

Regulamin Nadpopradzkiej Piątki – biegniemy dla WOŚP 2026



1. Organizatorzy:

Miasto i Gmina Piwniczna-Zdrój

Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Piwnicznej-Zdroju

2. Partner: Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy

3. Koordynacja wydarzenia: Rafał Maćkowski – Urząd Miasta i Gminy Piwniczna-Zdrój

4. Cel wydarzenia:

- promocja aktywności fizycznej
- integracja społeczności
- popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu
- stworzenie wydarzenia promującego charytatywne włączenie się do WOŚP

5. Termin: 25 stycznia 2026 r. godz. 10:00

6. Czas trwania imprezy: 2 godziny

Uwagi:

W związku z organizacją biegu planowane jest zamknięcie dróg na trasie biegu od godziny 9:50 do 12:00.

Przywrócenie pełnej płynności ruchu na trasie biegu będzie realizowane systematycznie po opuszczeniu danego odcinka trasy przez ostatniego zawodnika. Bieg odbędzie się ze startu wspólnego w Parku św. Kingi w Głębokiem, aż do mety przy Kąpielisku w Radwanowie.

7. Trasa biegu: Bieg na dystansie 5km drogami gminnymi.

START (trasa biegu może ulec zmianie):

Park św. Kingi, droga gminna w kierunku Remizy OSP w Głębokiem, odbicie na drogę biegnącą nad Szkołą Podstawową w Głębokiem, droga w kierunku Armatur, PUNKT NA TRASIE (m.in. napoje), Stacja Trafo na Łomnickiem, droga przez Łomnickie w kierunku Kokuszki, droga gminna w kierunku mostu na Nakło, ul. Kościuszki w kierunku Radwanowa, meta przy budynku Kąpieliska w Radwanowie (Łomnickie 85).

Na trasie znajdowały się będą osoby odpowiedzialne za właściwe pokierowanie zawodników.

8. Program minutowy:

7:30 – otwarcie biura zawodów

7:30 – 9:20 – weryfikacja uczestników oraz odbiór pakietów startowych w budynku Kąpieliska na Radwanowie (Łomnickie 85, Piwniczna-Zdrój)
9:20 – zamknięcie przyjmowania zgłoszeń
9:20 – przejazd uczestników autokarami w pobliże miejsca Startu
9:50 – zamknięcie trasy dla ruchu drogowego
10:00 – **start biegu**
11:30 – zakończenie biegu na Radwanowie
12:00 - otwarcie całej trasy dla ruchu drogowego

9. Biuro zawodów: budynek Kąpieliska na Radwanowie, ul. Łomnickie 85, Piwniczna-Zdrój, godziny 7:30 – 14:00.

10. Zapisy/zgłoszenia:

- a) Zapisy elektroniczne za pomocą formularza google:
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeYFy0R_FJ3GCv0UqChmR1VPnHp_tufw863f6lVuJGtnZ-QGA/viewform zamieszczonego także na stronie mgok.piwniczna.pl: od 19 grudnia 2025 r. do 23 stycznia 2026 r. (włącznie).
- b) Istnieje możliwość zapisu w biurze zawodów w dniu biegu – opłata startowa uiszczana jest wówczas bezpośrednio do skarbonki WOŚP;
- c) Limit miejsc: 150 osób zapisanych i opłaconych zawodników otrzymuje gwarantowane przez organizatorów pakiety startowe, pozostałe osoby: start bez pakietu.
- d) Wydarzenie kierowane jest do uczestników powyżej 12. roku życia.
- e) Uczestnicy niepełnoletni zobowiązani są do posiadania pisemnej zgody opiekunów prawnych w dniu zawodów (formularz do pobrania na stronie MGOK).

11. Opłata startowa: 50zł – dorośli i młodzież od 12. roku życia do wirtualnej skarbonki:
<https://eskarbonka.wosp.org.pl/syhunineto> w uwagach prosimy o wpisanie „Nadpopradzka piątka + imię i nazwisko zawodnika” lub w dniu zawodów do skarbonki stacjonarnej w Biurze Zawodów.

