



## REGULAMIN

**iSwim & iRun Series  
Konkurencja Swim Run  
- dodatkowa klasyfikacja  
Mistrzostwa Polski Służb Mundurowych**

Rajgród  
26.06.2021 r.

### 1. ORGANIZATOR

Stowarzyszenie ISWIM  
15-747 Białystok  
Wierzbowa 3C

### WSPÓLORGANIZATOR

Urząd Miejski w Rajgrodzie  
ul. Warszawska 32  
19 – 206 Rajgród

### 2. OSOBY REPREZENTUJĄCE ORGANIZATORA

- Sebastian Humbla

### 3. CEL

- popularyzacja pływania na wodach otwartych oraz biegania w rejonach przyległych do jeziora rajgrodzkiego.  
- aktywizacja sportu wśród żołnierzy, funkcjonariuszy Policji, Straży Granicznej, Straży Pożarnej i innych służb mundurowych.

## 4. TERMIN, MIEJSCE I TRASA

**Data rozpoczęcia zawodów :** 26 czerwiec 2021 rok.

Zasady iSwim & iRun są bardzo proste – trzeba dotrzeć od punktu A do punktu B w jak najkrótszym czasie. Jest to wyzwanie, w którym naprzemiennie zawodnicy pokonują dystans biegiem w terenie oraz płynąc w wodach otwartych tj. płyniesz – biegniesz –płyniesz biegniesz , bez stref zmian (przebierania się). iSwim & iRun to także praca zespołowa, ponieważ zawody pokonuje się w parach, zaś dystans na jaki można się od siebie oddzielać to max. 10 metrów. Z tym z czym zjawimy się na starcie kończymy na mecie (można korzystać z łapek, płetw itp.). Polegać możemy tylko na sobie i na partnerze. Dopuszczalny jest start solo. Trasa i dystanse zostały wyznaczone na naturalnym ukształtowaniu terenu, leśne dukty, polne ścieżki, nadbrzeżne trawery łagodnie pochylone ku taflowi wody wzgórza, naturalne przeszkody na drodze w postaci bobrowisk, powalonych drzew, wysokiej trawy, uskoków Wyścig zostanie przeprowadzony ze startem z plaży Ośrodka Wypoczynkowego Knieja oraz metą na plaży miejskiej miejscowości Rajgród nad jeziorem Rajgrodzkim. Szczegóły trasy zostaną przedstawione na mapie na stronie internetowej [www.iswimirun.pl](http://www.iswimirun.pl)

- Oznaczenie trasy zostanie zaprezentowane na oficjalnej stronie [www.iswimirun.pl](http://www.iswimirun.pl) oraz na odprawie. Uczestnicy mają obowiązek podążać za oznakowaniem.
- Punkty odżywcze zostaną rozlokowane na trasie. Będą one wyposażone w standardowe produkty, które pojawiają się na imprezach o charakterze wytrzymałościowym. Warto mieć również własne wypróbowane odżywki i zabrać je ze sobą na trasę.
- Punkty medyczne zostaną rozlokowane na trasie zarówno na lądzie jak również na wodzie.
- Trasa może ulec zmianie. Ostateczny przebieg trasy zostanie zaprezentowany na odprawie w dniu zawodów tj. 26.06.2021.

## 5. ZGŁOSZENIA I UCZESTNICTWO

Zgłoszenia drogą INTERNETOWĄ przez wypełnienie zgłoszenia na stronie <https://elektronicznezapisy.pl>

Zgłoszenia będą przyjmowane w nieprzekraczalnym terminie do 24.06.2021 roku.

Zawodnicy dystansu mogą startować w piankach pływackich, triathlonowych bez podziału na oddzielne klasyfikacje.

Start odbędzie się z plaży Ośrodek Wypoczynkowy Knieja. Zawodnicy zaczną od konkurencji biegowej.

Na zawodach będzie obowiązywał elektroniczny oraz ręczny pomiar czasu.

Organizator nie zapewnia miejsc parkingowych. Uczestnicy zobowiązani są zorganizować sobie miejsce parkingowe we własnym zakresie.

Prawo do udziału w zawodach mają tylko i wyłącznie osoby pełnoletnie tj. które w przeddzień terminu zawodów - 25.06.2021 ukończyły wiek 18 lat.

## 6. NAGRODY

Drużyny oraz osoby „solo”, które ukończy wymagany dystans otrzymają za 3 pierwsze miejsca puchary i dyplomy, brak klasyfikacji wiekowych, brak klasyfikacji ze względu na płeć.

W ramach odbywających się zawodów będzie obowiązywała dodatkowa Klasyfikacja - Mistrzostwa Polski Służb Mundurowych.

## 7. ZASADY FINANSOWANIA:

Wszyscy uczestnicy zawodów przyjeżdżają na zawody na koszt własny.

## 8. PROGRAM MINUTOWY:

Praca biura: zapisy i zgłoszenia w miejscu startu od godziny 10:00 do 12:30

7:00 – rozpoczęcie pracy biura zawodów.

9:00 – 9:30 – rozstawianie namiotów, sprzętu MON, dmuchańce itp.

