

# **Regulamin biegu pod nazwą „Tropem Wilczym. Bieg Pamięci Żołnierzy Wyklętych” Nasielsk, dnia 21 czerwca 2026 r.**

## **I. ORGANIZATOR**

1. Ogólnopolskim organizatorem biegu pod nazwą „Tropem Wilczym. Bieg Pamięci Żołnierzy Wyklętych”, zwanego dalej „Biegiem” jest Fundacja Wolność i Demokracja, zaś organizatorem lokalnym, zwanym dalej „Organizatorem”, jest Gmina Nasielsk (Urząd Miejski w Nasielsku).

## **II. CELE**

1. Oddanie hołdu Żołnierzom Wyklętym – żołnierzom polskiego podziemia antykomunistycznego działającego w latach 1944-1963 w obrębie przedwojennych granic Rzeczypospolitej Polskiej.
2. Popularyzacja wiedzy na temat Żołnierzy Wyklętych.
3. Podtrzymanie świadomości historycznej na temat Żołnierzy Wyklętych wśród Polaków.
4. Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu.
5. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.

## **III. TERMIN I MIEJSCE**

1. Bieg odbędzie się w dniu 21.06.2026 r. (niedziela) w godz. **11.30 - 13.30 w Popowie Borowym**, start i meta przy Szkole Podstawowej im. Marii Konopnickiej w Popowie Borowym.
2. Biuro Zawodów otwarte będzie w dniu 21.06.2026 r. od godz. 10.00 do godz. 11:00 przy Szkole Podstawowej im. Marii Konopnickiej w Popowie Borowym. Odbiór pakietów dla zapisanych internetowo biegaczy odbywa się w godzinach 10:00 - 10:40, natomiast ewentualne zapisy na wolne miejsca trwać będą w godz. 10:40 - 11:00.
3. Bieg odbędzie się w terminie wskazanym w pkt. 1 bez względu na warunki atmosferyczne. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany godziny rozpoczęcia Biegu, miejsca Biegu oraz skrócenia dystansu biegu głównego (dotyczy dystansu 6 km) w razie wystąpienia okoliczności niemożliwych do przewidzenia w dniu opracowania i publikacji niniejszego Regulaminu lub z powodu siły wyższej (np. niekorzystnych warunków pogodowych, decyzji służb porządkowych bądź ratowniczych), przy czym Uczestnik Biegu zostanie o tym fakcie zawiadomiony poprzez zamieszczenie odpowiedniej informacji na stronie internetowej Organizatora, zwanej dalej „stroną internetową”, pod adresem [www.nasielsk.pl](http://www.nasielsk.pl), a w przypadku zaistnienia okoliczności w przeddzień lub w dniu Biegu – przed jego rozpoczęciem. Dokonanie zmian w powyższym zakresie nie skutkuje powstaniem ze strony Organizatora żadnych dodatkowych zobowiązań w stosunku do Uczestnika.
4. Długość tras organizowanego Biegu: **1.963 m oraz 6 km**.
5. Start biegu na dystansie 1963 m rozpocznie się o godz. 11:30, natomiast bieg na dystansie 6 km rozpocznie się o godz. 12:20.
6. Trasa Biegu na dystansie 1.963 m przebiega w całości drogami o asfaltowej nawierzchni. Trasa biegu na dystansie 6 km przebiega w większej części drogami o asfaltowej nawierzchni; około 1,5 km to drogi polne (z możliwym głębszym piaskiem) i na granicy lasu. W przypadku złej pogody niektóre fragmenty trasy biegu mogą być pokryte błotem i kałużami. Możliwe są lokalne uszczerbki w nawierzchni.
7. Oba biegi poprzedza rozgrzewka planowana na godzinę 11:20.
8. Uczestnicy ustawiają się na starcie w wyznaczonym przez Organizatora miejscu i czasie.
9. Szczegółowy program Biegu w dniu 21.06.2026 r.:
  - 1) Biuro Zawodów na terenie przy Szkole Podstawowej im. Marii Konopnickiej w Popowie Borowym – czynne w godz. 10:00 – 11:00
  - 2) Rozgrzewka dla wszystkich Uczestników – godz. 11:20
  - 3) START BIEGU na 1963 m – godz. 11:30
  - 4) START BIEGU na 6 km – godz. 12:20
  - 5) Zakończenie Biegu - ok. godz. 13:30
  - 6) Rozdanie nagród dla najlepszych uczestników Biegu – ok. godz. 13:45

