

**Regulamin biegu
Mała Pętla Izerska
w ramach imprezy sportowej pod nazwą
Izerski Weekend Biegowy 2021**

§1 Organizator

1. Organizatorem biegu jest Towarzystwo Sportowe Regle Szklarska Poręba dalej jako: Organizator lub [TS Regle](#).
2. Przy współudziale: [Miasta Szklarska Poręba](#)

§2 Cele i założenia

1. Promocja Gór Izerskich oraz miasta Szklarskiej Poręby.
2. Popularyzacja i upowszechnienie biegania, jako najprostszej formy rekreacji.

§3 Termin, miejsce, trasa zawodów

1. Bieg odbędzie się w dniu 11 lipca 2021 roku ulicami miasta Szklarskiej Poręby oraz malowniczymi szlakami Gór Izerskich.
2. Start o godzinie 9:30 z placu przed dworcem PKP ul. Dworcowa w Szklarskiej Porębie
3. Trasa obejmuje 1 pętlę.
4. Meta: Stadion Miejski przy ul. Plac Sportowy w Szklarskiej Porębie.
5. Długość trasy: ok. 10 km.
6. Trasa nie posiada atestu PZLA, IAAF.
7. Trasa będzie posiadała oznaczony każdy kilometr.
8. Podczas biegu wszyscy Uczestnicy zobowiązani są posiadać chip, który zostanie zamontowany w numerze startowym każdego Uczestnika. Chipa

nie można usuwać z numeru startowego. Usunięcie lub zagubienie chipa skutkuje brakiem możliwości klasyfikacji Uczestnika.

9. Pomiar czasu w systemie chipów w numerze startowym – oficjalnym czasem jest czas netto, oprócz 50 pierwszych zawodników na mecie.
10. Na trasie biegu będzie znajdować się punkt pomiaru czasu. Obsługa punktów kontrolnych będzie spisywała numery startowe Uczestników skracających trasę.
11. Uczestnicy skracający lub zmieniający trasę zostaną zdyskwalifikowani.
12. Ze względów organizacyjnych ustala się limit czasu na pokonanie trasy 1 godz. 30 min (licząc od strzału startera). Po upływie wyznaczonego czasu uczestnicy nie będą umieszczeni w klasyfikacji generalnej.
1. Wszyscy zawodnicy, którzy nie dobiegną do mety w określonym limicie czasu zobowiązani są do przerywania biegu i zejścia z trasy i powiadomienia o tym organizatora biegu.
13. Uczestnicy, którzy po upływie regulaminowego czasu (o którym mowa w ust. 3 ppkt 12) pozostaną na Trasie czynią to na własną odpowiedzialność, stosowną do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu cywilnego. W przypadku, o którym mowa w zdaniu poprzednim, Organizator nie ponosi odpowiedzialności z tytułu uszkodzenia ciała i uszczerbku na zdrowiu tych Uczestników.
14. Na Trasie biegu przebywać mogą jedynie Uczestnicy biegu, obsługa biegu, służby porządkowe oraz osoby i pojazdy posiadające przepustkę wydaną przez Organizatora.
15. Zabrania się poruszania się po trasie biegu na rowerach, rolkach, deskorolkach oraz innych urządzeniach mechanicznych bez ważnego zezwolenia wydanego przez organizatora biegu.
16. Niedozwolone jest korzystanie z kijków typu nordic walking oraz bieg z psem.
17. Punkt odświeżania, będzie rozmieszczony w okolicach połowy dystansu.

