

Regulament MIS 2025

Maratonul Internațional Sibiu este o competiție sportivă de alergare cu scop filantropic, unde fiecare participant susține o cauză prin alergare, iar susținătorii pot dona pentru aceasta. Evenimentul are loc pe 24-25 mai și include mai multe curse, atât pentru adulți, cât și pentru copii.

Cursele pentru adulți includ Cros 5 km, 10k, Semimaraton (21,09 km), TeamRun 4×5,3 km și Maraton (42,195 km), precum și probe speciale precum Teen Race (13-17 ani) și Pași pentru oraș (3,35 km mers). Curse separate pentru copii sunt organizate pe 25 mai, cu distanțe între 400 și 1600 m, în funcție de vârstă.

Traseul evenimentului străbate zona centrală a Sibiului, Parcul Sub Arini, Muzeul ASTRA și, în cazul maratonului, satele Rășinari și Poplaca. Siguranța este asigurată de voluntari și autorități, iar cronometrarea se face cu cipuri atașate numerelor de concurs. În cadrul ștafetelor, doar timpul echipei este înregistrat.

Înscrierile se fac online până la **2 mai 2025**, iar taxa de participare trebuie achitată imediat. Pentru cursele de Cros, Semimaraton și 10k, participanții trebuie să aibă minimum 16 ani (cu acordul părinților), iar la Maraton vârsta minimă este 18 ani. Cursa de Cros este limitată la 3.000 de alergători, iar locurile se ocupă în ordinea plăților.

- **Despre competiție NECESITA UPDATARE**

Maratonul Internațional Sibiu este o competiție sportivă de alergare de tip open, cu caracter filantropic (fiecare alergător susține prin alergare o cauză din comunitate, susținătorii săi având posibilitatea de a efectua o donație pentru cauza respectivă). Un alergător poate opta să alerge pentru o singură cauză.

Cursele organizate în cadrul Maratonului în **24 mai** sunt următoarele:

- Cros 5 km
- 10k
- Semimaraton – 21,09 km
- TeamRun 4×5,3 km
- Maraton - 42,195 km

- Teen Race (13-17 ani) – 3,35 km
- Pași pentru oraș - 3,35 km

Cursele copiilor vor avea loc cu start fizic din Piața Mare duminică, **25 mai**:

- 4-5 ani - 400 m
- 6-7 ani - 800 m
- 8-9 ani - 1200 m
- 10 -12 ani - 1600 m

Categoriile curselor Maraton, Semimaraton, 10k, Cros, Squad Race, Pași pentru oraș sunt masculin și feminin. Echipele de ștafetă pot fi echipe mixte.

Traseul competiției se va desfășura pe distanțele aferente fiecărei curse, în zona centrală a orașului Sibiu, în zonele adiacente (Parcul Sub Arini și Muzeul Civilizației și Tradiției Populare - ASTRA) și în satele învecinate cu Sibiu (Rășinari și Poplaca), pentru cursa de maraton.

Traseul va fi marcat corespunzător și va fi asigurat de voluntari și reprezentanți ai Poliției Județene Sibiu, Jandarmeria Sibiu și ai Poliției Locale Sibiu.

Toți voluntarii vor fi echipați cu fluier pe care le vor folosi pentru asigurarea traseului de alergare prin atenționarea pietonilor care se intersectează cu acesta.

Cronometrarea participanților se va efectua prin intermediul cipurilor atașate pe partea din spate a numerelor de concurs. Pentru ca înregistrarea timpului să poată fi realizată fără probleme, numerele de concurs se vor purta obligatoriu pe partea din față a tricoului sau șortului.

În cadrul curselor de ștafetă, cronometrarea nu se va efectua individual pentru fiecare membru al echipei, ci doar pentru echipă per total – doar alergătorul care încheie ștafeta va primi cip de cronometrare.

Este interzisă schimbarea sau transferarea numărului de concurs către alte persoane, acest lucru atrăgând descalificarea participantului.

Punctele de hidratare/revitalizare vor fi organizate la Km 3, Km 5, Km 10.5, km 16, km 21, km 25, km 27.5, km 31.5, km 34, km 36, km 38, km 41.5.

Acestea vor fi dotate cu fructe, ciocolată, covrigei și apă, iar pentru cursa de maraton, începând cu punctul de revitalizare de la km 27.5, vor beneficia și de cola.