## **IV. WARUNKI ZGŁOSZENIA I UCZESTNICTWA**

1. Dopuszcza się udział w Biegu osób, które do dnia Biegu nie ukończyły 18 lat. W przypadku tych osób wymagane jest posiadanie pozwolenia na udział w Biegu w formie wypełnionego i podpisanego

własnoręcznie (czytelnie) przez rodzica lub prawnego opiekuna „Oświadczenia rodzica lub opiekuna prawnego o zdolności dziecka do udziału w biegu”, które to oświadczenie znajduje się na „Karcie zgłoszenia uczestnika biegu”. Poprzez podpisanie oświadczenia rodzic lub opiekun prawny wyraża zgodę na udział w Biegu osoby niepełnoletniej i bierze za nią odpowiedzialność. Oświadczenie takie musi być podpisane w momencie złożenia „Karty zgłoszenia uczestnika biegu”.

2. Warunkiem uczestnictwa w Biegu jest prawidłowe i kompletne wypełnienie oraz przekazanie do Organizatora „Karty zgłoszenia uczestnika biegu”, stanowiącej załącznik do niniejszego Regulaminu.
3. Wypełnienie „Karty zgłoszenia uczestnika biegu” jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu. Organizator zastrzega sobie prawo do odrzucenia każdej „Karty zgłoszenia uczestnika biegu” wypełnionej niekompletnie, nieczytelnie, bądź co do której istnieje podejrzenie, że została wypełniona niezgodnie z prawdą oraz do zdyskwalifikowania każdego Uczestnika, wobec którego istnieje uzasadnione przekonanie, że naruszył warunki niniejszego Regulaminu.
4. Liczba uczestników jest ograniczona limitem pakietów startowych – limit osób startujących to **150 osób**.
5. **Zapisy do biegu odbywają się internetowo w dniach 1 czerwca - 19 czerwca 2026 roku, poprzez platformę Czasomierzyk.** „Karty zgłoszenia uczestnika biegu”, należy podpisać własnoręcznie w dniu Biegu w Biurze Zawodów, koniecznie przed startem Biegu. (Karty będą dostarczone do Biura Zawodów w dniu Biegu).
6. Organizator zastrzega sobie prawo do zakończenia zapisów internetowych po osiągnięciu limitu pakietów startowych.
7. Ewentualne zapisy na pozostałe wolne miejsca będą mogły zostać dokonane osobiście w dniu Biegu w Biurze Zawodów od godz. 10.40 do 11.00.
8. Przy zapisie do biegu należy na „Karcie zgłoszenia uczestnika biegu” zadeklarować dystans do przebiegnięcia – 1.963 m lub 6 km.
9. Każdy uczestnik Biegu przed rozpoczęciem Biegu jest zobowiązany do zweryfikowania i własnoręcznego podpisania swojego zgłoszenia oraz odebrania pakietu startowego w Biurze Zawodów. Za zawodników nieletnich oświadczenie podpisują Opiekunowie prawni.
10. Weryfikacja uczestników, którzy dokonali zgłoszenia internetowego poprzez platformę Czasomierzyk oraz odbiór pakietów startowych odbywa się w dniu Biegu, tj. w dniu 21.06.2026 r. w godzinach **10:00 – 10:40**, w Biurze Zawodów. W celu weryfikacji zgłoszenia oraz odbioru pakietu startowego uczestnik musi posiadać ze sobą dokument tożsamości zgodny z danymi podanymi na „Karcie zgłoszenia uczestnika biegu”.
11. Również **osoby zapisujące się w Biurze Zawodów w dniu Biegu muszą posiadać ze sobą dokument tożsamości** oraz kompletnie i czytelnie wypełnić, podpisać i złożyć „Kartę zgłoszenia uczestnika biegu”.
12. Osoby, które nie ukończyły 18. roku życia, zapisujące się w Biurze Zawodów w dniu Biegu na „Karcie zgłoszenia uczestnika biegu” muszą dodatkowo posiadać wypełnione i podpisane własnoręcznie przez rodzica lub prawnego opiekuna „Oświadczenie rodzica lub opiekuna prawnego o zdolności dziecka do udziału w biegu”.
13. Regulamin jest dostępny na stronie internetowej Organizatora ([www.nasielsk.pl](http://www.nasielsk.pl)).
14. Organizator zastrzega sobie, a także podmiotom z nim powiązany, prawo do robienia zdjęć i/lub filmowania, używania imion i nazwisk, wizerunku, podobizny oraz innych materiałów pochodzących lub związanych z uczestnictwem w Biegu na potrzeby reklamowe, promocyjne, a także możliwość ich wykorzystania na stronie internetowej, w prasie i publikacjach promocyjno-reklamowych oraz na wszelkie inne potrzeby komercyjne, z prawem do ich modyfikowania. Uczestnik oświadcza, że Organizator, ani podmioty z nim powiązane, nie są i nie będą zobligowane do uiszczenia jakichkolwiek opłat związanych z uprawnieniami opisanymi w niniejszym punkcie. Uczestnik udziela Organizatorowi oraz podmiotom z nim powiązany, nieograniczonej zgody na używanie wypowiedzi, informacji, pomysłów Uczestnika, bez obowiązku powiadamiania i wynagrodzenia majątkowego Uczestnika, a w szczególności w celu reklamy i promocji.
15. Uczestnictwo w Biegu jest **bezpłatne**.
16. Uczestnicy Biegu otrzymują w pakiecie startowym okolicznościową koszulkę, numer startowy i transponder pomiarowy. Zaleca się start w Biegu w okolicznościowej koszulce. Numer startowy Uczestnicy są zobligowani umieścić w widocznym miejscu z przodu na koszulce.