§4 Uczestnictwo

1. Mała Pętla Izerska ma charakter otwarty. Prawo startu mają wyłącznie te osoby, które najpóźniej do dnia 10 lipca 2021 roku ukończą 18 lat, posiadający aktualne badanie lekarskie; osoby nie posiadające aktualnych badań lekarskich dopuszczone zostaną do startu po złożeniu pisemnego

oświadczenia na formularzu zgłoszeniowym, że biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność;

2. Zgłoszenia Uczestnika do biegu w dniu zawodów w biurze zawodów odbywa się osobiście. Nie ma możliwości zgłoszenia Uczestnika poprzez inną osobę. Wiąże się to z weryfikacją przez organizatora danych osobowych, osobistym zapoznaniem z regulaminem biegu, jego akceptacją oraz podpisaniem formularza zgłoszeniowego.
3. Wszyscy uczestnicy MAŁEJ PĘTLI IZERSKIEJ muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Biuro Zawodów będzie się mieścić w hali sportowej przy stadionie miejskim ul. Plac Sportowy 5 w Szklarskiej Porębie.
4. Biuro będzie czynne w następujących porach:
10 lipca 2021 r. (sobota) w godzinach 09:30 -14:00
11 lipca 2021 r. (niedziela) w godzinach 07:30 -09:00
5. Odbiór pakietów startowych odbywać się będzie podczas weryfikacji Uczestników, na podstawie:
 - a. dla Uczestników odbierających numery startowe oraz pakiety startowe samodzielnie - okazanego do wglądu ważnego dokumentu identyfikacyjnego ze zdjęciem;
 - b. dla Uczestników odbierających numery startowe oraz pakiety startowe przez osobę trzecią - przedstawionego pisemnego upoważnienia Uczestnika na odebranie numeru startowego lub pakietu startowego dla Uczestnika przez osobę trzecią oraz okazanego do wglądu dokumentu identyfikacyjnego ze zdjęciem osoby trzeciej, uprawnionej do odbioru ww. numeru startowego i pakietu startowego. Wzór upoważnienia stanowi Załącznik nr 1 do Regulaminu oraz dostępny jest na stronie internetowej [Izerski Weekend Biegowy](#).
 - c. Uczestnik za którego upoważniona osoba trzecia odbiera pakiet startowy podpisze upoważnienie (zgodnie ze wzorem zawartym w Załączniku nr 1 do regulaminu) w którym poinformuje organizatora, że znany jest mu swój stan zdrowotny i bierze udział w biegu na własną odpowiedzialność. W przypadku braku podpisu na upoważnieniu do odbioru pakietu organizator nie wydaje numeru startowego uczestnika biegu.
 - d. Osoba upoważniona, odbierająca pakiet startowy za osobę trzecią podpisze zgodnie z Załącznikiem nr 2 do Regulaminu dostępny jest na stronie internetowej [Izerski Weekend Biegowy](#), oświadczenie, że po odebraniu pakietu startowego nie wystartuje w biegu z numerem startowym zawodnika za którego odebrała pakiet startowy wraz z numerem startowym.
6. Każdy zawodnik, który decyduje się na udział w zawodach oświadcza, że rozumie potencjalne zagrożenie dla zdrowia i życia, jakie pociąga za sobą uczestnictwo w tym trudnym biegu górskim. Jednocześnie zawodnik

przyjmuje odpowiedzialność za wszelki uszczerbek na zdrowiu i życiu powstały w trakcie uczestnictwa, a niewynikający z winy organizatora.

7. Każdy zawodnik, który decyduje się na udział w zawodach ma obowiązek zapoznać się przed biegiem ze śladem trasy biegu, który będzie dostępny na stronie internetowej [Izerski Weekend Biegowy](#) oraz w dniu zawodów, w biurze zawodów na tablicy informacyjnej.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do weryfikacji danych osób odbierających numer startowy poprzez sprawdzenie ich w dokumencie tożsamości.
9. Uczestników biegu obowiązuje niniejszy regulamin.

