

## Ramowy program Rajdu:

### 4 października (piątek)

18.00 - 19.30 – rejestracja i kwaterowanie uczestników marszu na 100 km i nocnej trasy na 50 km

ok 18.45 - odprawa techniczna tras na 100 km i nocnej 50 km

**19.00 - start tras na orientację**

ok 19.45 - odprawa techniczna tras na 100 i nocnej 50 km z opisem

**20.00 - start tras z opisem**

### 5 października (sobota)

6.00 - 7.30 – rejestracja uczestników marszu na 50 km

ok 6.45 - odprawa techniczna trasy 50 km na orientację

**7.00 - start trasy na orientację**

ok 7.45 - odprawa techniczna trasy 50 km z opisem

**8.00 - start trasy z opisem**

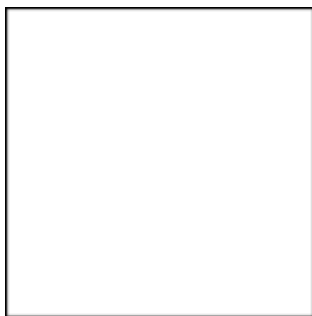
20.00 - zamknięcie mety Rajdu

## Klasyfikacja

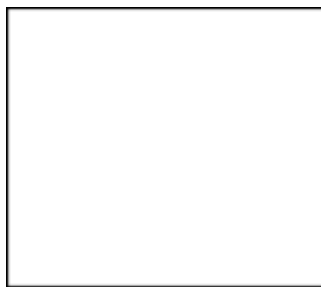
U nas jak na olimpiadzie – liczy się udział, a kolejność na mecie nie ma znaczenia – każdy walczy przede wszystkim ze sobą i dystansem. Maszerujących trasą z opisem obowiązuje jedna określona trasa, natomiast startujących na orientację obowiązuje kolejność stałych punktów kontrolnych, z których część będzie prowadzona przez sędziów technicznych.

## Nagrody

Nagrodą główną czekającą na każdego uczestnika Rajdu jest satysfakcja ze stanięcia twarzą w twarz z własnymi słabościami i wielokilometrowym dystansem. Wszyscy uczestnicy imprezy, którzy pokonają minimum 50 km otrzymają pamiątkowe medale i dyplomy.



[www.lodz.pttk.pl](http://www.lodz.pttk.pl)



[www.skpb.lodz.pl](http://www.skpb.lodz.pl)

Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze  
Oddział Łódzki im. Jana Czeraszewicza,  
Studenckie Koło Przewodników Beskidzkich w Łodzi  
oraz  
Zespół Szkolno-Przedszkolny w Grotnikach

**zapraszają na XVII Rajd Długodystansowy "Setka po łódzku"  
czyli 100 km marszu w 24 godziny**



**4-5 października 2024 r.**

Zapraszamy na siedemnastą edycję Rajdu Długodystansowego "Setka po łódzku"!  
Impreza skierowana jest do miłośników długodystansowych wędrówek pieszych o różnym stopniu  
doświadczenia turystycznego.

Po świętowaniu jubileuszu XV Setki w 2022 roku i obchodach 600 - lecia nadania praw miejskich Łodzi  
w 2023 roku, przyszedł czas na powrót do korzeni - siedemnasta edycja Setki będzie wędrówką dla  
zabawy, bez bagażu jubileuszowej pompy. Jak w pierwszych edycjach liczy się udział i realizacja  
maksymy, że to droga jest celem samym w sobie. Po pełnych egzotyki dwóch ostatnich edycjach  
wracamy też do eksploracji najbliższych okolic Łodzi, ale w nowej odsłonie. Tym razem swe gościnne  
podwoje otworzył przed nami Zespół Szkolno - Przedszkolny w Grotnikach (która to miejscowość  
świętuje w tym roku swoje 100-lecie!). Daje to szansę domknąć pętlę baz Setki wokół aglomeracji  
łódzkiej z których w minionych latach startowaliśmy (dla przypomnienia były to m.in. Łagiewniki, Dobra k.  
Strykowa, Wiączyń, Tuszyń, Pabianice, Kazimierz k. Lutomińska, Aleksandrów Łódzki, szliśmy też  
pętlę wokół Łodzi po jej granicach). Czas na poznanie północnych rubieży Ziemi Łódzkiej!

