



Regulamin „IV Hipnij na Kozie Żebro”

- 30 sierpnia 2026 r. -

1. Cele:

- 1.1. Propagowanie aktywności fizycznej jako ważnego elementu dbania o dobry stan zdrowia Społeczeństwa.
- 1.2. Propagowanie aktywności fizycznej jako ważnego elementu profilaktyki uzależnień.
- 1.3. Aktywizacja społeczno-ruchowa osób dorosłych, w tym w starszym wieku, tzw. Seniorów (60+ lat).
- 1.4. Propagowanie proaktywnej postawy wśród dzieci i młodzieży oraz ich społeczna aktywizacja.
- 1.5. Nauczanie postawy zdrowej rywalizacji, współzawodnictwa w duchu fair play.
- 1.6. Popularyzacja biegania jako formy spędzania wolnego czasu.
- 1.7. Promocja walorów krajoznawczych, dziedzictwa kulturowego terenów należących do Gmin: Kamionka Wielka oraz Łabowa, jako miejsca do aktywnego spędzania wolnego czasu (bieganie, nordic walking, piesze wędrówki, itp.).
- 1.8. Promocja indywidualnego, grupowego, rodzinnego ruchu turystycznego, uwieńczonego zdobyciem Koziego Żebra, czyli jednego ze szczytów wchodzących w skład odznaki „Diadem Polskich Gór”.
- 1.9. Promocja, w Polsce i na świecie, walorów turystycznych regionu oraz Gmin, Podmiotów (Firm, Instytucji, NGO) Powiatu Nowosądeckiego.
- 1.10. Propagowanie świadomości ekologicznej oraz wykorzystania walorów przyrodniczo-krajobrazowych do uprawiania sportu i turystyki.

2. Informacje podstawowe:

- 2.1. Czwarta edycja edukacyjno-kulturowo-biegowego wydarzenia pn. „Hipnij na Kozie Żebro”, odbędzie się **30 sierpnia 2026 r.**
- 2.2. Miejsce startu/mety: Teren Rekreacyjny „Czarna Kępica” w Kamionce Wielkiej.
- 2.3. Każdy z Uczestników bierze udział w wydarzeniu wyłącznie na własne ryzyko i na własną odpowiedzialność.



2.4. Tegoroczna, czwarta edycja „Hipnij na Kozie Żebro”, odbędzie się na trzech dystansach (przybliżona długość poszczególnych dystansów oparta jest na pomiarze gps):

- a) **„Mini Kozie Żebro”** (88,8 m) - wyłącznie dla Dzieci (od 1. roku życia „Dzieci chodzące” do 9. roku życia włącznie; wiek liczony „rocznikowo”);
- b) **„Koziołek”** (888 m) - wyłącznie dla Dzieci i Młodzieży (10-14 lat; wiek liczony „rocznikowo”);
- c) **„Kobylarz”** (8,88 km) - dla Młodzieży (13-18 lat) i osób pełnoletnich (18+ lat); wiek liczony „rocznikowo”.

2.5. **Godziny otwarcia biura zawodów w dniu wydarzenia: godz. 07:00-08:45.**

Prosimy o przybycie odpowiednio wcześniej (nie na ostatni moment), aby starty poszczególnych dystansów mogły odbyć się wg zaplanowanego harmonogramu.

2.6. **Planowane godziny startu** (pragnąc umożliwić, startującym na dystansie „Kobylarz”, Rodzicom/Opiekunom prawnym dopingowanie swoich Pociec podczas „Mini Kozie Żebro” i „Koziołek”, wspomniane dwa dystanse wyruszą na trasę w pierwszej kolejności):

