



REGULAMIN

I Przelewickiego Rajdu Nordic Walking

Organizatorzy: Stowarzyszenie „Lider Pojezierza” wraz z Gminą Przelewice

przy współpracy: Europejskiej Stolicy Nordic Walking w Barlinku i Ogrodu Dendrologicznego w Przelewicach.

Patronat sportowy:

Polska Federacja Nordic Walking



Patronaty medialne:

www.chodzezkijami.pl





1. CEL RAJDU

Celem Rajdu jest popularyzacja Nordic Walking w regionie jako prozdrowotnej aktywności fizycznej i sportu dla wszystkich, wśród osób w różnym wieku oraz pokazanie, jak w prosty i przyjemny sposób można spędzić wolny czas.

2. MIEJSCE I TERMIN RAJDU

Teren Ogrodu Dendrologicznego w Przelewicach – **25 kwietnia 2015 r.**

3. UCZESTNICTWO

1. Zawody dla mieszkańców 12 gmin - po 5 zawodników w drużynie reprezentującej daną gminę z obszaru LGD Stowarzyszenia „Lider Pojezierza”, w tym min. 2 kobiety i 2 mężczyzn. Zawodnicy powinni posiadać aktualne badania lekarskie lub pisemne oświadczenie o zdolności do udziału w zawodach.
2. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty lub inny dokument potwierdzający tożsamość i wiek. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do zawodów będzie złożenie podpisu pod oświadczeniem o starcie w zawodach i o przyjęciu pełnego ryzyka i konsekwencji udziału na własną odpowiedzialność.
3. Każdy uczestnik zobowiązany jest wypełnić oświadczenie poświadczony własnoręcznym czytelnym podpisem o następującej treści: *„Oświadczam, że zapoznałem się z regulaminem i zobowiązuję się do jego przestrzegania. Jednocześnie oświadczam, że jestem zdolna/y/ do udziału w imprezie sportowo-rekreacyjnej pn. "Przelewicki Rajd Nordic Walking " i startuję biorąc ryzyko udziału w zawodach na własną odpowiedzialność (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2000r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095 z późn. zm.)*.
4. *Oświadczam, że wrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych na potrzeby organizacji imprezy sportowo-rekreacyjnej " Przelewickie Dni Folwarku Nordic Walking". Zgadzam się na filmowanie, fotografowanie mojej osoby i na wykorzystywanie moich danych obecnie i w przyszłości przez organizatorów zawodów dla potrzeb klasyfikacji i promocji”*.



4. BIURO ZAWODÓW

Biuro Zawodów mieścić się będzie w pomieszczeniu pałacu - wejście znajduje się z prawej strony budynku przy schodach wraz z windą dla niepełnosprawnych, czynne w dniu 25.04.2015 r. (sobota) od godz. 9:00. W biurze zawodów będą wydawane pakiety startowe i będzie czynna wypożyczalnia kijów Nordic Walking. Każdy z zawodników powinien posiadać dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość.

Zawodnicy zgłaszając się odbiorą tu:

- pakiety startowe, a w nim: numer startowy, agrafki, posiłek regeneracyjny, czekolada, upominek niespodziankę,
- wypożyczą kijki Nordic Walking,
- uzyskają informacje.

Podczas zawodów wszyscy uczestnicy muszą posiadać numery startowe, przymocowane do koszulek sportowych na klatce piersiowej.

5. ZGŁOSZENIA

Zawodników chcących wziąć udział w I Przelewickim Rajdzie Nordic Walking obowiązuje zgłoszenie.

Za zgłoszenie uważa się:

- zgłoszenie uczestnictwa prosimy o przesłanie zgłoszenia pocztą tradycyjną, e-mailową lub faksem do dnia **22 kwietnia 2015 r. do godz. 12.00** na adres:

Gmina Przelewice
Przelewice 75, 74-210 Przelewice,
tel.: 91 564 33 92, faks: 91 564 30 50
e-mail: promocja@przelewice.pl

- ostateczny termin zgłoszeń: **22.04.2015 r. (godz. 12.00).**
- za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego i wyrażenie zgodny na akceptację regulaminu.
- istnieje możliwość zarejestrowania się w dniu zawodów – Organizatorzy zastrzegają sobie ograniczoną ilość miejsc.



