



## REGULAMIN

### **iSwimiRun Series Wyzwanie Rajgród - V Otwarte Mistrzostwa Polski Służb Mundurowych**

Rajgród  
28.06.2025r.

#### **1. ORGANIZATOR**

Stowarzyszenie ISWIM  
15-747 Białystok  
Wierzbowa 3C  
KRS 0000767602

#### **WSPÓŁORGANIZATOR**

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

#### **PATRONAT HONOROWY**

Wicepremier, Minister Obrony Narodowej Pan Władysław Kosiniak-Kamysz

#### **PATRONAT MEDIALNY**

Kurier Poranny.

#### **2. OSOBY REPREZENTUJĄCE ORGANIZATORA**

- Sebastian Humbla
- Maciej Daszuta

### 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.
- udział w akcji „MUREM ZA POLSKIM MUNDUREM”
- kształtowanie, pozytywnego wizerunku żołnierza polskiego.

### 4. TERMIN, MIEJSCE I TRASA

#### **iSwimiRun Series Wyzwanie Rajgród - V Otwarte Mistrzostwa Polski Służb Mundurowych**

**Data rozpoczęcia zawodów:** 28 czerwca 2025r.

**Data zakończenia zawodów:** 28 czerwca 2025r.

Zasady iSwimiRun 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 pływając w wodach otwartych. W czasie trwania wyścigu można korzystać z łapek, płetw, desek itp. ale to co zabieramy na start, musimy mieć też na mecie, tj. przez cały czas trwania obu wyścigów poruszamy się z niezmienionym ekwipunkiem.

iSwimiRun to także praca zespołowa, ponieważ zawody pokonuje się w parach, zaś dystans, na jaki można się od siebie oddzielać to max. 10 metrów. W trakcie wyścigu możemy liczyć tylko na siebie i na partnerze. Sędziowie zawodów, będą zwracali na to uwagę. Dwie uwagi od sędziego to 5 min kary czasowej doliczanej do końcowego wyniku. Uwaga trzecia równa się dyskwalifikacji. (Dotyczy TEAM 70, TEAM +70).

Wprowadza się również start zawodników w kategorii SOLO – indywidualnie oraz WETERAN – indywidualnie.

Klasyfikacja prowadzona będzie zgodnie z kolejnością na mecie zespołów / zawodników w poszczególnych kategoriach:

- TEAM 70 (do 70 lat – suma wieku obu zawodników);
- TEAM +70 (powyżej 70 lat – suma wieku obu zawodników);
- SOLO KOBIETY (bez podziału na kategorie wiekowe);
- SOLO MĘŻCZYŹNI (bez podziału na kategorie wiekowe);
- WETERAN (bez podziału na kategorie wiekowe).

Każda jednostka, instytucja może wystawić maksymalnie 4 drużyny w kategorii TEAM oraz 4 zawodników w kategorii SOLO. W zawodach mogą uczestniczyć żołnierze i funkcjonariusze pełniący aktualnie służbę. Dopuszcza się w kategorii TEAM udział jednego byłego żołnierza / byłego funkcjonariusza MSWiA. Do kategorii WETERAN będą zaliczani żołnierze/funkcjonariusze, którzy brali udział w działaniach poza granicami kraju. Dla kategorii WETERAN nie wprowadza się limitów wiekowych oraz dopuszcza się do udziału byłych żołnierzy/funkcjonariuszy.

Trasa i dystanse zostały wyznaczone na naturalnym ukształtowaniu terenu, leśne dukty, polne ścieżki, nadbrzeżne trawersy łagodnie pochylone ku taflowi wody wzgórza, naturalne przeszkody na drodze w postaci bobrowisk, powalonych drzew, wysokiej trawy, uskoków. Wyścig zostanie przeprowadzony ze startem i metą w miejscowości Rajgród nad jeziorem Rajgrodzkim. Szczegóły trasy zostaną przedstawione stronie [www.iswimirun.pl](http://www.iswimirun.pl)

- Oznaczenie trasy zostanie zaprezentowane na oficjalnej odprawie. Uczestnicy mają obowiązek podążać za oznakowaniem.
- Punkty odżywcze zostaną rozlokowane na trasie wszystkich trzech dystansów. 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.

## **5. ZASADY BEZPIECZEŃSTWA**

Ze względu na specyfikę zawodów i trudny poziom wyścigu, udział w zawodach może nieść za sobą pewne niebezpieczeństwo. Organizator przykładą szczególną wagę do bezpieczeństwa, organizując większe niż przepisowo wymagane zabezpieczenie wodne i medyczne na trasie.

