



## Regulamin IX Duathlonu Garwolińskiego

### Organizatorzy

1. Organizatorem zawodów jest Centrum Sportu i Kultury w Garwolinie 08-400 Garwolin,
2. Al. Żwirki i Wigury 16, NIP 826 17 63 936
3. Współorganizatorami zawodów są Stowarzyszenie Truchtacz.pl i Garwolińskie Stowarzyszenie Kolarskie „Horyzont” .

### Cel zawodów

1. Celem zawodów jest:
  - A. Popularyzacja kolarstwa, biegania i turystyki rowerowej.
  - B. Zachęcanie do prowadzenia zdrowego trybu życia, aktywnego wypoczynku i rekreacji.
  - C. Integracja miłośników jazdy na rowerze oraz biegania.
  - D. Połączenie sportowej rywalizacji z zabawą, rekreacją i wypoczynkiem.

### Termin i miejsce zawodów:

1. Termin: 28 kwietnia 2024 r. (niedziela)
2. Miejsce: Start/meta - tereny przy zbiorniku retencyjnym w Garwolinie.  
Bieg – wokół zbiornika retencyjnego.  
Jazda rowerem – wyścig odbędzie się wyznaczoną trasą po okolicznych drogach publicznych.  
Mapa trasy wyścigu zostanie udostępniona na tydzień przed wyścigiem. Jazda będzie odbywać się w otwartym ruchu drogowym.

## Dystans

1. IX Garwoliński Duathlon będzie rozgrywany na dystansie:  
bieg – 5 km  
rower – 20 km  
bieg – 2,5 km
2. Podane dystanse są zbliżone.

## Trasa

1. Zawody przeprowadzane będą po wyznaczonych trasach. Trasy biegowe i rowerowe będą oznaczone za pomocą tabliczek kierunkowych oraz taśm foliowych.
2. Trasa zawodów zabezpieczona będzie przez służbę porządkową organizatora oraz ratowników medycznych. W przypadkach wymagających udzielenia pierwszej pomocy uczestnikowi zawodów, będzie ona udzielana niezwłocznie przez ratowników. Zawodnik będący świadkiem sytuacji niebezpiecznej, wymagającej interwencji medycznej, zobowiązany jest do bezzwłocznego poinformowania o tym fakcie Organizatora osobiście lub dzwoniąc pod numer alarmowy Organizatora – 604 108 437, a w przypadku braku możliwości skontaktowania się z Organizatorem, dzwoniąc pod ogólnopolski numer alarmowy 112.
3. Na trasie będą zlokalizowane punkty kontrolne. Ominięcie punktu kontrolnego będzie karane dyskwalifikacją. Na trasie zawodów będzie znajdował się punkt z wodą. Zawodnicy podczas zawodów zobowiązani są do przestrzegania przepisów Kodeksu Ruchu Drogowego i niniejszego regulaminu oraz odnoszenia się z należyтым szacunkiem do sędziów, organizatorów i innych pracowników. Nie mogą używać wulgarnych słów ani zachowywać się w sposób niesportowy.
4. Organizator zaleca użycie rowerów z kierownikami typu "baranek", z przystawkami niewystającymi poza obrys kierownicy. Wszystkie wystające do przodu części (rogi kierownicy, przystawki czasowe itp.) muszą być zabezpieczone na wypadek kolizji. Zawodnik może mieć kontakt z rowerem wyłącznie w zapiętym kasku spełniającym normy CE. Podczas konkurencji kolarskiej obowiązuje zakaz używania słuchawek.

## Warunki uczestnictwa

1. Organizator przewiduje limit 100 startujących zawodników.
2. Zgłoszenia przyjmowane będą elektronicznie na stronie internetowej: [www.dostartu.pl](http://www.dostartu.pl). Link do zapisów będzie także dostępny na stronie organizatora [www.csik.garwolin.pl](http://www.csik.garwolin.pl) oraz stronach internetowych współorganizatorów. Start rejestracji 12 marca, godz. 10:00. Zamknięcie rejestracji online – 25 kwietnia, godz. 12:00.
3. Każdy zawodnik startuje na własną odpowiedzialność. Zawodnicy niepełnoletni zobowiązani są do przedstawienia pisemnej zgody opiekuna prawnego.
4. Zawodnicy mogą uczestniczyć w zawodach tylko po osobistym podpisaniu oświadczenia o braku zdrowotnych przeciwwskazań do uprawiania duathlonu. Organizator zaleca, aby każdy zawodnik we własnym zakresie określił swoje zdrowotne możliwości startowe i potwierdził je konsultacją z lekarzem.
5. Zawodnik powinien zanotować sobie i pamiętać nr alarmowy: 604 108 437

## Opłata wpisowa

1. Udział w IX Garwolińskim Duathlonie jest płatny. Wysokość opłaty startowej wynosi: 90 zł – płatność online po wypełnieniu formularza zgłoszeniowego lub 130 zł – płatne gotówką w dniu wydarzenia w biurze zawodów (w przypadku dostępności miejsc).