2.6.1. Dystans „Mini Kozie Żebro” (88,8 m): 9:00.

2.6.2. Dystans „Koziołek” (888 m): 9:15.

2.6.3. Dystans „Kobylarz” (8,88 km): 9:55.

2.7. **Limit czasu na pokonanie wybranego dystansu:**

2.7.1. Dystans „Mini Kozie Żebro” (88,8 m): 10 minut.

2.7.2. Dystans „Koziołek” (888 m): 30 minut.

2.7.3. Dystans „Kobylarz” (8,88 km): 120 minut (2 h).

2.8. Nawierzchnia: drogi utwardzone, asfalt, ścieżki leśne, polne, brody wodne.

3. Trasy:

3.1. **Trasy: „Koziołek”, „Kobylarz”, mają formę pętli**, poprowadzonej wzdłuż ścieżek leśnych lub/i szlaków turystycznych, ze startem i metą na terenie rekreacyjnym „Czarna Kępica” w Kamionce Wielkiej. **Trasa „Mini Kozie Żebro” ma formę biegu w linii „prostej”**, również ze startem i metą na terenie rekreacyjnym „Czarna Kępica” w Kamionce Wielkiej. Dokładny ich przebieg (wraz z trackami), podany będzie na stronie internetowej treningu, pod adresem <https://akademiabosegowirusa.pl/hipnij-na-kozie-zebro>, najpóźniej 7 dni przed dniem rozpoczęcia wydarzenia.



- 3.2. Organizator zastrzega sobie możliwość zmiany przebiegu tras, co nie stanowi powodu do zwrotu opłaty startowej Uczestnikowi. O ewentualnych zmianach przebiegu tras, Uczestnicy zostaną powiadomieni za pośrednictwem komunikatu na stronie internetowej <https://akademiabosegowirusa.pl/hipnij-na-kozie-zebro> i towarzyszących jej mediach społecznościowych, niezwłocznie po zaistnieniu sytuacji, która wymusza zmianę trasy.
- 3.3. Na trasie funkcjonować mogą lotne punkty kontrolne. Dokładna ich lokalizacja (w przypadku pojawienia się ich na trasie), podana będzie na stronie internetowej biegu, pod adresem <https://akademiabosegowirusa.pl/hipnij-na-kozie-zebro>, najpóźniej 7 dni przed dniem rozpoczęcia wydarzenia. Uczestnik biegu ma obowiązek pojawienia się na nich (patrz punkt 9.7.).

4. Organizator

Akademia Bosego Wirusa, będąca marką spółki PEŁNIA PRZYGODY sp. z o.o. z siedzibą w Nowym Sączu, ul. 1 Maja 5, 33-300 Nowy Sącz, miejsce rejestracji: Sąd Rejonowy dla Krakowa – Śródmieścia w Krakowie Wydział XII Gospodarczy Krajowego Rejestru Sadowego, KRS: 0000513765, wysokość kapitału zakładowego: 5 000 zł, NIP: 734-35-22-374, REGON: 122980231.

Dyrektor treningu: Karol BOSY WIRUS Trojan

E-mail: sekretariat@akademiabosegowirusa.pl

Tel. kontaktowy: 795 222 302

5. Świadczenia organizatora:

- 5.1. Posiłek regeneracyjny po treningu/biegu.
- 5.2. Pakiet startowy wraz z pamiątkowym numerem startowym.
- 5.3. Ostateczna zawartość pakietu startowego (oprócz numeru startowego), podana będzie Uczestnikom najpóźniej 7 dni przed dniem rozpoczęcia wydarzenia (poprzez stronę <https://akademiabosegowirusa.pl/hipnij-na-kozie-zebro> i powiązane z nią media społecznościowe) i uzależniona jest od nawiązania oraz zakresu współpracy z Partnerami wydarzenia.
- 5.4. Pamiątkowy medal, dla osób które ukończą bieg.
- 5.5. Punkty odżywcze/nawadniania. Lokalizacja punktów odżywczych/nawadniania i produkty na nich dostępne, podane będą najpóźniej 7 dni przed dniem rozpoczęcia wydarzenia na stronie <https://akademiabosegowirusa.pl/hipnij-na-kozie-zebro> oraz w towarzyszących jej mediach społecznościowych.



- 5.6. Pomiar czasu: elektroniczny.
- 5.7. Depozyt w biurze treningu/biegu.
- 5.8. Obsługa techniczna wydarzenia.
- 5.9. Obsługa fotograficzna.
- 5.10. Oznakowanie tras.
- 5.11. Wymagające, urozmaicone trasy.
- 5.12. Towarzyska, biegowa atmosfera.
- 5.13. Niezapomniane wrażenia.
- 5.14. Zabezpieczenie medyczne.
- 5.15. Upominek dla wszystkich Uczestników dystansu „Mini Kozie Żebro” (88,8 m).
- 5.16. Opieka nad Dziećmi i Młodzieżą, będącymi Uczestnikami „Mini Kozie Żebro” oraz „Koziołek”, podczas gdy ich Rodzice/Opiekunowie prawni będą na trasie dystansu „Kobylarz”.