§5 Zgłoszenia

1. Zgłoszenia można dokonać za pośrednictwem portalu internetowego DATASPORT.
2. Zgłoszenia online zostaną zawieszane 01 lipca 2021 roku pod warunkiem, że wcześniej nie zostanie wyczerpany limit zgłoszeń. Po tym terminie zgłoszenia będą możliwe wyłącznie w Biurze Zawodów Izerskiego Weekendu Biegowego, pod warunkiem, że do tego czasu limit nie zostanie wyczerpany. W takim przypadku możliwość zapisów zostaje zakończona. Zgłoszenia przyjęte od 01 czerwca nie gwarantują wszystkich świadczeń.
3. Do biegu nie mogą się zgłaszać osoby, u których od 2016 roku stwierdzono stosowanie jednej z metod lub jednego z środków dopingowych zakazanych w sporcie, lub obowiązuje ich kara dyscyplinarna z lat poprzednich. W przypadku, gdy osoba taka się zgłosi, zostanie skreślona z listy startowej, a wniesiona opłata startowa nie zostanie zwrócona.
4. Nieprawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego przez uczestnika może spowodować skreślenie go z listy startowej. Na liście startowej będą znajdować się wyłącznie uczestnicy, którzy uiszcili opłatę startową.
5. Wypełnienie formularza zgłoszeniowego oraz przyjęcie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu. Ponadto uczestnicy mają prawo do:
 - a) wyrażenia dobrowolnej zgody na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb biegu a także organizatora,
 - b) wyrażenia dobrowolnej zgody na wykorzystanie wizerunku uczestnika imprezy dla potrzeb biegu a także organizatora,
 - c) uczestnicy mają prawo do odmówienia (w czasie zapisów) lub odwołania zgody (wysyłając do organizatora stosowną informację):

- na przetwarzanie danych osobowych,
- upublicznianie swojego wizerunku zgodnie z zapisami zawartymi w §9 pkt. 13 .

6. Organizator wprowadza limit uczestników !!!!! Limit wynosi 350 numerów startowych w tym 20 numerów pozostaje do dyspozycji organizatora.

§6 Opłata startowa

1. Każdy uczestnik MAŁEJ PĘTLI IZERSKIEJ lub organizacje ich delegujące ponoszą koszty opłaty za udział w biegu oraz pakiet startowy, dojazdów, noclegów oraz innych świadczeń we własnym zakresie. Opłata jest uzależniona od niżej wskazanych ilości (limitów) zgłoszeń. Wpłaty można dokonywać od ogłoszenia dnia zapisów na stronie internetowej biegu. Uczestnik powinien dokonać opłaty do 10 dni od zapisania się na stronie zapisów.

Wysokość opłaty jest uzależniona od

kolejności wpłaty:

0 - 50 zgłoszeń	75,00 zł
-----------------	----------

51 - 100 zgłoszeń	85,00 zł
-------------------	----------

101 - 150 zgłoszeń	90,00 zł
--------------------	----------

151 - 200 zgłoszeń	95,00 zł
--------------------	----------

201 - 350 zgłoszeń	100,00 zł
--------------------	-----------

w biurze zawodów	110,00 zł
------------------	-----------

Wysokiej jakości koszulka jest dodatkowo płatna w cenie 55 zł (cena obowiązuje w terminie do 01.06.2021 r) , po tym terminie nie ma możliwości zakupu koszulki. Zgłoszenia i opłaty należy dokonać podczas rejestracji.

2. Opłata startowa jest opłatą za uczestnictwo, a nie opłatą za pakiet startowy i przeznaczona na pokrycie kosztów organizacyjnych biegów. W ramach opłaty startowej/pakietu startowego organizator zapewnia : możliwość udziału w biegu, opiekę medyczną, punkty odświeżające na trasie

i mecie biegu, numer startowy, agrafki, medal na mecie biegu, posiłek regeneracyjny w restauracji oraz pakiet upominków w miarę możliwości organizatora i sponsorów.