- **Înscriere și plată**

Înscrierea ca alergător se realizează prin completarea formularului de înscriere de pe www.maratonsibiu.ro, cu alegerea cursei dorite și a cauzei susținute. Data limită pentru înscriere la cursa fizică cu start în Piața Mare este **2 mai 2025**. Participanții care optează pentru „Alergă peste tot” cu GLS, se pot înscrie până în **2 mai 2025** și pot alerga între **25 mai - 1 iulie 2025**.

Pentru validarea înscrierii, achitarea taxei de participare trebuie făcută pe loc, cu cardul.

Vârsta minimă de participare la cursa de Maraton este de 18 ani.

La cursele Semimaraton, 10k și Cros pot participa și tineri cu vârsta minimă de 16 ani, cu acordul scris al părintelui/tutorei legal.

La cursa Squad Race pot participa tinerii cu vârsta cuprinsă între 13 – 17 ani, cu acordul scris al părintelui/tutorei legal.

Începând cu ediția 2025 a Maratonului Internațional Sibiu, **numărul participanților la cursa de Cros (5 km) va fi limitat la 3.000 de alergători**. Confirmarea înscrierilor se va realiza în ordinea efectuării plăților.

După atingerea acestui număr, organizatorul nu va putea acomoda alte solicitări pentru această cursă. Cei care doresc să participe pot opta pentru alte probe disponibile, precum Ștafeta, 10 km sau Pași pentru Oraș.

Numerele de concurs sunt nominale adică sunt atribuite individual și nu pot fi transferate altor participanți, iar înscrierea participantului și declarația de aptitudine pe proprie răspundere sunt valide doar dacă datele personale ale fiecărui alergător sunt completate corect. Organizatorul nu își asumă responsabilitatea pentru eventualele accidentări sau probleme survenite în cazul persoanelor ale căror înscrieri și declarații au fost completate de alți terți în numele lor.

Declarația pe proprie răspundere va fi generată automat, preluând datele personale ale alergătorului din formularul de înscriere, în urma acceptului acestuia, acordat prin bifarea unei casete la finalul formularului.

Excepție fac minorii, pentru care înscrierea și declarația pe proprie răspundere vor fi completate de către tutorii lor legali.

- **Ridicarea kiturilor**

Ridicarea kitului se poate face doar pe baza unui document de identitate valid.

Începând cu ediția MIS 2025, declarația pe proprie răspundere va fi completată automat online, în momentul completării formularului de înscriere. Astfel, participanții vor fi înregistrați direct în listele noastre, iar prezentarea declarațiilor în format fizic pentru ridicarea kit-urilor nu va mai fi necesară.

În apropierea evenimentului, vom reveni cu detalii exacte privind ridicarea kiturilor pentru alergătorii care participă la evenimentul public din Piața Mare și „Aleargă peste tot”, dar sunt din Sibiu.

Kiturile participanților de la „Aleargă peste tot” vor fi livrate gratuit doar în orașele din România, cu excepția celor din Sibiu - aceștia le vor ridica personal, din Piața Mare.

- **Depozitare obiecte personale**

Vor exista anumite spații dedicate pentru depozitarea obiectelor personale ale alergătorilor, cu respectarea normelor de siguranță specifice contextului.

- **Persoane cu dizabilități**

Persoanele cu dizabilități locomotorii (utilizatori de scaun rulant cu acționare manuală care se autopropulsează), care au împlinit vârsta de 16 ani, pot participa la ștafeta de 4 x 5,3 km, respectiv ștafeta 3, pe segmentul cuprins între km 10,5 și km 16, în Muzeul Civilizației Populare Tradiționale ASTRA, unde există condiții optime pentru deplasarea acestora.

Persoanele cu dizabilități, altele decât locomotorii și persoanele surdo-mute, care au împlinit vârsta de 16 ani, pot lua startul la cursa Cros, 10 km, Semimaraton și Maratonul, doar dacă sunt însoțite pe traseu și au acordul scris al părintelui/tutorelui legal.

Persoanele cu dizabilități, altele decât locomotorii și persoanele surdo-mute, care au vârsta cuprinsă între 13 și 17 ani, pot lua startul la cursa Teen Race doar dacă sunt însoțite pe traseu și au acordul scris al părintelui/tutorelui legal.