**Transponder pomiarowy jest w numerze startowym.**

W przypadku zgubienia/zniszczenia transpondera zawodnik wpłaca opłatę odtworzeniową 30 zł.

Przebywanie na trasie Biegu bez ważnego numeru startowego i transpondera przyznanego przez Organizatora jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą proszone o zejście z trasy

przez obsługę trasy Biegu. Uczestnik, który dobiegnie do mety Biegu bez ważnego numeru startowego, nie zostanie sklasyfikowany.

17. Organizator nie gwarantuje otrzymania koszulki w rozmiarze, w jakim Uczestnik chciałby ją otrzymać.
18. Organizator nie ponosi wobec Uczestnika jakiegokolwiek odpowiedzialności związanej z nieodebraniem przez uczestnika pakietu startowego lub jakiegokolwiek z jego elementów.
19. Ze względów bezpieczeństwa zabroniony jest udział w Biegu osób poruszających się na rowerach, wrotkach, rolkach, deskorolkach oraz innych urządzeniach mechanicznych, a także z kijkami (trekingowymi i Nordic Walking). Niedozwolony jest również bieg ze zwierzętami.
20. Zabrania się wnoszenia na trasę Biegu przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych Uczestników. Na miejsce startu i mety oraz na trasę Biegu zabrania się wnoszenia środków odurzających, dopingowych, nielegalnych substancji oraz napojów alkoholowych. Nie zostaną dopuszczone do udziału w Biegu osoby, u których zostanie stwierdzone spożycie lub posiadanie jakichkolwiek środków odurzających, nielegalnych substancji oraz/lub napojów alkoholowych.
21. Bieg ubezpiecza Organizator. Organizator zapewnia ubezpieczenie OC i NNW. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia obsłudze medycznej Biegu do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, a także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce. Uczestnik wyraża zgodę na powyższe działania.
22. Decyzje obsługi medycznej co do kontynuowania udziału w Biegu są ostateczne i niezmiennie.
23. Podpisując i składając Organizatorowi prawidłowo wypełnioną „Kartę zgłoszenia uczestnika biegu” Uczestnik oświadcza, że jego obecny stan zdrowia pozwala na wzięcie udziału w Biegu oraz że startuje w nim dobrowolnie i wyłącznie na własną odpowiedzialność, a także że 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. Podpisanie i przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionej „Karty zgłoszenia uczestnika biegu” oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko. 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 jakiegokolwiek 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 w Biegu z wyjątkiem wypadków spowodowanych zaniedbaniem ze strony Organizatora.
24. Akceptując niniejszy Regulamin, Uczestnik oświadcza, że nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych/lekarskich do udziału w Biegu.
25. Organizator nie zapewnia Uczestnikom przejazdu na Bieg. Uczestnicy są zobowiązani we własnym zakresie i na własny koszt dotrzeć na miejsce Biegu i z niego wrócić.
26. Każdy uczestnik będzie mógł skorzystać z depozytu zapewnionego przez Organizatora.