3. W formularzu zapisów do biegu zawodnik zobowiązany jest dokonać wyboru rodzaju posiłku z pośród dwóch dostępnych opcji: „BEZMIĘSNY” lub „Z MIĘSEM”. Dokonanego wyboru nie można zmienić w późniejszym czasie.
4. Osoby, które dokonają opłaty startowej po 01 lipca 2021 roku nie otrzymają numeru startowego, a opłata zostanie zwrócona (liczy się data wpływu środków na konto organizatora).
5. W przypadku wniesienia opłaty startowej w niewystarczającej wysokości (np. w wyniku przekroczenia poszczególnych limitów uczestników określonych w §6 pkt 1 niniejszego regulaminu) zawodnik jest zobowiązany do dopłacenia różnicy do wysokości kwoty, jaką winien on być wnieść zgodnie z zapisami zawartymi w §6 pkt 1 niniejszego regulaminu.
6. Dowodem zarejestrowania opłaty jest nadanie numeru startowego przy nazwisku zawodnika na liście startowej na stronie [DATASPORT](#)
7. Organizator nie odpowiada za zaginięcie zgłoszenia oraz przekazu pocztowego lub przelewu bankowego z winy poczty lub banku.
8. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. W wyjątkowych sytuacjach organizator może zezwolić na przeniesienie opłaty na innego uczestnika biegu lecz tylko w terminie do 01 czerwca 2021 r. Wszelkie formalności związane z przeniesieniem opłaty i zmianą Uczestnika biegu leżą po stronie Uczestników.
9. Osoby, które chcą otrzymać fakturę za wniesioną opłatę startową powinny w trakcie zapisów na stronie DATASPORT zaznaczyć właściwą zakładkę w formularzu zgłoszeniowym lub podczas zapisów w dniu zawodów w biurze zawodów.
10. W przypadku dokonywania płatności, przy których konieczne jest opłacenie prowizji banku lub innej instytucji pośredniczącej w płatności, do opłaty startowej należy doliczyć kwotę równą wysokości prowizji. W przypadku nieopłacenia prowizji przez Uczestnika i wstrzymania lub odrzucenia płatności przez ww. bank lub instytucję pośredniczącą, rejestracja nie będzie możliwa.

§7 Klasyfikacje

1. Podczas MAŁEJ PĘTLI IZERSKIEJ prowadzone będą następujące klasyfikacje:

1.1 Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn (miejsca od 1 do 3)

1.2 Klasyfikacje wiekowe: (Miejsca od 1 do 3)

- K-18 M-18 (18-29 lat)
- K-30 M-30 (30-39 lat)
- K-40 M-40 (40-49 lat)
- K-50 M-50 (50-59 lat)
- K-60 M-60 (60- i więcej)

UWAGA: W przypadku gdy w danej kategorii wiekowej, wystąpi mniej niż 3 zawodników, automatycznie w takim przypadku rywalizują oni w niższej kategorii wiekowej.

1.3 Klasyfikacja VEGE.

W klasyfikacji tej mogą wystartować osoby, które podczas zgłoszenia zaznaczą odpowiednie pole. Osoby zgłaszające w formularzu przynależność do kategorii vege deklarują, że stosują dietę wegańską lub wegetariańską (bądź inną pochodną-bezmięsną)

2. Podstawą klasyfikacji jest elektroniczny pomiar. Na trasie biegu znajdować się będzie punkt kontrolny pomiaru czasu, który odnotowuje pojawienie się zawodnika w danym punkcie. Brak odczytu pojawienia się zawodnika na punkcie kontrolnym może spowodować dyskwalifikację.
3. Klasyfikacja zawodników w kategorii generalnej odbywa się na podstawie czasu rzeczywistego (brutto, liczonego od chwili strzału startera).
4. W wynikach końcowych podanych przez obsługę czasową biegu, każdy z zawodników otrzymuje informację o czasie netto i brutto.
5. Protesty dotyczące wyników można składać pisemnie u dyrektora biegu w dniu zawodów do godziny po zakończeniu biegu. Po tym terminie protesty nie będą rozpatrywane.
6. Złożenie protestu wiąże się z opłatą w wysokości 150 zł za jego rozpatrzenie. Uiszczona opłata za złożony protest nie będzie zwracana.