Persoanele menționate la acest capitol pot beneficia de gratuitate la înscriere. În acest sens, vă rugăm să trimiteți un mesaj pe adresa inscrieri@maratonsibiu.ro.

- **Starturi diferențiate**

Startul se va da diferențiat pe fiecare cursă, în Piața Mare din Sibiu, **sâmbătă, 24 mai**, în următoarea ordine:

- Maraton
- Semimaraton si TeamRun 4×5,3 km
- 10k
- Crosul
- Teen Race (13-17 ani)
- Pași pentru oraș

Vom reveni cu orele exacte de start în apropierea evenimentului (interval orar aproximativ - 8.00-10:15).

Cursele copiilor vor avea loc **duminică**, în data de **25 mai**, intervalul orar aproximativ 09:00-13:00. Vom reveni cu orele exacte de start în apropierea evenimentului.

- **Condiții de participare**

Participanții la curse vor fi echipați corespunzător pentru alergare – cu îmbrăcăminte și încălțăminte adecvate - fiind important ca alergătorii să își păstreze echipamentul pe toată durata cursei. Dacă ziua competiției va fi însorită, pe traseu vor exista zone expuse la soare. Recomandăm utilizarea măsurilor de protecție adecvate (purtarea de șapcă/buff, folosirea cremei de protecție solară).

Participanții vor avea un comportament sportiv și respectuos față de ceilalți alergători, voluntari, reprezentanți ai autorităților locale și public. Este interzisă lăsarea pe traseu de ambalaje sau resturi, precum și distrugerea mediului înconjurător. Un comportament nesportiv sau distrugerile aduse în mod intenționat mediului înconjurător vor atrage descalificarea alergătorului.

Timpi limită de sosire:

- Cros: 1 ora
- Teen Race: 35 minute
- 10k: 2 ore
- Semimaraton / TeamRun: 3 ore și jumătate
- Maraton: 6 ore
- Pași pentru oraș: 1 oră

Depășirea timpului limită atrage descalificarea.

În cazul în care echipa de organizare sau personalul medical din cadrul evenimentului observă și decid că alergătorul este în imposibilitatea de a continua cursa, organizatorul își rezervă dreptul de a retrage din cursă concurentul, pentru protejarea acestuia.

Decizia de retragere din cursă a alergătorului, din orice motiv, va fi anunțată celor mai apropiați voluntari.

Un alergător poate alege să participe pentru o singură cauză și să se înscrie la o singură cursă. Excepția este cazul în care alergătorul participă ca nr. 1 într-o ștafetă și continuă apoi cu semimaratonul. În această situație, se permite participarea la mai multe curse, iar plata se efectuează separat pentru fiecare cursă în parte.

Detalii suplimentare despre traseu, punctele de schimb ștafetă, premii, alte aspecte legate de eveniment vor fi comunicate pe principalele canale de comunicare ale evenimentului – www.maratonsibiu.ro și pagina de Facebook www.facebook.com/MaratonSibiu. Recomandăm urmărirea acestor canale pentru a fi la curent cu toate detaliile referitoare la eveniment.

- **Măsuri de siguranță în contextul bolilor transmisibile viral:**

Toți participanții la cursă trebuie să-și monitorizeze starea de sănătate și să respecte cu strictețe măsurile de bază pentru protejarea împotriva bolilor transmisibile viral, respectiv, să respecte recomandarea de a rămâne acasă și de a solicita asistență medicală dacă există simptome specifice bolii.

- **Probleme medicale și prim ajutor**

Participarea la curse este permisă doar participanților care nu au probleme medicale și care au capacitatea fizică și pregătirea să participe la cursele din cadrul Maratonului Internațional Sibiu la care se înscriu.

Prin înscrierea și participarea la cursă, fiecare participant declară și își asumă pe propria răspundere faptul că este apt să participe la cursa la care s-a înscris și că a consultat în acest sens un medic de specialitate, care i-a acordat avizul să participe la cursa la care s-a înscris.

Participantul îl exonerează de orice răspundere pe Organizator în legătură cu orice problemă medicală, de orice natură, apărută în timpul sau după participarea la Maratonul Internațional Sibiu 2025.