#### **REGULAMIN**

**Organizatorzy:**

PTTK Oddział Łódzki im. Jana Czeraszewicza

Studenckie Koło Przewodników Beskidzkich w Łodzi

**Partnerzy:**

Wydawnictwo Kartograficzne Compass  
Zespół Szkolno-Przedszkolny w Grotnikach

**Termin i miejsce:**

Rajd obędzie się bez względu na pogodę w dniach 4-5 października 2024 roku.  
Bazą Rajdu będzie Zespół Szkolno-Przedszkolny w Grotnikach ul. Brzozowa 4,  
95-073 Grotniki k. Zgierza  
Start odbędzie się spod Bazy Rajdu.

**Kierownictwo Rajdu:**

Kierownik Rajdu – Darek Łapiński  
Zastępca Kierownika Rajdu – Mateusz Papierak  
Sędziowie techniczni – członkowie i przyjaciele  
Studenckiego Koła Przewodników Beskidzkich w Łodzi

**§1 Zasady uczestnictwa:**

- Uczestnikami Rajdu mogą być wszyscy miłośnicy turystyki pieszej i biegowej, chcący sprawdzić siebie i przeżyć niezapomnianą przygodę, sprawdzić swoją kondycję lub/i orientację w terenie.
- Osoby niepełnoletnie (nie młodsze niż 16 lat) zobowiązane są do przedstawienia pisemnej zgody na uczestnictwo w Rajdzie podpisanej przez jednego z pełnoprawnych opiekunów (wzór w załączeniu), a także do wędrowki w zespole wspólnie z pełnoletnim partnerem.
- W Rajdzie uczestniczyć można indywidualnie lub drużynowo (w przypadku osób niepełnoletnich udział tylko w drużynach mających w składzie przynajmniej jedną osobę pełnoletnią).
- Rajd ma charakter pieszy – niedozwolone jest korzystanie z jakiegokolwiek transportu (w tym rowerów, hulajnóg, rolek, wrotek itp.); można pokonywać trasę w całości lub fragmentach biegnąc, można także używać kijków trekkingowych.
- Uczestnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność (zalecane jest wykupienie polisy NNW) i w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą dochodzić odszkodowania od organizatorów.
- Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy zaginione, także za szkody powstałe wobec uczestników lub też przez nich wyrządzone.
- Trasa na orientację polega na odbyciu wędrowki pomiędzy wyznaczonymi punktami – kolejność ich odwiedzania jest obowiązkowa, nie obowiązują limity czasowe na punktach, dystans 100 km jest możliwy do pokonania najkrótszą istniejącą drogą.

**§2 Wyposażenie:**

- *Obowiązkowe wyposażenie:* latarka z kompletem zapasowych baterii, element odbłaskowy, podręczna apteczka, naładowany telefon komórkowy (numer telefonu konieczny do podania na karcie zgłoszeniowej), przy trasie na orientację busola/kompas.
- *Sugerowane wyposażenie:* nakrycie głowy na dzienną trasę, wygodne buty, płaszcz przeciwdeszczowy.

**§3 Cele Rajdu:**

- Przebycie 100 km w ciągu maksimum 24 godzin (lub 50 km w ciągu 12 godzin).
- Sprawdzenie siebie w warunkach ekstremalnego wysiłku.

- Promocja aktywności fizycznej wśród mieszkańców Łodzi i okolic.
- Poznanie walorów przyrodniczych i historycznych Ziemi Łódzkiej.
- Integracja środowiska turystycznego.
- Dobra zabawa i przeżycie niezapomnianej przygody.