6. Klasyfikacje i nagrody

- 6.1. Klasyfikację Uczestników IV edycji „Hipnij na Kozie Żebro” (z zastrzeżeniem postanowień punktu 10.5. niniejszego regulaminu), planuje się prowadzić w następujących kategoriach:

- 6.1.1. **Dystans „Mini Kozie Żebro” (88,8 m):** kategoria open kobiet (miejsca I-III) oraz open mężczyzn (miejsca I-III)

Poza nagrodami wynikającym z klasyfikacji, **wszyscy Uczestnicy dystansu „Mini Kozie Żebro” (88,8 m) otrzymają upominek.**

- 6.1.2. **Dystans „Koziołek” (888 m):** kategoria open kobiet (miejsca I-III) oraz open mężczyzn (miejsca I-III)

- 6.1.3. **Dystans „Kobylarz” (8,88 km):** kategoria open kobiet (miejsca I-III) oraz open mężczyzn (miejsca I-III)

- 6.2. Obecność, forma, wysokość nagród uzależniona jest od nawiązania i zakresu współpracy z Partnerami wydarzenia. O aktualnym stanie rzeczy Uczestnicy wydarzenia będą powiadamiani poprzez stronę internetową <https://akademiabosegowirusa.pl/hipnij-na-kozie-zebro> i powiązane z nią media społecznościowe.



7. **Harmonogram:**

- 7.1. Godziny otwarcia biura zawodów w dniu wydarzenia: godz. 07:00-08:45.
- 7.2. Godziny otwarcia linii startu/mety dla dystansu „Mini Kozie Żebro” (88,8 m): 09:00-09:10.
- 7.3. Godziny otwarcia linii startu/mety dla dystansu „Koziołek” (888 m): 09:15 - 09:45.
- 7.4. Godziny otwarcia linii startu/mety dla dystansu „Kobylarz” (8,88 km): 09:55-11:55.
- 7.5. Uczestnicy, którzy nie dotrą do linii mety przed jej zamknięciem, nie będą klasyfikowani na liście wyników, przygotowanej po zakończeniu biegu (otrzymają status DNF).
- 7.6. Ceremonia dekoracji (wspólna dla wszystkich dystansów), odbędzie się niezwłocznie po pojawieniu się ostatniego Uczestnika na mecie na Terenie Rekreacyjnym „Czarna Kępica”, tj. ok. godz. 12:00, bądź wcześniej.

8. **Zapisy:**

- 8.1. **Wyłącznie poprzez stronę internetową <https://akademiabosegowirusa.pl/hipnij-na-kozie-zebro> i wskazany na niej link, w terminie do 25 sierpnia 2026 r. (do godz. 23:59).**
- 8.2. Wysokość opłaty startowej:
 - 8.2.1. Dystans „Mini Kozie Żebro” (88,8 m): 0 zł - bezpłatny udział.
 - 8.2.2. Dystans „Koziołek” (888 m): 0 zł - bezpłatny udział.
 - 8.2.3. Dystans „Kobylarz” (8,88 km): 88 zł.
- 8.3. Płatności za opłatę startową można dokonać za pośrednictwem systemu wpłat, dostępnego podczas rejestracji lub za pomocą przelewu na podane konto bankowe:

mBank S.A. 40 1140 2004 0000 3802 7690 1853

W tytule przelewu proszę podać: imię i nazwisko Uczestnika oraz wybrany dystans.
- 8.4. Limit Uczestników (łącznie 99 osób):
 - 8.4.1. Dystans „Mini Kozie Żebro” (88,8 m) - 33 osoby.
 - 8.4.2. Dystans „Koziołek” (888 m): 33 osoby.
 - 8.4.3. Dystans „Kobylarz” (8,88 km) - 33 osoby.



