# ŪSAI BĖGA 2026
## Nuostatai

## I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1.1. Renginio „Ūsai Bėga“ (toliau – Renginys) nuostatai reglamentuoja Renginio tikslą, organizavimo tvarką, dalyvių registraciją, dalyvavimo sąlygas, saugumą, apdovanojimus ir kitus susijusius klausimus.

**1.2. Renginio pavadinimas:** „Ūsai bėga 2026“

**1.3. Renginio data:** 2026–11–08

**1.4. Renginio vieta:** Vingio parkas Vilniuje, adresu M. K. Čiurlionio g. 100 (prie estrados)

**1.5. Organizatorius:** Rimanto Kaukėno paramos grupė

**1.6. Partneriai / rėmėjai:** Raimondas Pasternackis, Atrask LTU ir VšĮ Bėgimo taurė.

**1.7. Kontaktinis asmuo ir kontaktai:** fondo atstovai: Živilė: +370 653 00470 Emilija: +370 640 26988, techninė dalis: Audrius +370 610 00795

## II. RENGINIO TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

**Renginio tikslas** – skatinti vyrų sąmoningumą apie emocinę ir fizinę sveikatą bei atkreipti dėmesį į lapkričio mėnesį vykstantį vyrų sveikatos prevencijos judėjimą. Visą mėnesį vyrai kviečiami išreikšti solidarumą ir prisijungti prie „no shave november“ judėjimo ir kaip vyriškumo simbolį auginti ūsus, jų neskusti. Ypatingu akcentu tampa priminimas, jog tikrasis vyriškumas – anaiptol ne ūsai ir ne gebėjimas su psichologinėmis ar sveikatos problemos susitvarkyti patiems. Tikrasis vyriškumas ir stiprybė – rūpintis savo fizine bei emocine sveikata ir skatinti tai daryti savo aplinkos vyrus, brolius, dėdes ar draugus.

**Renginio uždaviniai:**

• Skatinti vyrus daugiau dėmesio skirti savo fizinei ir emocinei sveikatai bei prevencijai.

• Populiarinti aktyvų gyvenimo būdą ir bėgimą kaip paprastą, prieinamą ir sveikatai naudingą fizinio aktyvumo formą.

• Atkreipti visuomenės dėmesį į vyrų sveikatos problemas ir skatinti atviriau kalbėti apie jų prevenciją bei rūpinimąsi savo sveikata.

## III. RENGINIO PROGRAMA

9:00 val. – dalyvių atvykimas ir numeriukų išdavimas (renginio dieną, renginio vietoje)
11:00 val. – renginio atidarymas
11:30 val. vaikų bėgimas (500 m)
11:45 val. bendras apšilimas
12:00 val. 5 km ir 10 km distancijų startas
13:30 val. bendra nuotrauka su visais dalyviais
13:45 val. greičiausios moters ir greičiausio vyro kiekvienoje distancijoje apdovanojimai
14:00 val. dalyvių vaišinimas arbata / šiltu maistu

## IV. DALYVIAI

Renginyje gali dalyvauti visi norintys, užpildę dalyvio registracijos formą, visi dalyviai bėgime dalyvauja laisva valia ir niekieno neverčiami bei prisiima visą su dalyvavimu bėgime susijusią (taip pat ir su įvairiais sveikatos sutrikimais, ir pan.) riziką bei įsipareigoja dėl to nereikšti renginio organizatoriams jokių pretenzijų. Už nepilnamečius, dalyvaujančius renginyje, atsako jų tėvai, globėjai. Nepilnamečiai renginyje gali dalyvauti tik su tėvų, globėjų ar kitų teisėtų atstovų sutikimu. Už nepilnamečio sveikatos būklę, tinkamą fizinį pasirengimą, elgesį renginio metu ir jo saugumą

atsako nepilnamečio tėvai, globėjai ar kiti teisėti atstovai. Tėvai, globėjai ar kiti teisėti atstovai privalo užtikrinti, kad nepilnametis laikytųsi renginio nuostatų, organizatorių nurodymų ir saugaus elgesio reikalavimų. Organizatorius neatsako už nepilnamečio patirtą žalą ar sveikatos sutrikimus, atsiradusius dėl jo paties, tėvų, globėjų ar kitų teisėtų atstovų veiksmų ar neveikimo, taip pat dėl renginio nuostatų ir organizatorių nurodymų nesilaikymo.

