

REGULAMIN:

I Wycieczki biegowej - treningu "Aż zajęczy"

1. Organizatorzy:

Tomasz Bralewski, Daniel Sobczak, Justyna Sobczak.

2. Miejsce wycieczki biegowej - treningu:

Nadleśnictwo Wyszaków w Leszczydole-Nowinach (wiata)

ul. Leśników 27,

07-202 Leszczydół-Nowiny

3. Termin:

1. kwietnia 2023 r. (sobota) godz. 13.00.

4. Dystans:

5km i 21km

5. Trasa:

5km i 21km - (około) po drogach leśnych Nadleśnictwa Wyszaków

6. Cel imprezy:

- Propagowanie zdrowego stylu życia i profilaktyki prozdrowotnej wśród lokalnej społeczności.
- Promowanie aktywnego spędzania wolnego czasu w otoczeniu Puszczy Białej.
- Promocja walorów przyrodniczych i turystycznych Lasów Nadleśnictwa Wyszaków, jako miejsca aktywnego wypoczynku, sportu i rekreacji.

7. Program:

12.45 - 13.00. Zbiórka na terenie obiektu Nadleśnictwa Wyszaków w Leszczydole-Nowinach (przy wiacie).

12.50. Wspólna rozgrzewka i przygotowanie do biegu.

13.00. Start wycieczki biegowej na dystansie 21km

14.00. Start biegu towarzyskiego na dystansie 5km

18.00. Zakończenie imprezy.

8. Opłaty:

Udział w wydarzeniu jest całkowicie bezpłatny.

9. Zapisy:

Zapisu należy dokonać wysyłając sms na numer telefonu 503 492 774. W treści wiadomości należy podać imię i nazwisko uczestnika oraz dystans. Limit uczestników nie jest określony, należy jednak zadeklarować swoją obecność najpóźniej do dnia 31.03.2023r. do godziny 20.00.

10. Uczestnictwo:

Udział w wydarzeniu jest dobrowolny.

Uczestnik zobowiązany jest do podpisania oświadczenia, w którym potwierdza brak przeciwwskazań zdrowotnych oraz ponosi za siebie odpowiedzialność. Treść oświadczenia (dostępne na stronie wydarzenia na Facebooku) można wydrukować i przynieść ze sobą, lub podpisać na miejscu.

11. Nagrody:

Wycieczka biegowa ma charakter treningu, bez pomiaru czasu i tym samym klasyfikacji open, lub wiekowej, bez nagród rzeczowych.

12. Dodatkowe informacje:

Organizator zapewni wodę i posiłek po treningu, herbatę, ciasto.

13. Dane osobowe i ochrona wizerunku:

- Uczestnicy wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z wydarzenia zamieszczonych na stronie Facebook lub innych portalach informacyjnych.

14. Postanowienia ogólne:

- Wycieczka biegowa - trening ma charakter otwartego biegu towarzyskiego, a wydarzenie jest skierowane do osób pełnoletnich, nie tylko klubów biegowych okolicznych miast, ale do wszystkich mieszkańców Wyszkowa i okolic, lubiących aktywności fizyczne i sportowe.
- Udział w niej jest dobrowolny i bezpłatny.
- Uczestnik podpisuje oświadczenie o braku przeciwwskazań medycznych i ponosi za siebie odpowiedzialność.
- Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami.
- Uczestnik jest zobowiązany do przestrzegania regulaminu korzystania z obiektów na terenie siedziby nadleśnictwa.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne wypadki/szkody.
- Organizator nie zapewnia ubezpieczenia zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków podczas trwania wydarzenia. Uczestnicy powinni być ubezpieczeni we własnym zakresie.
- Podpisanie oświadczenia o uczestnictwie w wycieczce biegowej - treningu oznacza, że uczestnik rozważył ocenę ewentualnego ryzyka i dobrowolnie zdecydował się wyłącznie na własną odpowiedzialność wziąć w niej udział.
- W wycieczce biegowej nie mogą brać udziału osoby, które znajdują się pod wpływem środków odurzających lub alkoholu.
- Wycieczka biegowa odbędzie się bez względu na pogodę.
- Organizator nie zapewnia szatni, nie bierze odpowiedzialności za rzeczy zagubione.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu bez podania przyczyny, o których poinformuje na stronie wydarzenia na Facebooku.
- W sprawach spornych nie ujętych w regulaminie rozstrzyga Organizator.
- Pytania dotyczące regulaminu i przebiegu imprezy należy kierować do organizatora poprzez wiadomości prywatne Messenger, sms, lub na stronie wydarzenia: I wycieczki biegowej - treningu "Aż zajęczy"
- Udział w wydarzeniu jest jednoznaczny z zapoznaniem się uczestnika z regulaminem, akceptacją go i zobowiązaniem do jego przestrzegania.