Punctele de Prim Ajutor vor fi poziționate pe traseul curselor și în zona de Start/Sosire. Ambulanțele poziționate la punctele de prim ajutor vor fi anunțate de organizatorii de pe traseu în cazul accidentării alergătorilor pe circuit și vor interveni în regim de urgență.

În măsura în care observă că un participant are probleme medicale, alergătorii vor informa organizatorii, vor atenționa personalul de la punctele de Prim Ajutor sau, în caz de urgență, vor apela la 112.

Participanții autorizează și își dau consimțământul expres de a fi transportați la spital/de a li se asigura asistență medicală în urma cererii exprese a reprezentanților Organizatorului, în cazul în care, în opinia acestor persoane, asistența medicală este necesară și declară că renunță la orice pretenții ar putea avea în legătură cu un astfel de transport și/sau tratament de urgență, întâzieri ori deficiențe în legătură cu acesta.

- **Asigurare în caz de accidente**

Participarea la oricare dintre cursele Evenimentului este făcută exclusiv pe riscul Participantului. Organizatorul nu este responsabil de niciun prejudiciu de orice fel suferit de către Participant ca rezultat al participării la cursă, cu excepția cazului în care prejudiciul este o consecință directă a intenției Organizatorului. Această excludere de responsabilitate se aplică de asemenea și în cazul oricăror daune posibile pentru cauze cum ar fi, dar fără a se limita la accidente sau deces.

Participantul este singurul responsabil de încheierea unei asigurări în vederea acoperirii oricăror daune provocate de accidente, boli sau deces cauzate de participarea la Eveniment. Participantul declară că este conștient că participarea necesită o sănătate fizică și mentală foarte bună și declară că este pregătit corespunzător să participe la Eveniment, efectuând antrenament adecvat pentru această participare.

Organizatorul în mod expres și cu precădere indică Participantului să efectueze orice examen medical este necesar care să ateste că este apt de a participa la Eveniment. Participantul rămâne responsabil față de Organizator pentru orice prejudiciu ar provoca unei terțe părți, inclusiv unui alt Participant, voluntar etc., ca urmare a oricărui act sau omisiuni care este imputabil Participantului.

- **Rambursarea taxei de înscriere, modificarea înscrierii și termene importante pentru alergători**

Deadline-ul pentru înscriere la cursele fizice cu start din Piața Mare este **2 mai, ora 23.59**.

În cazul în care, dintr-un anumit motiv, un alergător nu mai poate participa, taxa de înscriere **NU poate fi returnată.**

După termenul de 2 mai, ora 23:59 ne se mai pot opera modificări ale înscrierii unui alergător.

Dacă evenimentul nu va mai putea avea loc cu start fizic în Piața Mare, taxa de participare nu se va putea returna, dar vă rămâne opțiunea participării la „Alergă peste tot” și de a se strânge fonduri pentru cauza aleasă în continuare.

Organizatorul își rezervă dreptul de a modifica traseul, poziția punctelor de alimentare sau a oricărui alt element care face parte din organizarea Evenimentului. De asemenea, Organizatorul va putea modifica orele de start în orice moment fără plata unei compensații către participanți.

În măsura în care evenimentul nu poate avea loc sau este întrerupt din motive care nu sunt în controlul Organizatorului (cum ar fi, dar nelimitându-se la decizii administrative ale autorităților, cazuri de forță majoră, greve, instituirea unor stări de urgență etc.), nu va fi responsabil de acoperirea niciunor prejudicii către participanți.

- **Retragere, excludere, descalificare**

Organizatorul are dreptul de a refuza înscrierea, de a exclude din cursă și/sau de a descalifica participantul care a avut, la curse anterioare sau la această ediție, comportamente/atitudini/manifestări care contravin prezentului regulament cum ar fi, dar nelimitându-se la:

- A fost eliminat sau exclus din curse similare pentru încălcarea regulamentului;
- Există intenția de a folosi Evenimentul pentru a-și face cunoscute opinii politice sau religioase ori de natură a aduce prejudicii de imagine Evenimentului;
- Încalcă o prevedere sau prevederi ale Regulamentului;
- Are o conduită prin care aduce prejudicii imaginii Evenimentului;
- A fost sancționat pentru încălcarea regulilor anti-doping;
- Se află sub influența băuturilor alcoolice sau a drogurilor;
- Se constată după desfășurarea cursei că Regulamentul a fost încălcat;
- A cauzat accidentarea altui participant/altor participanți ca urmare a neglijenței;

– Participantul dă dovadă de comportament nesportiv sau comite abateri disciplinare de oricare natură, astfel cum rezultă din prezentul Regulament.