Kiekvienas dalyvis užsiregistravimu savaime sutinka, kad renginio organizatoriai visas renginio metu padarytas nuotraukas bei filmuotą medžiagą gali laisvai ir be atskiro sutikimo naudoti fondo rinkodaros tikslais.

Registruotis į bet kurią rungtį galima tik savo vardu. Savo numerį perduoti kitam dalyviui draudžiama. Tokiu atveju dalyviai bus diskvalifikuojami, o rezultatai į varžybų protokolą neįtraukiami.

Kiekvienas dalyvis varžybose privalo turėti ant viršutinių rūbų tvarkingai pritvirtintą numerį. Ant kiekvieno numerio yra pritvirtinta laiko matavimo elektroninė mikroschema. Numeris turi būti priekyje (ant krūtinės) nesuglamžytas, neužspaustas rankomis ar drabužiais.

Dalyviams bei juos palaikantiems asmenims griežtai draudžiama naudoti bet kokias transporto priemones, pvz.: dviračius, riedučius, riedlentes, ir kitas ratuotas transporto priemones. Dalyviai, pažeidę šį nuostatų punktą, bus diskvalifikuojami.

Dalyviams varžybų metu draudžiama naudotis bet kokia asmenine palyda. Pažeidusieji šią taisyklę dalyviai bus diskvalifikuojami.

Renginio metu draudžiama trasoje vedžioti bet kokius gyvūnus.

Varžybų dalyviams nors kiek nukrypti nuo bėgimo trasos (be teisėjo leidimo) yra draudžiama. Dalyviai, pažeidę šią taisyklę, bus diskvalifikuojami.

Dalyvių amžiaus / kategorijų reikalavimai: pilnamečiai asmenys 5 km ir 10 km bėgime. Vaikų bėgime (500 m dalyvauja vaikai iki 6 metų)

Dalyvis, registruodamasis į Renginį, patvirtina, kad:

• yra susipažinęs su šiomis nuostatomis ir įsipareigoja jų laikytis;

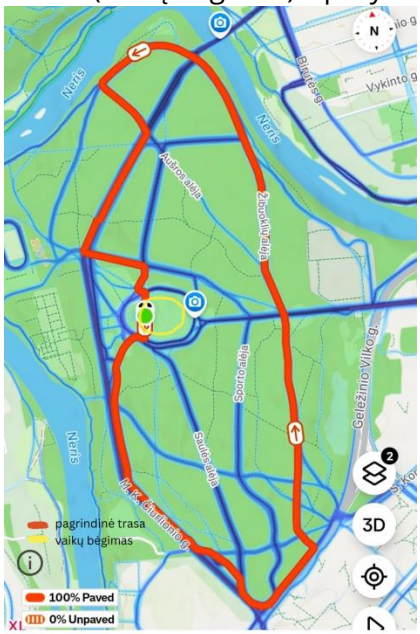
• jo sveikatos būklė leidžia dalyvauti pasirinktoje distancijoje;

• pateikti registracijos duomenys yra teisingi;

• sutinka su kitomis registracijos sąlygomis.

## V. DISTANCIJOS IR TRASOS

5 km ir 10 km trasa pažymėta raudona linija
500 m (vaikų bėgimas) – pažymėta geltona linija



## VI. REGISTRACIJA

**Registracijos pradžia:** š. m. spalio 9 d.

**Registracijos pabaiga:** š. m. lapkričio 7 d. 17 val.

**Registracijos būdas / platforma: https://www.registracijos.lt/** ir **https://www.usaibega.lt**

**Dalyvio mokestis:** dalyvio mokestis šio renginio metu virsta auka Rimanto Kaukėno paramos fondo globojamiems sunkiai sergantiems vaikams. Rekomenduojama auka – nuo 10 Eur. (į suaugusiųjų distancijas – 5 ir 10 kilometrų). Registracija į vaikų bėgimą auka nėra taikoma.