#### **§4 W ramach wpisowego uczestnicy Rajdu otrzymują:**

- Ciepły posiłek w dniu 5 października po południu (wydawany będzie od godz. 12.00 do zakończenia Rajdu).
- Wodę, ciepłą herbatę i kawę oraz słodycze i owoce w wybranych punktach trasy.
- Opiekę w niektórych punktach kontrolnych (m.in. 50 km) – możliwość bezpiecznego przzerwania wędrówki.
- Komplet materiałów startowych (karta startowa, mapa całej trasy na podkładzie topograficznym firmy Compass oraz w przypadku trasy z opisem - opis trasy).
- Medal oraz pamiątkowy dyplom.

#### **§5 Zobowiązania Uczestników Rajdu:**

- Uczestnicy Rajdu zobowiązują się do przestrzegania regulaminu Rajdu, przepisów ppoż. i Kodeksu ruchu drogowego.
- Uczestnicy Rajdu zobowiązują się do troski o bezpieczeństwo własne oraz innych uczestników imprezy.
- Uczestnicy Rajdu zobowiązują się do przestrzegania wymogów sanitarnych.
- Uczestnicy Rajdu zobowiązują się do dobrej zabawy i otwartości na niezapomniane przeżycia.

#### **§6 Zgłoszenia:**

- **Zgłoszenie następuje poprzez wypełnienie formularza rejestracyjnego znajdującego się pod adresem: <https://forms.gle/rqNnN5CG5r7KLt6SA>**
- PAPIEROWA KARTA ZGŁOSZENIOWA POZOSTAJE TYLKO NA „WSZELKI WYPADEK” DLA OSÓB NIE MAJĄCYCH MOŻLIWOŚCI WYPEŁNIENIA FORMULARZA INTERNETOWEGO
- Papierowa karta zgłoszeniowa musi być dostarczona na adres:  
PTTK Oddział Łódzki im. Jana Czeraszkiwicza, 90-301 Łódź, ul. Wigury 12 a, tel/fax: (0-42) 636-15-09, e-mail: pttk.lodz@wp.pl.
- Koszt uczestnictwa wynosi bez względu na wybraną trasę:
  - osoby nie należące do PTTK **69 zł**,
  - członkowie PTTK z opłaconą składką za 2024 r. **62 zł**;
- Wpisowe można uiścić osobiście w siedzibie PTTK Oddział Łódzki im. Jana Czeraszkiwicza, 90-301 Łódź, ul. Wigury 12 a (ul. Wigury 12 a, czynne od poniedziałku do piątku w godz. 10.00 - 17.00) lub na konto bankowe:  
58 1930 1464 2360 0350 8525 0001  
wpisując w rubryce „tytuł wpłaty” SETKA PO ŁÓDZKU oraz imię i nazwisko uczestnika, którego wpłata dotyczy.
- **Ostateczny termin wpłat to 1 października 2024 r.**
- Dowód wpłaty należy zachować do okazania podczas rejestracji w biurze zawodów.
- Wpłata po terminie nie gwarantuje pełnych świadczeń i może być dokonana po konsultacji z organizatorami Rajdu.
- Opłata wniesiona po terminie wynosi – **95 zł**.