- **Contestații**

Eventualele reclamații legate de clasament sau de participarea la eveniment se pot face în scris și depuse la containerul birou din Piața Mică doar în ziua competiției, înainte de premiere. După expirarea acestui termen, Organizatorul nu va mai lua în considerare nicio reclamație.

Contestațiile vor putea fi făcute de persoanele care s-au înscris la eveniment și au achitat taxa de participare, dacă o astfel de obligație există. Pentru minori, contestația va putea fi făcută doar de către unul dintre părinți, ocrotitori legali sau profesorul care îi însoțește. Persoanele cărora li s-a refuzat participarea la eveniment sau au fost descalificate pot face contestație numai cu privire la acest aspect.

Contestația va conține numele, adresa, numărul de concurs al persoanei care face contestația, adresa acesteia de email și, pe scurt, faptele pe care le contestă, motivele pentru care le contestă și probele pe care își sprijină contestația. În măsura în care, pe parcursul analizării contestației, Organizatorul va avea nevoie de elemente suplimentare, va solicita aceste elemente contestatorului sau oricărei alte persoane. Organizatorul va putea verifica orice elemente și probe pe care le consideră necesare pe parcursul analizei contestației. Decizia luată de organizator este finală și se comunică contestatorului la adresa de email indicată în contestație.

Clasamentele se vor face doar pentru participanții de la evenimentul public din **24 mai**.

- **Dreptul la imagine**

Evenimentul poate fi înregistrat în scopuri de comunicare publică/informare, în orice modalitate (în special prin fotografii, înregistrări video etc.), în orice mediu existent sau viitor, pentru comunicare internațională, în orice scop, inclusiv în scop de publicitate și comercial. Prin urmare, fiecare participant acordă în mod explicit Organizatorului, persoanelor împuternicite de către Organizator și beneficiarilor (în special parteneri comerciali) permisiunea de a înregistra și de a reproduce, pe orice tip de suport, în orice format, respectiv de a reproduce și reprezenta, fără nicio remunerație, de nicio natură, numele, vocea, imaginea, și informații referitoare la activitatea sportivă desfășurată în contextul Evenimentului, pe o durată care nu poate depăși 20 de ani de la data Evenimentului.

Participantul autorizează în mod expres Organizatorul să cedeze partenerilor la Eveniment sub-licențe pentru folosirea imaginii în scopuri comerciale și publicitare. Fiecare participant

acordă permisiunea lui deplină și irevocabilă Organizatorului, beneficiarilor (în special partenerilor săi comerciali), în scopul efectuării de campanii de publicitate, promovare sau pentru vânzare:

- de a face orice modificări, adăugări sau suprimări pe care le consideră necesare pentru a se utiliza imaginea sa, în condițiile definite mai jos
- de a include sau combina imaginea lui sau a ei cu orice semnături, expresii, sloganuri, legende, mărci, semne distinctive, informații legale, efecte vizuale și, în general, în orice utilizare în materialele de comunicare în care acestea sunt utilizate.

Pentru minori, acest consimțământ este dat sub condiția ca drepturile și interesele lor să nu fie lezate de către părinții acestora, de către ocrotitorii legali (părinte, tutore etc.) care efectuează înscrierea în numele lor. Participantul garantează că imaginea sa nu face obiectul unui contract de exclusivitate. Organizatorului, beneficiarilor săi și persoanelor împuternicite le este interzisă în mod expres folosirea numelui unui participant, a vocii sau imaginii în orice format cu caracter pornografic, rasist sau xenofob și, mai mult, în general este interzisă orice utilizare care aduce atingere demnității participantului.

Participantii sunt informați și acceptă necondiționat ca imaginea lor, înregistrată de către reprezentanții oficiali ai Organizatorului, poate fi accesibilă pe site-ul Evenimentului și pe platforma de socializare Facebook. În ceea ce privește site-ul Evenimentului și platforma de socializare Facebook, participanții înțeleg și sunt de acord că orice utilizator de Internet îi poate identifica după nume, prenume și/sau numărul de cursă.

