

REGULAMIN KONKURSU

„Pokaż nam swój „Lekki” powrót do rutyny!”

§ 1. Postanowienia ogólne

1. Niniejszy Regulamin określa zasady konkursu „Pokaż nam swój „Lekki” powrót do rutyny!” (dalej: „Konkurs”), organizowanego w serwisie Instagram.
2. Organizatorem Konkursu jest **Bez recepty sp. z o.o.** z siedzibą w Łodzi, ul. Zbąszyńska 3, 91-342 Łódź, NIP: 5990110597 (dalej: „Organizator”).
3. Konkurs prowadzony jest na oficjalnym profilu Organizatora w serwisie Instagram: **@lekko.magazyn**.
4. Konkurs realizowany jest we współpracy z partnerami: **Simply More** oraz **Cudo Group**.
5. Uczestnikiem Konkursu może być osoba fizyczna, która ukończyła 18 lat, posiada pełną zdolność do czynności prawnych oraz zamieszkuje na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej.
6. W Konkursie nie mogą brać udziału pracownicy Organizatora, osoby współpracujące z Organizatorem na podstawie umów cywilnoprawnych oraz osoby bezpośrednio zaangażowane w przygotowanie lub przeprowadzenie Konkursu.
7. Konkurs nie jest sponsorowany, wspierany ani administrowany przez Meta Platforms, Inc. ani z nią związany.

§ 2. Czas trwania Konkursu

1. Konkurs trwa od **04.09.2026 r. do 21.09.2026 r. do godz. 23:59**.
2. Zgłoszenia opublikowane po upływie terminu wskazanego w ust. 1 nie będą brane pod uwagę.
3. Wyniki Konkursu zostaną ogłoszone do dnia **30.09.2026 r.** na profilu Organizatora **@lekko.magazyn**.

§ 3. Warunki uczestnictwa

1. Aby wziąć udział w Konkursie, Uczestnik musi:
 - a) mieć ukończone 18 lat,
 - b) posiadać aktywne konto w serwisie Instagram,

- c) obserwować profil **@lekko.magazyn**,
 - d) wykonać zadanie konkursowe określone w § 4 Regulaminu,
 - e) zapoznać się z niniejszym Regulaminem i zaakceptować jego postanowienia.
- 2. Udział w Konkursie jest dobrowolny i bezpłatny.
 - 3. Przystąpienie do Konkursu oznacza akceptację niniejszego Regulaminu.

§ 4. Zasady Konkursu

- 1. Zadaniem konkursowym jest opublikowanie w komentarzu pod postem konkursowym **zdjęcia przedstawiającego „lekki” powrót Uczestnika do codziennej rutyny.**
- 2. Zdjęcie może przedstawiać w szczególności:
 - a) powrót do aktywności fizycznej lub pierwszy trening po wakacjach,
 - b) poranną kawę lub śniadanie,
 - c) spacer,
 - d) przygotowywanie posiłków,
 - e) chwilę relaksu z książką,
 - f) powrót do codziennych rytuałów,
 - g) inne chwile związane z powrotem do codziennego rytmu po wakacjach.
- 3. Zgłoszenie konkursowe musi:
 - a) zawierać zdjęcie opublikowane w komentarzu pod postem konkursowym,
 - b) być zgodne z tematyką Konkursu,
 - c) być wykonane przez Uczestnika lub wykorzystywać materiał, do którego Uczestnik posiada prawa pozwalające na jego zgłoszenie do Konkursu.
- 4. Każdy Uczestnik może zgłosić **jedno zdjęcie.**
- 5. Organizator zastrzega sobie prawo do usunięcia lub wykluczenia zgłoszeń, które:
 - a) zawierają treści wulgarne, obraźliwe lub niezgodne z prawem,
 - b) naruszają prawa autorskie, prawa do wizerunku lub dobra osobiste osób trzecich,

c) zawierają treści sprzeczne z wartościami Organizatora,

d) są niezwiązane z tematyką Konkursu.

§ 5. Nagroda i wybór zwycięzcy

1. Spośród wszystkich prawidłowych zgłoszeń Komisja Konkursowa wybierze **jednego zwycięzcę**.
2. Zwycięzca zostanie wybrany na podstawie kreatywności, pomysłowości, estetyki oraz zgodności zgłoszenia z tematyką Konkursu.
3. Decyzja Komisji Konkursowej jest ostateczna.
4. Wyniki Konkursu zostaną opublikowane na profilu **@lekko.magazyn**, a zwycięzca zostanie poinformowany również w wiadomości prywatnej.
5. Nagrodą w Konkursie jest **zestaw produktów od partnerów Konkursu – Simply More i Cudo Group – oraz torba materiałowa LEKKO**.
6. Szczegółowy skład zestawu nagród zostanie przedstawiony w poście konkursowym lub na grafice konkursowej.
7. Nagroda nie podlega wymianie na ekwiwalent pieniężny ani na inne świadczenia.
8. Brak kontaktu ze zwycięzcą w ciągu **72 godzin** od wysłania wiadomości przez Organizatora może skutkować utratą prawa do nagrody i wyborem kolejnego laureata.

§ 6. Reklamacje

1. Reklamacje dotyczące przebiegu Konkursu można składać w terminie 14 dni od dnia ogłoszenia wyników na adres:

Bez recepty sp. z o.o.

ul. Zbąszyńska 3

91-342 Łódź

z dopiskiem: „**Pokaż nam swój „Lekki” powrót do rutyny!**”

2. Reklamacja powinna zawierać dane kontaktowe Uczestnika oraz opis zgłaszanych zastrzeżeń.
3. Organizator rozpatrzy reklamację w terminie 14 dni od dnia jej otrzymania.

§ 7. Prawa autorskie

1. Uczestnik oświadcza, że posiada prawa do zgłoszonego zdjęcia w zakresie pozwalającym na jego udział w Konkursie oraz że jego publikacja nie narusza praw osób trzecich.
2. Uczestnik udziela Organizatorowi niewyłącznej, nieodpłatnej licencji na wykorzystanie zgłoszonego zdjęcia w celach związanych z organizacją Konkursu oraz promocją magazynu LEKKO, w szczególności w serwisach Instagram i Facebook oraz na stronie internetowej Organizatora.
3. Licencja obejmuje w szczególności prawo do publikowania, zwielokrotniania i udostępniania zgłoszonego zdjęcia w kanałach komunikacji Organizatora.
4. Uczestnik oświadcza, że osoby widoczne na zgłoszonym zdjęciu wyraziły zgodę na rozpowszechnianie swojego wizerunku, jeżeli zgoda taka jest wymagana przepisami prawa.

§ 8. Dane osobowe

1. Administratorem danych osobowych Uczestników jest **Bez recepty sp. z o.o.**
2. Dane osobowe będą przetwarzane w celu przeprowadzenia Konkursu, wyłonienia zwycięzcy, kontaktu ze zwycięzcą oraz przekazania nagrody.
3. Uczestnikom przysługują prawa wynikające z Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 (RODO).
4. Dane osobowe nie będą wykorzystywane do zautomatyzowanego podejmowania decyzji.

§ 9. Postanowienia końcowe

1. Regulamin Konkursu jest dostępny u Organizatora oraz w miejscu wskazanym w poście konkursowym.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w Regulaminie, o ile zmiany te nie naruszają praw nabytych przez Uczestników.
3. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem zastosowanie mają przepisy Kodeksu cywilnego oraz inne obowiązujące przepisy prawa polskiego.