§8 Nagrody

1. Zwycięzcy w kategorii generalnej kobiet i mężczyzn (miejsca I-III) otrzymują puchary oraz nagrody rzeczowe (w miarę możliwości organizatora).
2. Zwycięzcy w poszczególnych kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn otrzymują za miejsce I puchary. Miejsca II-III zostaną nagrodzone w miarę możliwości organizatora oraz pozyskanych partnerów.
3. Zwycięzcy w pozostałych kategoriach zostaną nagrodzeni w miarę możliwości organizatora oraz pozyskanych partnerów.
4. Nagrody w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn (miejsca I-III) przysługują zawodnikom w/g kolejności wbiegnięcia na linię mety.
5. Nagrody w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn przysługują osobom klasyfikowanym w/g czasu netto.
6. Wszystkie zawodniczki i wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg w czasie 1,30 godzin otrzymają pamiątkowy medal.
7. Po zakończeniu dekoracji klasyfikacji OPEN i kategorii wiekowych odbędzie się losowanie nagród (w miarę możliwości organizatora).
8. Szczegółowe informacje dotyczące nagród pojawią się na stronie [Izerski Weekend Biegowy](#).
9. Warunkiem otrzymania nagród regulaminowych jest osobiste stawienie się podczas uroczystej dekoracji.
10. Organizator nie ma obowiązku wysyłania nagród zawodnikom, którzy nie stawili się na dekoracji.
11. Nagrody nieodebrane podczas dekoracji pozostają w dyspozycji organizatora.
12. Końcowe wyniki biegu będą dostępne na w/w stronach i portalach internetowych – DATASPORT, IZERSKI WEEKEND BIEGOWY.
13. Nagrody nie dublują się. Zawodnik, który otrzyma nagrodę w kategorii głównej, nie jest uprawniony do otrzymania nagrody w kategorii wiekowej.
14. Organizator zastrzega sobie prawo do przydziału nagród w poszczególnych klasyfikacjach oraz w losowaniu nagród w zależności od ich dostępności.

15. Organizator zastrzega sobie prawo do ufundowania dodatkowych nagród w wybranych przez siebie kategoriach i klasyfikacjach.

§9 Uwagi

1. Zawodniczki i zawodnicy po ukończeniu biegu mogą zostać poddani badaniom antydopingowym. Badania zostaną wykonane przez Komisję do Zwalczenia Dopingu w Sporcie. Każda zawodniczka i zawodnik wytypowany przez Komisję do Zwalczenia Dopingu w Sporcie ma obowiązek, pod karą dyskwalifikacji udać się na badania antydopingowe. W przypadku wykrycia w próbce A substancji niedozwolonych zawodnik ma prawo wystąpić z wnioskiem o przebadanie próbki B na swój koszt. W razie wyniku negatywnego próbki B niepotwierdzającego zażycie substancji niedozwolonych, wynik zawodnika pozostaje utrzymany na liście, zaś w sytuacji potwierdzenia wyniku próbki A, Dyrektor biegu dyskwalifikuje zawodnika. Decyzja o dyskwalifikacji jest ostateczna i nie mają do niej zastosowania przepisy PZLA dotyczące możliwości odwołania.
2. Lista substancji i metod zabronionych jest określona w Załączniku nr 1 do Międzynarodowej Konwencji do Zwalczenia Dopingu w Sporcie z dnia 19.10.2005 r. z późniejszymi zmianami.
3. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę. W przypadku wystąpienia nagłych zagrażających życiu uczestników zjawisk atmosferycznych bieg może zostać odwołany lub przerwany przez organizatora.
4. Uczestnicy którzy z różnych przyczyn nie będą mogli ukończyć biegu są zobowiązani powiadomić o tym fakcie organizatora na mecie biegu lub obsługę biegu na trasie biegu osobiście lub telefonicznie.
5. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulki startowej. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości, bądź jego modyfikacja jest zabroniona, pod karą dyskwalifikacji.
6. Zawodnik wypełniając elektroniczny bądź papierowy formularz zgłoszeniowy potwierdza, iż startuje na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko, przyjmując do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Wypełnienie formularza rejestracyjnego oraz dokonanie opłaty rejestracyjnej oznacza, że zawodnik ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w biegu na własną odpowiedzialność.