11:00-12:30\* – zawody dzieci :

- wyścig na 50 m dzieci z rodzicami wraz z materacem;
- wyścig na 50 m dzieci do lat 10;
- wyścig na 150 m dzieci 10-12 lat;
- wyścig na 150 m dzieci 12-14 lat.

12:00 – odprawa zawodników ( miejsce – amfiteatr na plaży)

12:30- 13.30- Mistrzostwa Podlasia Młodzików i Juniorów Open Water 1500m.

13:00 - odprawa zawodników OPEN WATER 1500 i 5000( miejsce – amfiteatr na plaży)

13:30 – Mistrzostwa Podlasia i Mazur Open Water – 5000 m

13:45 - Mistrzostwa Podlasia i Mazur Open Water – 1500 m

14:00 - odprawa zawodników iSwim & iRun ( miejsce – amfiteatr na plaży)

14:20 – zbiórka wszystkich zawodników konkurencji iSwim & iRun na parkingu plaży przy wojskowych pojazdach ciężarowych.

14:30 – przetransportowanie zawodników iSwim & iRun pojazdami wojskowymi na miejsce rozpoczęcia wyścigu (Ośrodek Knieja)

15:15 - iSwim & iRun Series - Wyzwanie Rajgród/Mistrzostwa Polski Służb Mundurowych

14.05 - Pierwszy zawodnik na mecie dystans 1500 m Pływanie

15.00– Pierwszy zawodnik na mecie dystans 5000 m Pływanie

16.30 – Pierwszy zawodnik (team)na mecie ISwim & iRun.

16:50 – Dekoracje

17:00 – Zakończenie zawodów

Szczegóły – strona internetowa zawodów [www.iswimirun.pl](http://www.iswimirun.pl)

## 9. DANE OSOBOWE I OCHRONA WIZERUNKU

Administratorem danych osobowych Uczestników iSwim & iRun Series jest Stowarzyszenie ISWIM 15-747 Białystok Wierzbowa 3C, zwane w dalszej części Administratorem;

- Administrator prowadzi operacje przetwarzania danych osobowych Uczestników. Przetwarzanie danych obejmuje również publikację imienia i nazwiska Uczestnika wraz z nazwą miejscowości, którą wskazał w zgłoszeniu;
- dane osobowe Uczestników przetwarzane będą w celu przeprowadzenia imprezy „iSwim & iRun Series” i nie będą udostępniane innym odbiorcom. Podanie danych jest niezbędne do zawarcia umowy, w przypadku niepodania danych niemożliwe jest zawarcie umowy;
- Uczestnicy iSwim & iRun Series – Wyzwanie Rajgród mają prawo do: - żądania od Administratora dostępu do swoich danych osobowych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania

danych osobowych, - wniesienia sprzeciwu wobec takiego przetwarzania,- przenoszenia danych, - wniesienia skargi do organu nadzorczego, - cofnięcia zgody na przetwarzanie danych osobowych. Pani/Pana dane osobowe nie podlegają zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji, w tym profilowaniu.

- zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych i wizerunku przez organizatorów oraz ich sponsorów/partnerów. Wynika to z promocji i realizacji zawodów;
- wszelkie informacje dotyczące Uczestników uzyskane przez organizatora i zawarte w formularzu zgłoszeniowym zostaną zapisane w sposób elektroniczny i w każdym wypadku będą wykorzystywane zgodnie z ustawą o ochronie o danych osobowych z dnia 10 maja 2018 roku (Dz.U.2018 poz.1000) oraz Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych);

## **10. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

- obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników;
- Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki;
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zgubione i skradzione;
- Organizator nie odpowiada za cenne rzeczy pozostawione w depozycie (dokumenty, telefony i inne urządzenia elektroniczne); w przypadku konieczności pozostawienia na przechowanie wartościowych przedmiotów należy skontaktować się z Organizatorem;
- Organizator wyścigu nie ubezpiecza zawodników oraz osób towarzyszących od Następstw Nieszczęśliwych Wypadków oraz Odpowiedzialności Cywilnej, poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i Uczestnictwem w zawodach;
- Organizator zastrzega sobie prawo do wyrażenia zgody personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce;
- decyzje personelu medycznego dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne;
- Uczestnik startuje tylko i wyłącznie na własną odpowiedzialność i ma świadomość, iż ponosi związane z tym ryzyko. Uczestnicy zawodów przyjmują do wiadomości, że udział w zawodach wiąże się ze zwiększoną aktywnością fizyczną i niesie zagrożenie urazami (w tym śmierci), a w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą rościć żadnych pretensji wobec Organizatorów;
- Uczestnik posiada aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w zawodach lub podpisze własnoręcznie oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w Biegu;
- wyścig zostanie przeprowadzony zgodnie z przepisami PZP oraz niniejszym regulaminem;
- wyścig nie zostanie rozegrany w przypadku złych warunków atmosferycznych tj. burza, silny wiatr;
- Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w Regulaminie. O zmianach w Regulaminie Organizator będzie informował na stronie internetowej Zawodów;
- 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.