## Organizacja zawodów

1. Każdy zawodnik jest zobowiązany do stawienia się w biurze zawodów w dniu wydarzenia z dowodem potwierdzającym tożsamość w celu podpisania oświadczenia i odbioru pakietu startowego.
2. Każdy zawodnik otrzymuje pakiet startowy: numer startowy, naklejki (na rower, kask, depozyt), napój regeneracyjny, baton.
3. Zawodnik ma prawo do skorzystania z posiłku regeneracyjnego.
4. Organizator zapewnia zabezpieczenie medyczne zawodów.
5. Zaplecze zawodów stanowią: biuro zawodów, szatnie, depozyt, WC.
6. Parkingi – parking przy zbiorniku retencyjnym.

## Pomiar czasu

1. Limit czasu dla zawodników wynosi: 2 godz.
2. Podczas zawodów obowiązuje elektroniczny pomiar czasu biegu i przejazdu zawodników.
3. Zawodnik otrzymuje w biurze zawodów numer startowy z chipem.
4. Wyniki będą dostępne na stronie organizatora [www.csik.garwolin.pl](http://www.csik.garwolin.pl).

## Program zawodów

1. Zawody przeprowadzone zostaną według następującego programu:
  - a. godz. 8:45-9:30 – odbiór pakietów startowych w biurze zawodów
  - b. godz. 9:45 – ustawianie zawodników w sektorze startowym, odprawa techniczna
  - c. godz. 10:00 – start
  - d. godz. 12:00 – dekoracje zwycięzców, zakończenia zawodów
2. Jest to program o charakterze orientacyjnym i możliwe są jego zmiany.

## Klasyfikacje zawodów

1. Klasyfikacja zawodów będzie w kategorii generalnej OPEN MĘŻCZYŹNI i OPEN KOBIECY, klasyfikacja kobiet i mężczyzn z powiatu garwolińskiego oraz w klasyfikacji wiekowej z podziałem na płeć.
2. Zwycięzcami w poszczególnych kategoriach zostaną trzej uczestnicy, którzy w najkrótszym czasie pokonają trasę i nie pominą żadnego punktu kontrolnego.

## Kategorie wiekowe

1. Podczas IX Garwolińskiego Duathlonu obowiązują następujące kategorie wiekowe:

Mężczyźni:

M1 16 - 29 lat

M2 30 do 39 lat

M3 40 do 49 lat

M4 50 do 59 lat

M5 60 lat i starsi

Kobiety:

K1 16 - 29 lat

K2 30 - 39 lat

K3 40 -49 lat

K4 50 lat i starsze

2. W przypadku zgłoszenia się mniej niż 3 zawodników/zawodniczek w kategorii, następuje połączenie z niższą kategorią wiekową. Organizator zastrzega sobie możliwość modyfikacji zakresów kategorii wiekowych K1-K4 w celu wyrównania liczby startujących w niej zawodniczek.

### **Nagrody:**

1. Każdy zawodnik IX Duathlonu Garwolińskiego otrzyma okolicznościowy medal.
2. Pierwszych trzech zawodników i pierwsze trzy zawodniczki w każdej kategorii otrzymają pamiątkowe statuetki.
3. Zawodnik nagrodzony w klasyfikacji generalnej nie będzie nagradzany w kategorii wiekowej.
4. Odbiór statuetek najpóźniej do 17 maja, po tym czasie przechodzą one na rzecz Organizatora.

### **Kary**

1. W przypadku naruszenia regulaminu sędzia główny może zasądzić następujące kary: upomnienie, kara czasowa (doliczenie do czasu zawodnika): 5 minut, dyskwalifikacja.
2. Powstałe kwestie sporne rozstrzyga sędzia główny wraz z Organizatorem.

### **Protesty**

1. Protesty będą przyjmowane przez 30 minut od momentu ogłoszenia wyników. Po tym czasie nie będą rozpatrywane. Do protestu (przygotowanego w formie pisemnej) należy załączyć kaucję w wysokości 50 zł.
2. Kaucja nie zostanie zwrócona, o ile sędzia główny w porozumieniu z Organizatorem nie przyzna racji składającemu protest. Decyzja ostateczna należy do sędziego głównego w porozumieniu z organizatorem zawodów.
3. Zawodnik, który spodziewa się, że będzie dekorowany, zobowiązany jest do sprawdzenia swojej pozycji w wynikach i w przypadku wątpliwości, zgłoszenia swoich uwag sędziom, zanim rozpocznie się dekoracja.

### **Zasady fair-play**

1. Wolniejszy zawodnik powinien ustąpić szybszemu na trasie.
2. Zawodnicy muszą bezwzględnie przestrzegać Przepisów Ruchu Drogowego.
3. Podczas sprintu finiszowego zawodnik musi utrzymywać się na swoim torze jazdy lub biegu.