7. Organizator nie ubezpiecza uczestników od następstw nieszczęśliwych wypadków i kosztów ewentualnych z nimi związanych. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem Uczestnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez Uczestnika.
8. Pomoc medyczna będzie dostępna na mecie biegu.
9. Decyzje obsługi medycznej dotyczące kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
10. Bieg będzie odbywał się przy ograniczonym ruchu drogowym z zachowaniem szczególnej ostrożności i przestrzeganiu przepisów ruchu drogowego i Kodeksu Cywilnego.
11. Uczestnicy mają obowiązek przestrzegania porządku publicznego, poleceń służb porządkowych, poleceń personelu i przedstawiciela Organizatora oraz poszanowania pozostałych Uczestników w duchu sportowej rywalizacji i zasad fair -play. Organizator ma prawo odmówić uczestnictwa w biegu i ma prawo usunąć z terenu biegu osoby, które zakłócają porządek publiczny, przebieg biegu, nie przestrzegają poleceń osób wskazanych w zdaniu poprzedzającym lub zachowują się niezgodnie z Regulaminem biegu, przepisami IAAF oraz PZLA.
12. Zawodnicy muszą szanować środowisko naturalne i bezwzględnie nie mogą zanieczyszczać trasy biegu, poza wyznaczonymi strefami bufetu. Nie wolno używać szklanych pojemników w pobliżu i na trasie zawodów.
13. Na trasie biegu mogą występować odcinki niebezpieczne, przejazdy kolejowe, ruch uliczny, ostre kamienie, wystające skały, gałęzie, strome podbiegi i zbiegi itp. Za ich prawidłowe pokonanie odpowiada uczestnik.
14. Zapisując się do udziału w biegu uczestnik akceptuje niniejszy regulamin i wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie jego wizerunku utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo oraz udziela organizatorowi biegu 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 imprez organizowanych przez **TS REGLE** , udostępniania sponsorom oraz partnerom biegu w celu ich promocji w kontekście udziału w imprezie, zamieszczania i publikowania na promocyjnych materiałach drukowanych organizatora, w prasie, na stronach internetowych oraz w przekazach telewizyjnych i radiowych.

15. Zawodnicy otrzymają możliwość zdeponowania rzeczy osobistych w specjalnie wyznaczonym miejscu. Zdeponowane rzeczy można odebrać po biegu tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia przez zawodnika numeru startowego, Organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za pobranie zdeponowanych rzeczy przez inną osobę.

Uwaga: Organizator nie ponosi odpowiedzialności za pozostawienie cennych przedmiotów oraz dokumentów w depozycie.

16. Organizator nie zapewnia pryszniczy oraz miejsc noclegowych dla uczestników biegu.

17. Po biegu można skorzystać z posiłku regeneracyjnego.

18. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorowi.

19. W sprawach nieobjętych Regulaminem ostateczne rozstrzygnięcie należy do organizatora.

20. Organizator ma prawo dokonania zmiany niniejszego Regulaminu, o ile nie wpłynie to na pogorszenie sytuacji Uczestników, w szczególności w zakresie praw nabytych na podstawie niniejszego Regulaminu. Ewentualne późniejsze zmiany niniejszego Regulaminu obowiązują od daty ich publikacji na Stronie Internetowej.

21. Wszelkie informacje dotyczące biegu można uzyskać drogą elektroniczną.

22. Kontakt w sprawach technicznych i organizacyjnych:
DYREKTOR BIEGU – Marek Deputat +48 661 887750
marek.deputat.tsregle@op.pl

23. **Kontakt w sprawie zapisów, opłat i numerów startowych:**
Artur Machtelewski - + 48 501792353
zapisy.izerskiweekendbiegowy@op.pl