**Į dalyvio mokestį įskaičiuota:** atminimo medalis, arbata ir vaišės po renginio

**Registracijos patvirtinimo ir numerių atsiėmimo tvarka:**

Dalyvis, tik tinkamai užpildęs registracijos formą ir apmokėjęs starto mokestį (skyręs auką), įtraukiamas į starto protokolą. Numeriukus dalyviai atsiimti galės nuo 9 val. renginio dieną, ne vėliau kaip iki 10:40 val.

## VII. STARTO IR DALYVAVIMO TVARKA

**Starto laikas:** 11:30 val. – vaikų bėgimas, 500 m.

12:00 val. – 5 km ir 10 km startas

**Dalyvio numerio ir laiko matavimo priemonės:**

Dalyvio numeris ir laiko matavimo mikroschema lieka dalyviams kaip atsiminimas.

## VIII. SAUGUMAS IR MEDICININĖ PAGALBA

**Medicininės pagalbos užtikrinimas:** Vietoje budintis greitosios medicinos pagalbos ekipažas – (Greitosios medicinos pagalbos tarnyba)

**Trasos saugumo užtikrinimas:** Renginio trasa drieksis Vingio parke ir nekirs automobilių ar dviračių eismui skirtų kelių. Trasa bus aiškiai pažymėta, o renginio savanoriai padės dalyviams orientuotis ir užtikrins sklandų judėjimą trasa. Kiekvienas dalyvis pats atsako už savo sveikatą ir saugumą renginio metu. Už nepilnamečių dalyvių sveikatą ir saugumą atsako jų tėvai arba juos lydintys asmenys.

**Atsakingas asmuo už saugumą:** už saugumą renginio metu atsako apsaugos įmonė.

## IX. APDOVANOJIMAI

**Apdovanojamos kategorijos:** apdovanojama greičiausiai 5 km. trasą įveikusi moteris ir vyras., taip pat greičiausiai 10 km. trasą įveikusi moteris ir vyras.

**Apdovanojimų kriterijai:** fiksuotas greičiausias laikas

**Prizai / medaliai / dovanos:** medalis (gauna visi dalyviai)., prizinių vietų nugalėtojai papildomai apdovanojami renginio rėmėjų įsteigtomis dovanomis.

## X. DALYVIŲ ASMENS DUOMENYS IR FOTOGRAFAVIMAS

Dalyvių registracijos metu renkami asmens duomenys naudojami renginio organizavimo ir dalyvių informavimo tikslais, taip pat Rimanto Kaukėno paramos fondo komunikacijai ir rinkodarai, kiek tai leidžia galiojantys teisės aktai.

**Fotografavimas ir vaizdo medžiagos naudojimas**

Renginio metu bus fotografuojama ir filmuojama. Renginio metu užfiksuotos nuotraukos ir vaizdo medžiaga gali būti naudojamos Rimanto Kaukėno paramos fondo komunikacijoje ir viešinimo tikslais – Fondo socialinių tinklų paskyrose, interneto svetainėje, renginio viešinimo medžiagoje, pranešimuose spaudai bei žiniasklaidos priemonėse (įskaitant naujienų portalus, tokius kaip 15 min, DELFI, Lrytas ir kt.).

Dalyvaudamas renginyje dalyvis sutinka, kad jo atvaizdas gali būti užfiksuotas renginio metu ir naudojamas pirmiau nurodytais tikslais.

**Kitos su asmens duomenų apsauga susijusios sąlygos:**

Dalyvių asmens duomenys tvarkomi vadovaujantis galiojančiais Lietuvos Respublikos teisės aktais ir Bendruoju duomenų apsaugos reglamentu (BDAR). Asmens duomenys renkami ir tvarkomi tik tiek, kiek būtina renginio organizavimo, dalyvių registracijos, informavimo ir komunikacijos tikslais. Dalyviai turi teisę susipažinti su apie juos tvarkomais asmens duomenimis, reikalauti juos ištaisyti ar ištrinti bei pasinaudoti kitomis BDAR numatytomis teisėmis.

## XI. ORGANIZATORIAUS IR DALYVIO ATSAKOMYBĖ

Organizatorius įsipareigoja: užtikrinti tinkamą renginio organizavimą, dalyvių saugumą trasoje, būtiną medicininę pagalbą prireikus bei dalyvių informavimą apie svarbią su renginiu susijusią informaciją.

