

Regulamin

X KIKOLSKIEGO BIEGU ORAZ MARSZU NORDIC WALKING na trasie 5 km

Kikół, 04 lipca 2026 r. (sobota)

Termin

04 lipca 2026 r. (sobota)

Organizator

- Ośrodek Kultury Gminy Kikół
- Urząd Miasta i Gminy w Kikole
- Stowarzyszenie Nordic Walking Team Kikół

Miejsce

Teren nad jeziorem Kikolskim, miasto i gmina Kikół, powiat lipnowski, Województwo Kujawsko – Pomorskie.

Cel

- promocja zdrowia i aktywnego trybu życia;
- popularyzacja i rozpowszechnianie biegania jako łatwej oraz taniej formy aktywności ruchowej;
- umożliwienie sprawdzenia swoich możliwości;
- rywalizacja sportowa wśród różnych grup społecznych;
- promocja walorów przyrodniczych Miasta i Gminy Kikół;

Dystans

- 5 km bieg główny
- Nordic Walking 5 km
- 1 km bieg od 11 lat

Trasa

- biegi główny na 5 km oraz marsz Nordic Walking wokół Konotopia,
- bieg 1 km od 11 lat - przy ogródkach działkowych,

Biuro zawodów

Biuro zawodów czynne od 08.30 – 09.45 Namiot OKGK na plaży przy jeziorze Kikolskim.

Start i Meta

- Trasa będzie oznaczona strzałkami;

- godz. 10.00 Bieg główny na 5 km oraz Nordic Walking – start i meta – przy pomniku św. Jana Nepomucena ,

- godz. 10.00 Bieg na 1 km od 11 lat– start i meta – przy pomniku św. Jana Nepomucena ,

Limit

Ustalony został limit 200 uczestników:

*bieg na 5 km - 80 uczestników

*Nordic Walking – 80 uczestników,

*bieg na 1 km – 40 uczestników,

Pomiar czasu

Pomiar czasu dokonywany będzie elektronicznie, za pomocą chipów w biegu i marszu NW na 5 km oraz 1 km.

Chip należy odebrać przy rejestracji/weryfikacji w biurze zawodów, następnie chip wplątujemy w sznurowadła lub na wysokości kostki a oddajemy do skrzynki na linii mety. Za każdy zagubiony/nieoddany chip zawodnik pokrywa koszty w kwocie 15 zł do organizatora zawodów.

Rejestracja i wpisowe

Oplaty dla uczestników:

1 km bieg od 11 lat, 5 km bieg główny i Nordic Walking: - do 30.06.2026 r. - 40,00 PLN, należy dokonać na konta nr **11 9537 0000 2116 0045 7211 0001** Ośrodek Kultury Gminy Kikół, Plac Kościuszki7A, 87-620 Kikół, w tytule **X Kikolski Bieg**. Wpłaty na konto należy dokonać do 30.06.2026 r.

Do 30.06.2026 r. zapisy na stronie internetowej: <https://foxter-sport.pl/x-kikolski-bieg-oraz-marsz-nordic-walking-2026>

W dniu zawodów tj. 04.07.2026 r. opłata 40 PLN (biuro zawodów czynne od 08.30 do 09.45 wpłata tylko gotówką).

Warunki uczestnictwa

W Biegu prawo startu mają:

- Bieg 1 km od 11. roku życia po przedstawieniu pisemnej zgody rodzica lub opiekuna prawnego zezwalającej na udział w biegu.

- Bieg Główny 5 km osoby od 16 roku życia, przy czym osoby niepełnoletnie składają pisemną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego na udział w biegu.

- weryfikacja w biurze zawodów;

- podpisanie oświadczenia o starcie na własną odpowiedzialność;
- w przypadku osób niepełnoletnich wymagana jest zgoda opiekuna prawnego zawierająca: podpis, numer PESEL lub numer dowodu osobistego opiekuna prawnego;

Za niepełnoletnich uważa się osoby, które w dniu biegu (tj. 04 lipca 2026) nie osiągnęły jeszcze 18 lat.

Pakiet Startowy dla zawodników w biegu i NW na 1 km oraz 5 km:

- numer Startowy,
- chip,
- napoje,
- ciepły posiłek,
- opieka medyczna,
- medal okolicznościowy,

Nagrody i wyróżnienia

- Klasyfikacja biegu Open na 1 km oraz 5 km kobiet i mężczyzn I – III miejsce – puchar,
- Nordic Walking Open kobiet i mężczyzn – I – III miejsce - puchar;
- Dla każdego zawodnika w biegu i NW na 1 km oraz 5 km – medal pamiątkowy;
- Nagroda dla najstarszego uczestnika biegu i marszu NW;

Klasyfikacja i Kategorie: bieg na 5 km

Klasyfikacja Open kobiet i mężczyzn w biegu głównym na 5 km. 1-3 dekoracja na podium