- **Datele personale**

Datele personale colectate

Fundația Comunitară Sibiu (Organizatorul/FCS), în calitate de Operator, prelucrează datele dumneavoastră cu caracter personal: numele și prenumele, sexul, data nașterii, naționalitatea, numărul de telefon mobil, țara și orașul de domiciliu, e-mail, cel mai bun timp personal, numele echipei (dacă este cazul), coordonate bancare, imaginea foto/video, mărimea tricoului.

Scopul și modalitatea de prelucrare a datelor

Datele sunt colectate de către FCS când vă înregistrați la Maratonul Internațional Sibiu (eveniment), prin intermediul platformei de înscrieri. Datele personale furnizate de către fiecare participant prin intermediul formularului de înregistrare vor fi păstrate în format electronic. Furnizarea datelor cu caracter personal este obligatorie în vederea înregistrării

participanților la eveniment și organizarea corespunzătoare a acestora și sunt necesare în vederea procesării taxelor de participare la curse. Rezultatele personale la curse vor fi de asemenea înregistrate, păstrate, prelucrate și publicate în vederea creării clasamentului, creării unei arhive și tipăririi personalizate a rezultatelor pe diplome.

Refuzul de a furniza datele

Datele solicitate sunt esențiale pentru organizarea evenimentului. Prin urmare, în cazul refuzului persoanei vizate de a furniza aceste date, Operatorul va refuza înregistrarea în cursă. Prin înregistrare, participantul consimte la înregistrarea, prelucrarea, utilizarea datelor personale în scopurile descrise la acest paragraf.

Dezvăluirea datelor personale

FCS nu dezvăluie datele dumneavoastră personale niciunei terțe părți, cu excepția situației când există o obligație legală în acest sens, la cererea autorităților îndreptățite (de exemplu, echipe de prim ajutor, Poliție, Agenția Națională Anti-Doping etc.) sau când apreciem că este necesar în vederea investigării, prevenirii sau pentru a acționa împotriva unor situații potențial ilegale, în caz de suspiciuni de fraudă sau situații de urgență care implică punerea în pericol a integrității fizice sau a securității oricărei persoane.

Securitatea datelor personale

FCS a implementat măsuri tehnice și organizatorice rezonabile pentru a asigura datele dumneavoastră personale împotriva pierderii accidentale, a accesului, folosirii, distrugerii sau dezvăluirilor neautorizate.

Drepturile dumneavoastră

Aveți următoarele drepturi în conformitate cu prezentul Regulament și conform Regulamentului General privind Protecția Datelor (GDPR):

- Dreptul de a fi informat despre modalitatea de prelucrare a datelor;
- Dreptul de a accesa datele personale pe care le deținem despre dumneavoastră;
- Dreptul de a rectifica datele pe care le deținem, în cazul în care acestea sunt incorecte sau incomplete;
- Dreptul de a fi uitat, adică dreptul de ne solicita ștergerea datelor personale deținute;
- Dreptul de a restricționa prelucrarea datelor personale;
- Dreptul la portabilitatea datelor, adică de a fi transferate către o altă organizație;

– Dreptul de a obiecta ca datele dumneavoastră personale să fie folosite în anumite scopuri.

În cazul în care doriți să reclamați modalitatea de gestionare a datelor dumneavoastră, vă rugăm să contactați FCS la adresa de email office@fundatiacomunitarasibiu.ro. Vom analiza sesizarea dumneavoastră și vom colabora pentru rezolvarea problemei. Este posibil să vă solicităm dovezi ale identității.

Actualizarea datelor

Puteți revizui, corecta, actualiza sau șterge datele personale printr-o solicitare în acest sens, la datele de contact de mai sus.

Dacă în continuare considerați că datele dumneavoastră nu sunt gestionate corect conform legii, puteți contacta Autoritatea Națională de Supraveghere a Prelucrării Datelor cu Caracter Personal, unde puteți depune o plângere.

Practici de integrare și diversitate

Participarea la Maratonul Internațional Sibiu trebuie să fie o experiență sigură, pozitivă și agreabilă pentru toți participanții. Toți participanții au drepturi egale la protecție, la participare, indiferent de vârstă, sex, etnie sau origine socială, religie, nivel de abilitate sau dizabilitate, etc.

Prin înscrierea la [Maratonul Internațional Sibiu](#), alergătorii acceptă automat acest regulament.