Dalyvis atsako už: savo sveikatos būklę, fizinį pasirengimą ir gebėjimą saugiai įveikti pasirinktą distanciją. Taip pat įsipareigoja laikytis nuostatų, organizatorių nurodymų ir saugaus elgesio trasoje reikalavimų.

Organizatorius neatsako už: dalyvio sveikatos būklę ir jos nulemtas pasekmes, dalyvio elgesį renginio metu, žalą, patirtą nesilaikant renginio nuostatų ar organizatorių nurodymų, taip pat dalyvio asmeninių daiktų praradimą.

**Nepilnamečių dalyvavimas ir saugumas**

Nepilnamečiai renginyje gali dalyvauti tik su tėvų, globėjų ar kitų teisėtų atstovų sutikimu. Už nepilnamečio sveikatos būklę, tinkamą fizinį pasirengimą, elgesį renginio metu ir jo saugumą atsako nepilnamečio tėvai, globėjai ar kiti teisėti atstovai.

Tėvai, globėjai ar kiti teisėti atstovai privalo užtikrinti, kad nepilnametis laikytųsi renginio nuostatų, organizatorių nurodymų ir saugaus elgesio reikalavimų. Organizatorius neatsako už nepilnamečio patirtą žalą ar sveikatos sutrikimus, atsiradusius dėl jo paties, tėvų, globėjų ar kitų teisėtų atstovų veiksmų ar neveikimo, taip pat dėl renginio nuostatų ir organizatorių nurodymų nesilaikymo.

## XII. RENGINIO ATŠAUKIMAS / PAKEITIMAI

**Renginio atšaukimo ar datos pakeitimo sąlygos:**

Renginys gali būti atšauktas arba jo data, laikas ar vieta pakeisti dėl nenugalimos jėgos aplinkybių, nepalankių oro sąlygų, valstybės institucijų nurodymų, saugumo reikalavimų ar kitų nuo Organizatoriaus nepriklausančių aplinkybių. Apie renginio atšaukimą ar esminius pakeitimus dalyviai informuojami registracijos metu nurodytais kontaktais ir (ar) oficialiais renginio komunikacijos kanalais.

**Informavimo apie pakeitimus tvarka:**

Apie renginio datos, laiko, vietos, trasos, programos ar kitų esminių sąlygų pakeitimus Organizatorius informuoja dalyvius ne vėliau kaip likus 24 val. iki renginio, išskyrus atvejus, kai pakeitimai būtini dėl nenumatytų aplinkybių ar saugumo reikalavimų. Informacija skelbiama oficialiuose renginio komunikacijos kanaluose ir, esant poreikiui, registracijos metu dalyvių nurodytais el. paštais. Renginio dieną apie skubius pakeitimus dalyviai informuojami renginio vietoje ir Organizatoriaus pasirinktais operatyviais komunikacijos būdais.

**Dalyvio mokesčio grąžinimo / negrąžinimo sąlygos:**

Dalyvio mokestis, dalyviui atsisakius dalyvauti renginyje ar neatvykus į renginį, nėra grąžinamas. Renginiui neįvykus dėl Organizatoriaus sprendimo, dalyvio mokestis grąžinamas dalyviui arba, Organizatoriui pasiūlius ir dalyviui sutikus, perkeliamas į kitą renginio datą. Jei renginys atšaukiamas dėl nenugalimos jėgos (force majeure) aplinkybių, dalyvio mokesčio grąžinimo tvarka nustatoma atsižvelgiant į konkrečias aplinkybes ir Organizatoriaus patirtas išlaidas.

## XIII. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

Šie nuostatai galioja nuo 2026-10-09

Organizatorius pasilieka teisę keisti Renginio nuostatus, apie pakeitimus informuodamas dalyvius nustatyta tvarka.

## XIV. ORGANIZATORIAUS REKVIZITAI

**Organizacija:** Rimanto Kaukėno paramos grupė

**Juridinio asmens kodas:** 302721009

**Adresas:** Dariaus ir Girėno g. 21, Vilnius

**El. paštas:** zivile@kaukenoparama.lt emilija@kaukenoparama.lt

**Telefonas:** Živilė: +370 653 00470 Emilija: +370 640 26988 Audrius +370 610 00795