12. Pakiety startowe:

- a) Osoby, które dokonają rejestracji i opłaty otrzymają pakiety startowe (Organizatorzy przewiduje pakiety dla 150 pierwszych osób, które zapiszą się na bieg);
- b) W pakiecie startowym każdy uczestnik biegu otrzymuje: m.in. numer startowy i naklejkę na depozyt, koc termiczny; medal pamiątkowy zawodnicy otrzymują dopiero na linii mety – po przekroczeniu mety przy budynku Kąpieliska w Radwanowie,
- c) Pakiety startowe do odbioru w biurze zawodów w dniu biegu od godz. 7:30 do godz. 9:20
- d) Podczas odbioru pakietu startowego, uczestnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych, a osoby do 18. roku życia także zgodę opiekunów na udział w biegu.

Organizator przewiduje nagrody w kategoriach:

- najszybszy uczestnik: trzech pierwszych mężczyzn, którzy przekroczą linię mety,
- najszybsza uczestniczka: trzy pierwsze panie, które przekroczą linię mety,
- najmłodszy zawodnik, który przekroczy metę,
- najstarszy zawodnik, który przekroczy metę.

Wszyscy zawodnicy po zakończeniu biegu otrzymają ciepły posiłek (także opcja vege).

13. Zasady zachowania uczestników biegu:

- a) Każdy Uczestnik zobowiązany jest do:

- Uczestnictwa zgodnego z zasadami fair play i wzajemnym szacunku,
- Przestrzegania przepisów ruchu drogowego oraz stosowania się do poleceń organizatorów, służb porządkowych i wolontariuszy,
- Poruszania się wyłącznie wyznaczoną trasą biegu oraz unikania nagłego zatrzymywania się lub zmiany kierunku biegu, mogącego stanowić zagrożenie dla innych uczestników,
- Zachowania ostrożności na trasie, zwłaszcza w miejscach wymagających przecinania jezdni, skrzyżowań lub innych potencjalnie niebezpiecznych punktów,
- Powstrzymania się od działań mogących zagrażać bezpieczeństwu własnemu i innych uczestników, takich jak popychanie, blokowanie trasy czy korzystanie z urządzeń elektronicznych ograniczających percepcję,
- Informowania organizatorów lub służb medycznych o wszelkich wypadkach, kontuzjach oraz innych sytuacjach wymagających interwencji,
- Udzielenia pomocy osobom poszkodowanym do czasu przybycia służb medycznych.

b) Uczestnicy nie mogą:

- Spożywać alkoholu ani środków odurzających przed biegiem ani w jego trakcie,
- Używać pojazdów mechanicznych, rowerów, hulajnóg lub rolek na trasie biegu, chyba że zostało to wyraźnie dopuszczone przez organizatora,
- Śmiecić – wszelkie odpady należy pozostawić w wyznaczonych strefach.

c) Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za Uczestnika nieprzestrzegającego regulaminu imprezy.

d) Naruszenie zasad regulaminu może skutkować dyskwalifikacją uczestnika i usunięciem go z wydarzenia.

14. Postanowienia końcowe:

- a) bieg odbędzie się bez względu na pogodę,
- b) organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zgubione podczas imprezy i za szkody wyrządzone przez uczestników;
- c) każdy uczestnik zawodów akceptuje warunki niniejszego Regulaminu oraz wyraża zgodę na wykorzystywanie i przetwarzanie swoich danych osobowych oraz wizerunku zgodnie z RODO przez organizatora oraz w kanałach dystrybucji elektronicznej i lokalnych mediach,
- d) w depozycie nie można pozostawiać rzeczy wartościowych,
- e) raz uiszczona opłata nie podlega zwrotowi lub przeniesieniu na poczet startu innej osoby,
- f) zawodnik, który odebrał numer startowy zgadza się na powyżej przedstawiony regulamin,
- g) impreza ma charakter rekreacyjny, w związku z tym w biegu czas mierzony jest ręcznie przez wyznaczone przez organizatorów osoby,
- h) Organizatorzy nie wysyłają pakietów startowych – ich odbiór możliwy jest tylko w biurze zawodów w dniu imprezy,
- i) Limit czasu na pokonanie trasy biegu wynosi 1 godzina 30 minut. Uczestnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy biegu.
- j) ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatorów.
- k) Organizatorzy mają prawo do wprowadzenia zmian wynikających z przyczyn od nich niezależnych.
- l) Ubezpieczenie zawodników: we własnym zakresie.

Data aktualizacji regulaminu: 19 grudnia 2025r.

* * *

Kontakt i zapytania:

rmackowski@piwniczna.pl – sprawy techniczne związane z trasą, odbiorem pakietów, pomiarem czasu

mgok_piwniczna@onet.pl – pozostałe sprawy organizacyjne
w tytule maila prosimy wpisać „Nadpopradzka Piątka”