Niemniej każdy zawodnik musi wiedzieć, że:

1. Każdy uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Zawodnicy przyjmują do wiadomości, że udział pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwości odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym.
2. Trasa pływacka zabezpieczona będzie przez Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratownicze, Policję oraz Ochotniczą Straż Pożarną.
3. Wskazane jest, żeby każdy z zawodników posiadał ubezpieczenie na udział w zawodach sportowych o podwyższonym ryzyku, gdyż organizator nie ponosi odpowiedzialności.
4. Jeśli u innych zespołów widzisz problem lub inne niepokojące objawy, poinformuj o tym jak najszybciej osoby, zabezpieczające trasę lub udziel pomocy.
5. Jeżeli twoje samopoczucie jest złe podejmij odpowiedzialną decyzję o przerwaniu wyścigu i niezwłocznie poinformuj o tym organizatora.
6. Organizator może wydać zakaz kontynuowania wyścigu dla danego zespołu, jeśli któryś z zawodników jego zdaniem nie jest zdolny do dalszej rywalizacji lub jego stan zagraża jego zdrowiu lub życiu.
7. W przypadku niespodziewanych klęsk żywiołowych organizator zastrzega sobie możliwość odwołania imprezy i przełożenie jej na inny termin lub zmiany formuły zawodów.

## **6. SKARGI, KARY I Dyskwalifikacje**

Dyskwalifikacja może zostać nałożona na zespół / zawodnika, gdy:

- Pokonuje trasę poza oznaczeniami organizatora.
- Któryś z uczestników porzuca ekwipunek na trasie, otrzymuje fizyczną pomoc od kibicujących.
- Zespół otrzyma trzecie upomnienie od sędziego zawodów, związane z nietrzymaniem maksymalnej 10 m. odległości od drugiego członka zespołu (dotyczy kategorii TEAM)
- Sędzia główny zawodów po wniesieniu skargi na konkretny zespół / zawodnika przez dwa inne zespoły / zawodników uczestniczące w wyścigu uzna jej zasadność.

Kary czasowe mogą zostać nałożone na zespół, gdy:

- Członkowie zespołu rozdzielają się od siebie na odległość większą niż 10 metrów – 5 min. Zespół może dostać dwa upomnienia – trzecie upomnienie oznacza dyskwalifikację. Kara czasowa doliczana jest do wyniku końcowego.
- Sędzia główny zawodów po wniesieniu skargi na konkretny zespół przez dwa inne zespoły uczestniczące w wyścigu, może przewidzieć karę postaci dodania do wyniku końcowego 5 minut lub jego wielokrotność.

Odwołania od kar i dyskwalifikacji należy składać pisemnie w biurze zawodów najpóźniej do 30 min. od ich ogłoszenia na tablicy ogłoszeń wywieszonej w biurze zawodów lub 30 min. po zakończeniu zawodów przez dany zespół. Spór rozstrzyga ostatecznie sędzia główny zawodów, w postaci Dyrektora Wyścigu, kierując się zasadami fair play. Jego decyzja nie podlega dyskusji i jest ostateczna. Skargi należy składać pisemnie w biurze zawodów do 30 min. od ich ukończenia.

## **7. ZGŁOSZENIA I UCZESTNICTWO**

Zgłoszenia drogą elektroniczną na adres mail: [zapisy.iswimirun@gmail.com](mailto:zapisy.iswimirun@gmail.com) Zgłoszenia będą przyjmowane w nieprzekraczalnym terminie do 25.06.2025 roku. W zgłoszeniu należy podać kategorie, w której będą uczestniczyć zawodnicy (TEAM 70, TEAM 70+, SOLO, WETERAN), imię i nazwisko, rok urodzenia jednostka/instytucja MON/MSWiA zawodników, numer telefonu kierownika ekipy.

Start odbędzie się z plaży. Na zawodach będzie obowiązywał elektroniczny oraz ręczny pomiar czasu. Organizator nie zapewnia miejsc parkingowych. Uczestnicy zobowiązani są zorganizować sobie miejsce parkingowe we własnym zakresie.

## **8. NAGRODY**

Drużyny / zawodnicy, którzy ukończą wymagany dystans otrzymają za 3 pierwsze miejsca puchary, dyplomy.

## **9. ZASADY FINANSOWANIA:**

Wszyscy zawodnicy są zwolnieni z opłaty startowej.

Ekipy sportowe przejeżdżają na koszt własny.

Organizator nie zapewnia miejsc noclegowych.

## **10. PROGRAM MINUTOWY:**

Szczegółowy program zawodów zostanie ogłoszony na – stronie internetowej zawodów.

## **11. ZASADY DODATKOWE**

1. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany trasy nawet w dniu wyścigu ze względów bezpieczeństwa. Uczestnicy zostaną poinformowani o zmianach;
2. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających.
3. Organizator zaleca uczestnikom wykonanie badań lekarskich potwierdzających zdolność do udziału w zawodach;
4. Uczestnicy odpowiadają finansowo za szkody wyrządzone na terenie bazy zawodów;

5. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w regulaminie. Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora. O zmianach organizator będzie informował na stronie internetowej. W sprawach nieujętych regulaminem rozstrzyga organizator;

## **12. DANE OSOBOWE I OCHRONA WIZERUNKU**

Administratorem danych osobowych uczestników 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 SwimRun i nie będą udostępniane innym odbiorcom. Podanie danych jest niezbędne do zawarcia umowy, w przypadku niepodania danych niemożliwe jest zawarcie umowy;
- Uczestnicy 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);

## **13. 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 biegu 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.

**OPRACOWAŁ**  
**Maciej Daszuta**