## **V. KLASYFIKACJE I NAGRODY**

1. Wszyscy Uczestnicy, którzy ukończą Bieg (z numerem startowym) otrzymają pamiątkowy medal i dyplom.
2. Organizator przewiduje nagrody:
  - 1) w biegu na dystansie 1.963 m, w kategoriach:
    - 10 lat i młodsi – dla 3 najszybszych dziewcząt i 3 najszybszych chłopców
    - 11 – 14 lat - dla 3 najszybszych dziewcząt i 3 najszybszych chłopców
    - 15 – 18 lat - dla 3 najszybszych dziewcząt i 3 najszybszych chłopców
    - 19 – 25 lat - dla 3 najszybszych kobiet i 3 najszybszych mężczyzn
    - 26 – 39 lat - dla 3 najszybszych kobiet i 3 najszybszych mężczyzn
    - 40+ - dla 3 najszybszych kobiet i 3 najszybszych mężczyzn
  - 2) w biegu na dystansie 6 km nagrody przewidziano dla:
    - 3 najszybszych kobiet i 3 najszybszych mężczyzn

## **VI. POLITYKA PRYWATNOŚCI**

1. Uczestnik musi wyrazić zgodę na poddanie się wymaganiom zawartym w niniejszym Regulaminie, w tym wyrazić zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla celów przeprowadzenia imprezy i wykorzystywanie ich w celu prowadzenia komunikacji zgodnie z warunkami określonymi ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2016 r. poz. 922) oraz niniejszym Regulaminem. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w Biegu
2. Uczestnik ma prawo wglądu do treści swoich danych osobowych oraz ich poprawiania.
3. Dane osobowe Uczestnika umieszczone w „Karcie zgłoszenia uczestnika biegu” mogą być przetwarzane:
  - 1) w zakresie przeprowadzenia Biegu,
  - 2) w celu przyszłych działań komunikacyjno-marketingowych administratora i dysponenta danych osobowych.
4. Dane osobowe Uczestnika nie będą udostępniane innym odbiorcom danych za wyjątkiem wypadków obowiązkowego udzielenia informacji określonych w przepisach szczególnych.
5. Organizator zastrzega sobie prawo do wysyłania uczestnikom w dowolnym czasie wiadomości w zakresie prowadzenia i realizacji Biegu oraz funkcjonowania strony internetowej (przypomnienia, komunikaty systemowe, powiadomienia techniczne, ważne ogłoszenia).
6. Administratorem i dysponentem danych osobowych Uczestników jest Gmina Nasielsk oraz firma Czasomierzyk.

## **VIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. 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.
2. Kontakt z Organizatorem można nawiązać mailowo pisząc na adres: [m.paczkowska@nasielsk.pl](mailto:m.paczkowska@nasielsk.pl) lub telefonicznie - tel. kontaktowy (23) 693-30-55.
3. Wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.
4. W sprawach nieobjętych niniejszym Regulaminem rozstrzyga Organizator.