#### **§7 Ochrona danych osobowych - KLAUZULA INFORMACYJNA:**

- Administratorem danych osobowych jest Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze (PTTK) Oddział Łódzki im. Jana Czeraszewicza, 90-301 Łódź, ul. Wigury 12a, tel/fax: (0-42) 636-15-09, e-mail: [pttk.lodz@wp.pl](mailto:pttk.lodz@wp.pl).
- Administrator danych przetwarza dane osobowe jedynie na potrzeby organizacji rajdu, zapewnienia bezpieczeństwa uczestnikom oraz (za zgodą uczestników) do publikacji wyników rajdu.
- Dane osobowe podane w formularzu rejestracyjnym w postaci: imienia, nazwiska, daty urodzenia, miejscowości zamieszkania i adresu poczty elektronicznej, uczestnicy rajdu podają dobrowolnie, ale ich niepodanie uniemożliwi udział w rajdzie.
- Dane osobowe niezbędne do prezentacji wyników rajdu (imię i nazwisko i osiągnięcia uczestnika rajdu) podawane są dobrowolnie, a brak zgody na ich opublikowanie spowoduje anonimizację wyniku. Wyrażoną zgodę uczestnik rajdu może odwołać w dowolnym momencie informując o tym, na piśmie, administratora danych bez wpływu na zgodność przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem.
- Dane osobowe nie są udostępniane innym odbiorcom.
- Zgromadzone dane będą przetwarzane do czasu zakończenia rajdu z wyjątkiem wyników, które będą publikowane na stronach internetowych przez okres do 3 lat.
- Uczestnicy rajdu mają prawo żądać od Administratora danych dostępu do swoich danych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania danych, prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, a także prawo do przenoszenia danych.
- W przypadku powzięcia informacji o niezgodnym z prawem przetwarzaniu danych osobowych przez Administratora przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego właściwego w sprawach ochrony danych osobowych – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
- Zebrane dane nie będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany i nie będą profilowane.

#### **§8 Postanowienia końcowe:**

- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Kierownictwa Rajdu.
- O sprawach nieobjętych przedmiotowym regulaminem decyduje Kierownictwo Rajdu.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu.
- Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania Rajdu bez podania przyczyny.
- Za szkody powstałe w wyniku niestosowania się do regulaminu Rajdu całkowitą odpowiedzialność materialną ponoszą uczestnicy imprezy (w przypadku osób niepełnoletnich - ich opiekunowie prawni).

**KARTA ZGŁOSZENIOWA  
(TYLKO DLA OSÓB NIE KORZYSTAJĄCYCH Z FORMULARZA  
INTERNETOWEGO)**

XVII Rajd Długodystansowy „Setka po łódzku” 100 km/24 h

4-5 października 2024 r.

Lp.	Nazwisko i imię	Data urodzenia	Numer telefonu komórkowego	Trasa z opisem czy na orientację	100 km /24 h 50 km (noc/dzień)/ 12h	Marsz/bieg*
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						

\*informacja techniczna dla Kierownictwa Rajdu, potrzebna jedynie w kwestiach organizacyjnych.

Karty nadsyłać proszę w jeden z niżej podanych sposobów:

**Listownie:** PTTK Oddział Łódzki im. Jana Czeraszkiewicza

90-301 Łódź, ul Wigury 12a,

**Pocztą e-mail:** [pttk.lodz@wp.pl](mailto:pttk.lodz@wp.pl)

Do zgłoszenia proszę dołączyć kserokopię dowodu wpłaty.

W przypadku wpłat kilku uczestników proszę o wyszczególnienie

ich nazwisk w tytule wpłaty.

**POZWOLENIE NA START OSOBY NIEPELNOLETNIEJ**

*Część dla opiekunów prawnych osoby niepełnoletniej*

Wyrażam zgodę na start osoby niepełnoletniej (imię i nazwisko dziecka) ..... w

XVII Rajdzie Długodystansowym „Setka

po łódzku” w dniach 4-5 października 2024 r. Do opieki nad nim/nią upoważniam

(imię i nazwisko osoby upoważnionej) ..... urodzonego/ą

....., legitymującego/ą się dowodem osobistym numer ..... seria .....,  
wystawionym przez ..... Osoba ta będzie ponosić pełną odpowiedzialność za  
niepełnoletniego w czasie trwania Rajdu. Jednocześnie oświadczam, że regulamin Rajdu jest mi znany.

*(data i czytelny podpis opiekuna prawnego)* .....

Dane opiekuna prawnego: *Imię i nazwisko* .....

*Adres zamieszkania* .....

*Numer i seria dowodu osobistego*.....

**Część dla opiekuna niepełnoletniego podczas trwania Rajdu:**

Oświadczam, że wyrażam zgodę na wzięcie odpowiedzialności za nieletniego

*(imię i nazwisko dziecka)* .....

podczas trwania XVII Rajdu Długodystansowego „Setka po Łódzku” w dniach

4-5 października 2024 r.

*(data i czytelny podpis opiekuna)* .....