- 8.5. W przypadku niemożności zorganizowania edukacyjno-kulturowo-biegowego wydarzenia pn. „Hipnij na Kozie Żebro”, z przyczyn zależnych od Organizatora, Organizator zwróci jego Uczestnikom 100% uiszczonej opłaty startowej.
- 8.6. W przypadku niemożności zorganizowania edukacyjno-kulturowo-biegowego wydarzenia pn. „Hipnij na Kozie Żebro”, z przyczyn niezależnych od Organizatora, Organizator zwróci jego Uczestnikom 70% uiszczonej opłaty startowej.
- 8.7. Organizator nie zwraca opłaty startowej, Uczestnikom edukacyjno-kulturowo-biegowego wydarzenia pn., którzy go nie ukończyli lub/i zostali zdyskwalifikowani lub/i uiścili opłatę startową, lecz nie wzięli udziału w wydarzeniu (z zastrzeżeniem punktu 8.5. i 8.6. niniejszego regulaminu).
- 8.8. Uczestnik nie ma możliwości przepisania swojego pakietu startowego na innego Uczestnika. Gdy taka możliwość pojawi się, Uczestnicy treningu „Hipnij na Kozie Żebro”, zostaną o tym fakcie niezwłocznie powiadomieni za pośrednictwem strony internetowej <https://akademiabosegowirusa.pl/hipnij-na-kozie-zebro> i towarzyszących jej mediach społecznościowych.

9. Zasady uczestnictwa:

- 9.1. Prawo startu w edukacyjno-kulturowo-biegowym wydarzeniu pn. „Hipnij na Kozie Żebro”, mają Uczestnicy, którzy jednocześnie:
- 9.1.1. W dniu startu spełniają kryterium wiekowe dla wybranego przez siebie dystansu, przedstawione w punkcie 2.4. niniejszego regulaminu
- 9.1.2. Dokonają rejestracji za pośrednictwem strony internetowej: <https://akademiabosegowirusa.pl/hipnij-na-kozie-zebro> i wskazanego na niej linku.
- 9.1.3. W dniu startu pojawią się na linii startu wg harmonogramu, odbierając numer startowy i podpiszą oświadczenie o starcie w wydarzeniu na własną odpowiedzialność, o braku przeciwwskazań zdrowotnych/medycznych/lekarskich do wzięcia udziału w nim oraz o zapoznaniu się z niniejszym regulaminem, z zobowiązaniem do jego przestrzegania. Warunkiem dopuszczenia osoby niepełnoletniej do udziału w wydarzeniu jest podpisanie przez Opiekunów prawnych lub/i Rodziców Małoletniego stosownego oświadczenia (stanowiącego załącznik nr 1 niniejszego regulaminu lub dostępnego w Biurze Zawodów w dniu wydarzenia) i przedstawienia go Organizatorowi przed odbiorem numeru startowego.



