

REGULAMIN

„Ptaszkowska Wiosenna Piątka & Dycha 2026”

18 kwietnia 2026 r.

CSZ Ptaszkowa

Godz.10.00

I. CEL IMPREZY

1. Uroczyste otwarcie sezonu biegowego 2026.
2. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.
3. Promocja infrastruktury sportowej CSZ Ptaszkowa.
4. Integracja mieszkańców Gminy Grybów i regionu.

II. ORGANIZATOR

Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji z siedzibą w Ptaszkowej (GOSiR)

Patronat honorowy:

Wójt Gminy Grybów

Patronat medialny:

Skipol.pl

Kontakt:

 csz@gminagrybow.pl +48 694 413 860

 m.marcisz@gminagrybow.pl +48 511 251 320

III. TERMIN I MIEJSCE

1. Zawody odbędą się w dniu 18 kwietnia 2026 r. (sobota).
2. Start i meta zlokalizowane będą na terenie CSZ Ptaszkowa.
3. Biuro zawodów czynne w dniu imprezy od godz. 8:00.

IV. FORMAT ZAWODÓW

1. Wszystkie biegi odbywają się w formule masstart (start wspólny).
2. Zawody odbywają się bez elektronicznego pomiaru czasu.
3. Kolejność na mecie ustalana będzie przez komisję sędziowską na podstawie obserwacji bezpośredniej oraz ewentualnego zapisu wideo.
4. Zawody mają charakter sportowo–rekreacyjny.

V. PROGRAM ZAWODÓW

- 8:00 – Otwarcie biura zawodów
- 10:00 – Biegi dziecięce
- 11:00 – Start biegu 5 km
- 12:00 – Start biegu 10 km
- 13:30 – Bieg rodzinny 2 km
- 14:30 – Dekoracja zwycięzców i zakończenie imprezy

Organizator zastrzega możliwość zmian godzinowych.

VI. DYSTANSE

1. Bieg 10 km
2. Bieg 5 km (2012 i starsi)
3. Bieg rodzinny – 2 km
4. Biegi dziecięce:
 - 100 m (2019 i młodsi)
 - 300 m (2018-2016)
 - 600 m (2015-2013)

VII. UCZESTNICTWO

1. 10 km – osoby pełnoletnie.
2. 5 km – urodzeni: 2012- 2008.
3. Osoby niepełnoletnie muszą posiadać pisemną zgodę rodzica/opiekuna.
4. Każdy uczestnik podpisuje oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych.
5. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność.

VIII. ZGŁOSZENIA

1. Udział w zawodach jest bezpłatny.
2. Zgłoszenia przyjmowane są do dnia 15.04.2026 r. drogą mailową na adres:

 csz@gminagrybow.pl

 m.marcisz@gminagrybow.pl

W zgłoszeniu należy podać:

- Imię i nazwisko startującego
 - Datę urodzenia
 - Wybrany dystans
 - Kategorię wiekową
 - Klub / team (jeżeli dotyczy)
3. W przypadku osób niepełnoletnich zgłoszenie musi zostać potwierdzone przez rodzica/opiekuna.
 4. O udziale decyduje kolejność zgłoszeń.

Limit uczestników:

200 osób

IX. KLASYFIKACJA I USTALANIE KOLEJNOŚCI

1. Zawody odbywają się bez pomiaru czasu.
2. Kolejność ustala komisja sędziowska na podstawie kolejności przekroczenia linii mety.

Bieg 5 km

- nagrodzonych zostanie:
 - pierwszych 3 kobiet,
 - pierwszych 3 mężczyzn.

Bieg 10 km

- nagrodzonych zostanie:
 - pierwszych 3 kobiet,
 - pierwszych 3 mężczyzn.

Bieg rodzinny (2 km)

- nagrodzone zostaną pierwsze trzy rodziny na mecie.
- Za rodzinę uznaje się minimum 2 osoby spokrewnione lub pozostające we wspólnym gospodarstwie domowym, które przekraczają linię mety razem.

Biegi dziecięce

- w każdej kategorii dystansowej nagrodzonych zostanie:
 - pierwszych 3 dziewczynek,
 - pierwszych 3 chłopców.
- pozostałe dzieci otrzymują medale pamiątkowe.

X. NAGRODY

1. Puchary / statuetki dla:
 - pierwszych 3 kobiet i 3 mężczyzn w biegu 5 km,
 - pierwszych 3 kobiet i 3 mężczyzn w biegu 10 km,
 - pierwszych 3 rodzin w biegu rodzinnym,
 - pierwszych 3 dziewczynek i 3 chłopców w każdej kategorii biegu dziecięcego.
2. Medale pamiątkowe dla wszystkich uczestników.
3. Organizator zastrzega możliwość przyznania dodatkowych wyróżnień.

XI. ŚWIADCZENIA DLA UCZESTNIKÓW

- medal pamiątkowy
- zabezpieczenie medyczne
- napój
- dostęp do zaplecza sanitarnego

XII. BEZPIECZEŃSTWO

1. Trasa będzie oznakowana i zabezpieczona.
2. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania poleceń organizatora oraz służb porządkowych.
3. Zabrania się startu ze zwierzętami.
4. Start z wózkiem dziecięcym dopuszczalny wyłącznie w biegu rodzinnym.
5. Organizator zapewnia zabezpieczenie medyczne.

XIII. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

Administratorem danych osobowych jest GOSiR z siedzibą w Ptaszkowej.

Dane przetwarzane są wyłącznie w celu organizacji zawodów, prowadzenia list startowych oraz publikacji wyników.

XIV. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie.
3. Interpretacja regulaminu należy do Organizatora.
4. Udział w zawodach na własną odpowiedzialność.