Kategorie wiekowe kobiet:

- K 16 – 19 lat
- K 20 – 29 lat
- K 30 – 39 lat
- K 40 – 49 lat
- K 50 – 59 lat
- K 60 – 69 lat
- K 70 +

Kategorie wiekowe mężczyzn:

- M 16 – 19 lat
- M 20 – 29 lat

- M 30 – 39 lat
- M 40 – 49 lat
- M 50 – 59 lat
- M 60 – 69 lat
- M 70 +

Klasyfikacja i Kategorie: bieg na 1 km

Klasyfikacja Open kobiet i mężczyzn w biegu głównym na 1 km. 1-3 dekoracja na podium

Kategorie wiekowe kobiet:

- K 11 - 15 lat
- K 16 – 30 lat
- K 31 - 45 lat
- K 46 +

Kategorie wiekowe mężczyzn:

- M 11 - 15 lat
- M 16 - 30 lat
- M 31 - 45 lat
- M 46 +

Klasyfikacja Nordic Walking

kobiet i mężczyzn Open 1-3 na podium

Kategorie wiekowe:

- K /M - 0 – 19 lat
- K/M - 20 – 29 lat
- K/M - 30 – 39 lat
- K/M - 40 – 49 lat
- K/M - 50 – 59 lat
- K/M - 60 – 69 lat
- K/M - 70+

Bezpieczeństwo uczestników biegu

* biegi odbędą się przy ograniczonym ruchu kołowym;

- * uczestnicy zobowiązani są do zachowania szczególnej ostrożności na całej trasie biegu;
- * zawodnicy winni stosować się do poleceń pracowników obsługi biegu, druhów OSP i Policji;
- * wszyscy uczestnicy biegu są ubezpieczeni przez organizatora w zakresie od nieszczęśliwych wypadków;
- * organizator nie bierze odpowiedzialności za bezpieczeństwo osób nie posiadających numerów startowych;
- * organizator nie bierze odpowiedzialności za stan zdrowia zawodników. Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność;
- * zawody odbywają się przy ograniczonym ruchu drogowym, uczestnicy biegów są zobowiązani stosować się do zasad ruchu drogowego.

Postanowienia końcowe

Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe.

Zawody **X KIKOLSKIEGO BIEGU ORAZ MARSZU NORDIC WALKING na trasie 5 km i 1 km** są imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Każdy uczestnik jest zobowiązany do podpisania oświadczenia o znajomości regulaminu. Podpisując oświadczenie wyraża tym samym zgodę na udzielenie pierwszej pomocy medycznej, wykonanie innych zabiegów medycznych oraz transport uszkodzonego w bezpieczne miejsce, personelowi medycznemu i paramedycznemu działającemu w imieniu organizatora. Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Ponadto, z udziałem w zawodach mogą wiązać się inne, niemożliwe w tej chwili do przewidzenia, czynniki ryzyka. Podpisanie oświadczenia o znajomości regulaminu oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił zakres i charakter ryzyka wiążącego się z udziałem w biegu, startuje dobrowolnie i wyłącznie na własną odpowiedzialność. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika.

Zapisując się do udziału w zawodach uczestnik akceptuje niniejszy regulamin i wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie jego wizerunku utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo oraz udziela Organizatorowi nieodpłatnej licencji na wykorzystanie go na wszystkich polach eksploatacji, w tym: utrwalania i rozpowszechniania w dowolnej formie oraz wprowadzanie do pamięci komputera, wykorzystania do promocji i organizacji imprezy **X KIKOLSKIEGO BIEGU ORAZ MARSZU NORDIC WALKING na trasie 5 km i 1 km**, w celu ich promocji w kontekście udziału w imprezie, zamieszczania na promocyjnych materiałach drukowanych Organizatora, w prasie, na stronach internetowych oraz w przekazach telewizyjnych i radiowych. Uczestnik wyraża także zgodę na przetwarzanie jego danych osobowych dla potrzeb związanych z organizacją i promocją imprezy **X KIKOLSKIEGO**

BIEGU ORAZ MARSZU NORDIC WALKING na trasie 5 km i 1 km oraz przyjmuje do wiadomości, że przysługuje mu prawo wglądu do treści jego danych oraz ich poprawiania, dane te będą przetrzymywane w bezpiecznym miejscu, nie będą sprzedawane osobom trzecim ani żadnym organizacjom.

Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi imprezy **X KIKOLSKIEGO BIEGU ORAZ MARSZU NORDIC WALKING na trasie 5 km i 1 km**. W sprawach nieujętych Regulaminem rozstrzyga Organizator. Jeżeli którekolwiek z postanowień Regulaminu zostanie częściowo lub w całości uznane za nieważne lub niemożliwe do wyegzekwowania – wszelkie inne postanowienia (w całości bądź częściowo) zachowują ważność.