- 9.2. Uczestnicy wydarzenia odbierają pakiety startowe wyłącznie osobiście. Nieodebrane pakiety startowe nie będą wysyłane.
- 9.3. Uczestnicy wydarzenia, poruszają się wyłącznie: pieszo oraz po trasie wskazanej (i oznaczonej) przez Organizatora. Jakiegolwiek próby innej formy poruszania się bądź skracania trasy, równoznaczne są z dyskwalifikacją Uczestnika i odnotowane zostaną na liście wyników.
- 9.4. Organizator, pod groźbą dyskwalifikacji, nie dopuszcza możliwości korzystania, przez Uczestnika, z własnego Suportu na trasie (z pomocy osób towarzyszących nie posiadających numeru startowego wydarzenia „Hipnij na Kozie Żebro”). Wyjątek stanowią punkty nawadniania/odżywcze, przygotowane przez Organizatora/Jego Partnerów (w tym przypadku Support przebywa na punkcie na własną odpowiedzialność).
- 9.5. Organizator, dbając o bezpieczeństwo Uczestników, pod groźbą dyskwalifikacji, nie dopuszcza możliwości korzystania, podczas wydarzenia z kijków biegowych, trekkingowych, nordic walking - dotyczy wszystkich dystansów.
- 9.6. Organizator, pod groźbą dyskwalifikacji, nie dopuszcza możliwości biegu ze zwierzętami - dotyczy wszystkich dystansów
- 9.7. Uczestnicy wydarzenia mają bezwzględny zakaz śmiecenia na trasie, pod groźbą dyskwalifikacji. Swoje śmieci Uczestnicy mogą pozostawić wyłącznie na punktach odżywczych/nawadniania oraz w koszach w okolicy linii startu/mety.
- 9.8. Uczestnicy wydarzenia mają obowiązek umieszczenia numeru startowego z przodu ciała/koszulki w widocznym miejscu, tak aby były widoczne dla Organizatora oraz dla osób z nim powiązanych, które będą pełnić funkcję lotnych punktów kontrolnych. Nie pojawienie się Uczestnika na punkcie kontrolnym i nie odnotowanie jego obecności przez wspomniane powyżej osoby, równoznaczne jest z dyskwalifikowaniem Uczestnika oraz odnotowaniem stosownej informacji na liście wyników. Dopuszcza się używania pasów na numery startowe.
- 9.9. Uczestnicy wydarzenia, ubezpieczają się we własnym zakresie.
- 9.10. Wydarzenie odbędzie się przy otwartym ruchu pieszych, dlatego też, jego Uczestnicy muszą bezwzględnie przestrzegać zasad kultury osobistej wobec innych Turystów spotkanych na trasie wydarzenia.
- 9.11. Jeżeli Uczestnik wydarzenia, podczas pokonywania trasy, postanowi z niej zejść i nie kontynuować biegu, zobowiązany jest od razu, telefonicznie powiadomić o tym fakcie Organizatora. Po tej rozmowie, Uczestnik wraca na linię mety we własnym zakresie i na własną odpowiedzialność. W przypadku braku takiego zgłoszenia i wszczęcia przez Organizatora akcji poszukiwawczej, jej kosztami zostanie obciążony wyłącznie poszukiwany Uczestnik.



9.12. Jeżeli Uczestnik wydarzenia, podczas pokonywania trasy wie, iż nie dotrze do mety przed godziną zamknięcia linii startu/mety (odpowiedniej dla wybranego dla siebie dystansu), zobowiązany jest od razu, telefonicznie powiadomić o tym fakcie Organizatora. Po tej rozmowie, Uczestnik wraca na linię mety we własnym zakresie i na własną odpowiedzialność. W przypadku braku takiego zgłoszenia i wszczęcia przez Organizatora akcji poszukiwawczej, jej kosztami zostanie obciążony wyłącznie poszukiwany Uczestnik.

10. Postanowienia końcowe:

10.1. Osiągnięte przez Uczestników oficjalne wyniki wg czasów brutto (czyli liczone od momentu „wystrzału startera” do chwili przekroczenia linii mety), opublikowane zostaną na stronie <https://akademiabosegowirusa.pl/hipnij-na-kozie-zebro> (i powiązanych z nią mediach społecznościowych) do 01 września 2026 r. Jednocześnie, Organizator będzie czynił starania, aby w trakcie trwania wydarzenia, na stronie internetowej wydarzenia, publikowane były wyniki „na żywo” (uwzględniające aktualną pozycję Uczestników na poszczególnych punktach kontrolnych) oraz prowadzona była relacja „na żywo” w mediach społecznościowych Organizatora.

10.2. Rejestrując się na „Hipnij na Kozie Żebro”, Uczestnik wyraża zgodę na:

10.2.1. Nieodpłatne i bezpłatne wykorzystanie jego wizerunku dla celów promocji „Hipnij na Kozie Żebro”, na wszelkich polach eksploatacji, bez ograniczeń terytorialnych.

10.2.2. Nieodpłatne i bezpłatne wykorzystanie oraz uwiecznienie jego wizerunku i wyniku osiągniętego podczas wydarzenia, w materiałach, relacjach przed wydarzeniem, po wydarzeniu i w trakcie wydarzenia (na wszelkich polach eksploatacji, bez ograniczeń terytorialnych, w tym m.in. na fotografiach, nagraniach wideo, artykułach prasowych, telewizyjnych, internetowych).

10.2.3. Nieodpłatne i bezpłatne wykorzystanie jego imienia, nazwiska, reprezentowanego klubu oraz miejscowości podanej w trakcie rejestracji, dla celów wymienionych w punktach 10.3.1., 10.3.2. oraz 10.4.1., 10.4.2. niniejszego regulaminu.