### **Ochrona środowiska naturalnego**

1. Zawodnicy muszą szanować środowisko naturalne i bezwzględnie nie mogą zanieczyszczać trasy zawodów poza wyznaczonymi strefami bufetu.
2. Zaśmiecanie trasy karane będzie doliczeniem kary czasowej.
3. Nie wolno używać szklanych pojemników w pobliżu i na trasie zawodów.

### **Informacje dodatkowe**

1. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki losowe zaistniałe podczas dojazdu uczestników na zawody i powrotu z nich.
2. Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że należy przestrzegać zarządzeń służb porządkowych oraz warunków regulaminu. Brak znajomości regulaminu nie będzie uznawany jako okoliczność łagodząca.
3. Każdy uczestnik ma obowiązek zamontować numery startowe zgodnie z zaleceniami. Używać można jedynie oficjalnych numerów startowych wydanych w biurze zawodów.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.

5. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne kolizje i wypadki na trasie.
6. Osoby bez numerów startowych poruszające się na rowerach po trasie zawodów będą usuwane z trasy przez obsługę techniczną.
7. Uczestnik IX Garwolińskiego Duathlonu, wypełniając i podpisując kartę zgłoszeniową, akceptuje warunki niniejszego regulaminu i wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania imprezy w związku z wystąpieniem klęsk żywiołowych lub innych uznawanych za działanie „siły wyższej” oraz do zmiany terminu lub lokalizacji zawodów w związku z wystąpieniem czynników od niego niezależnych.
9. Uczestnicy startujący w zawodach wyrażają zgodę na publikację swojego wizerunku związaną z promocją imprezy.
10. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.
11. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie.

## **KLAUZULA INFORMACYJNA RODO**

I. Administratorem Twoich danych osobowych jest Centrum Sportu i Kultury z siedzibą w Garwolinie, Al. Żwirki i Wigury 16 z siedzibą w Garwolinie, ul. Nadwodna 1. Kontakt z administratorem danych jest możliwy pod adresem: sekretariat@csik.garwolin.pl

II. Celem przetwarzania danych osobowych są:

1. świadczenia usług drogą elektroniczną: wykonania umowy – czyli Twojego udziału w zawodach
2. wykonania umowy – czyli Twojego udziału w zawodach: Twojego uczestnictwa w zawodach (przygotowanie pakietu startowego, opracowanie wyników, wydanie nagród itp.), publikowania ogólnodostępnych list startowych oraz wyników, dostarczania usług płatniczych, przesyłanie informacji organizacyjnych (email / SMS) obsługi zgłoszeń i korespondencji, które do nas kierujesz, kontaktu z Tobą
3. wykonania obowiązków prawnych ciążących na Centrum Sportu i Kultury w Garwolinie w celach podatkowych i rachunkowych
4. na podstawie wyrażonej przez Ciebie zgody: przesyłanie informacji marketingowych (email / SMS)

III. Podanie danych osobowych jest niezbędne do Twojego udziału w zawodach. Niepodanie danych osobowych uniemożliwia zawarcie umowy i udziału w zawodach.

IV. Kategorie przetwarzanych danych: imię i nazwisko, adres zamieszkania, data urodzenia, numer telefonu, adres e-mail, nazwa klubu sportowego.

V. Czas przetwarzania danych. Twoje dane będą przetwarzane w okresie korzystania ze strony rejestracji dostartu.pl oraz udziału w zawodach organizowanych przez Centrum Sportu i Kultury w Garwolinie, na które zapiszesz się przez Stronę. Po zakończeniu tego okresu, Twoje dane będą nadal przechowywane w celach wynikających z przepisów prawa (szczególnie podatkowych i rachunkowych), a także przeciwdziałania oszustwom i nadużyciom oraz dochodzenia ewentualnych roszczeń wynikających z zawartej umowy. Część Twoich danych (szczególnie te, które znajdują się w wynikach biegu) mogą być przetwarzane także po tym terminie w celach statystycznych i archiwalnych.

VI. Odbiorcy danych. Twoje dane osobowe będą ujawniane pracownikom, współpracownikom oraz podwykonawcom Administratora w zakresie niezbędnym dla realizacji wcześniej wymienionych celów

przetwarzania danych osobowych. Listy startowe i wyniki, zawierające podstawowe dane osobowe, będą ogólnodostępne, w tym będą publikowane na stronie internetowej CSiK.

VII. Zgodnie z RODO, przysługuje Pani/Panu prawo dostępu do swoich danych oraz otrzymania ich kopii, do sprostowania (poprawiania) swoich danych, do usunięcia, ograniczenia lub wniesienia sprzeciwu wobec ich przetwarzania, do przenoszenia danych, do wniesienia skargi do organu nadzorczego.