uczestników imprezy na trasie biegu od momentu startu do zamknięcia trasy biegu określonej limitem czasowym. Organizator nie pokrywa kosztów medycznych lub kosztów transportu nieobjętych zakresem zabezpieczenia medycznego imprezy.
8. Decyzje podjęte przez Koordynatora medycznego lub obsługę medyczną co do udziału zawodnika w biegu są niezawisłe oraz są wiążące wobec zawodnika. Nie zastosowanie się do zaleceń obsługi medycznej powoduje dyskwalifikację.
9. Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki oraz za zaginięcie rzeczy cennych pozostawionych w depozycie.
10. Organizator nie zapewnia przebieralni. W okolicy Biura Zawodów będzie znajdować się depozyt.
11. Każdy uczestnik, który zrezygnuje z udziału w biegu w trakcie jego trwania, powinien bezzwłocznie zgłosić ten fakt obsłudze technicznej będącej na trasie biegu lub w biurze zawodów.
12. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
13. Dane osobowe uczestników biegu będą wykorzystywane zgodnie z warunkami określonymi w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016, str. 1) oraz Ustawą z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych. Administratorem danych osobowych jest Organizator.
14. Przetwarzanie danych, o których mowa, w związku z udziałem w biegu obejmuje także publikację imienia i nazwiska, płci, klubu uczestnika wraz z rokiem urodzenia i z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje – w każdy sposób, w jaki publikowany lub rozpowszechniany będzie Bieg.
15. Uczestnikowi przysługują wszystkie prawa zgodne z RODO.

16. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w biegu.
17. Administrator będzie przetwarzał dane osobowe w celu organizacji imprezy sportowej wyłącznie w zakresie koniecznym do prawidłowej organizacji Biegu.
18. Uczestnik biegu wyraża zgodę na utrwalanie swojego wizerunku w trakcie trwania imprezy i na jego publikację w materiałach promocyjnych i informacyjnych Organizatora.
19. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania imprezy bez podawania przyczyn, a także zmiany daty, miejsca lub trasy (np. z powodu warunków atmosferycznych, siły wyższej)
20. Organizator zastrzega sobie prawo wprowadzania zmian w regulaminie w trakcie trwania imprezy jeśli będzie wymagać tego sytuacja i bezpieczeństwo zawodników i organizatora.
21. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian oraz ostatecznej interpretacji regulaminu, który będzie dostępny w biurze zawodów.
22. Wiążącej i ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu dokonuje Dyrektor Biegu.