10.2.4. Przetwarzanie, przez Organizatora i Podmioty z nim współpracujące, swoich danych osobowych i kontaktowych, podanych w formularzu podczas rejestracji oraz osiągniętego wyniku podczas wydarzenia, w celu i zakresie niezbędnym do prawidłowej realizacji „Hipnij na Kozie Żebro”.

10.2.5. Przetwarzanie przez Organizatora swoich danych osobowych i kontaktowych, podanych w formularzu podczas rejestracji na wydarzenie „Hipnij na Kozie Żebro” w celu i zakresie niezbędnym do prawidłowej realizacji kolejnych organizowanych wydarzeń oraz inicjatyw przez niego podejmowanych.



10.3. Uczestnik, pragnący otrzymać fakturę VAT na osobę fizyczną za wniesioną opłatę startową:

10.3.1. Wyraża zgodę na wystawienie faktury VAT bez podpisu odbiorcy i przesłanie jej Uczestnikowi w formie elektronicznej na podany przez niego, podczas rejestracji adres e-mail.

10.3.2. Musi przesłać na adres sekretariat@akademiabosegowirusa.pl, dane potrzebne do wystawienia prawidłowej faktury VAT: imię, nazwisko, adres, najpóźniej do 15. dnia miesiąca następującego po miesiącu dokonania opłaty startowej.

10.4. Uczestnik, pragnący otrzymać fakturę VAT „na firmę”, tj. działalność gospodarczą za wniesioną opłatę startową:

10.4.1. Wyraża zgodę na wystawienie faktury VAT bez podpisu odbiorcy i przesłanie jej Uczestnikowi w formie elektronicznej na podany przez niego, podczas rejestracji adres e-mail.

10.4.2. Musi w formularzu rejestracyjnym podać nr NIP, na który ma być wystawiona faktura VAT oraz przesłać na adres <mailto:sekretariat@akademiabosegowirusa.pl>, dane potrzebne do wystawienia prawidłowej faktury VAT: nazwę Firmy, adres, nr NIP, najpóźniej do 15. dnia miesiąca następującego po miesiącu dokonania opłaty startowej.

10.5. Organizator zastrzega sobie możliwość zmiany i ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu.

10.6. Niniejszy regulamin, wchodzi w życie z dniem 17 sierpnia 2026 roku.



Załącznik nr 1, regulaminu „IV Hipnij na Kozie Żebro”

Oświadczenie Rodzica/Opiekuna prawnego* Osoby małoletniej

Zakreśl wybrany dystans:

Dystans „Mini Kozie Żebro” (88,8 m) - Dystans „Koziołek” (888 m) - Dystans „Kobylarz” (8,88 km)

Ja,, legitymująca/cy się numerem PESEL, poniższym podpisem, oświadczam, że:

- jestem Rodzicem/Opiekunem prawnym* Małoletniego
(imię i nazwisko Małoletniego), urodzonego dnia
(data urodzenia Małoletniego);
- wyrażam zgodę na udział wyżej wspomnianego Małoletniego na udział 30 sierpnia 2026 r. w wydarzeniu „IV Hipnij na Kozie Żebro”;
- ja i wyżej wymieniony Małoletni Uczestnik, przyjmujemy do wiadomości, że udział w „IV Hipnij na Kozie Żebro”, 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;
- ja i wyżej wymieniony Małoletni Uczestnik, zostaliśmy zapoznani z informacją, iż każdy z Uczestników bierze udział w „IV Hipnij na Kozie Żebro”, wyłącznie na własne ryzyko i na własną odpowiedzialność;
- wyżej wymieniony Małoletni, nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w wydarzeniu „IV Hipnij na Kozie Żebro” oraz został zapoznany z zapisami zawartymi w regulaminie wydarzenia i zobowiązuje się do przestrzegania jego postanowień;
- biorę pełną odpowiedzialność za bezpieczeństwo wyżej wymienionego Małoletniego Uczestnika podczas wydarzenia;
- biorę pełną odpowiedzialność materialną za szkody wyrządzone przez wyżej wymienionego Małoletniego Uczestnika podczas wydarzenia.

.....
*(data i czytelny podpis Rodzica/Opiekuna prawnego Małoletniego Uczestnika
„IV Hipnij na Kozie Żebro”)*

* niepotrzebne skreślić