Europejski Fundusz Rolny
na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich



6. ZASADY UCZESTNICTWA I TECHNIKA MARSZU

1. Podczas imprezy obowiązują przepisy zawodów Polskiej Federacji Nordic Walking.
2. Ustalenie kolejności zawodników na mecie będzie dokonywane poprzez odbieranie przez sędziów i asystentów kartek startowych identyfikujących zawodników.
3. W zawodach mają prawo startu osoby, które mieszkają na obszarze LGD Stowarzyszenia „Lider Pojezierza”.
4. Weryfikacja zawodników, wydawanie numerów i pakietów startowych odbędzie się w Biurze Zawodów, w dniu 25.04.2015 r. **od godz. 9.00 do godz. 11.00.**

7. SPOSÓB PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW

1. Start z podziałem na dwie grupy:
 - **K** (kobiety) na dystansie 3,7 km,
 - **M** (mężczyźni) na dystansie 5,2 km.
2. Zgłaszający wyraża zgodę na wykorzystanie wizerunku do celów promocyjnych przez Organizatora.
3. Podczas imprezy obowiązują przepisy zawarte w niniejszym Regulaminie.
4. Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie rajdu, wynikające z winy uczestników rajdu.

8. USTALENIE WYNIKÓW

- wszyscy zawodnicy w kategoriach kobiety i mężczyźni, zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa i do posiadania wypełnionych i otrzymanych od organizatora kartek startowych identyfikujące zawodnika,
- sędziowie na mecie odbierają zawodnikom kartki startowe identyfikujące i na tej podstawie ustalają kolejność zawodników.
- brak kartki na mecie, zniszczenie jej w stopniu uniemożliwiającym odczyt lub skreślenia na kartce dyskwalifikuje zawodnika w klasyfikacji indywidualnej. Kartki startowe będą wydawane opiekunom w dniu zawodów.



9. OSOBY PRZEPROWADZAJĄCE ZAWODY

Komitet organizacyjny Rajdu:

- 1 koordynator Rajdu
- 1 sędzia/instruktor Rajdu
- 3 asystentów
- 1 spiker
- 10 wolontariuszy

10. TRASA

Trasa przebiega w okolicy Ogrodu Dendrologicznego w Przelewicach:

- 1 trasa (pętlowa) - w Ogrodzie Dendrologicznym – o długości 3,70 km,
- 2 trasa (wahadłowa) - Przelewice (start przy parkingu Ogrodu Dendrologicznego) – Kłodzino i powrót – o długości 5,20 km.

Na trasie będą umieszczone:

- punkt pomocy medycznej (okolice startu – mety). W przypadku kontuzji, uczestnik powiadamia obsługę trasy, która przekazuje informacje do punktu pomocy medycznej;
- plan trasy z zaznaczonym punktem pomocy medycznej oraz punktem odświeżania znajduje się w biurze zawodów;
- punkty odświeżania i odżywiania – start/meta. Punkt odżywiania będzie zaopatrzone w wodę. Plan trasy z zaznaczonym punktem pomocy medycznej oraz punktami odświeżania znajduje się w biurze zawodów. Trasa przebiega po drogach polnych i asfalcie (około 1 km) oraz po wyznaczonych ścieżkach w Ogrodzie.



11. KATEGORIE WIEKOWE

Kobiety K

Mężczyźni M

- K 18 – 65 lat (dystans 3,7 km)
- M 18 – 65 lat (dystans 5,2 km)

*Weryfikacja zawodników odbędzie się w biurze zawodów.

12. PROGRAM GODZINOWY ZAWODÓW w dn. 25.04.2015 r.

9.00 – 11.00 – wydawanie numerów pakietów startowych i kijków NW

11.00 – wspólna rozgrzewka, pokaz prawidłowej techniki Nordic Walking

11.30 – start zawodów M -5, 20 km i K - 3,7 km

13.30 - Dekoracje zwycięzców w poszczególnych kategoriach

13.45 - Losowanie nagród

14.00 – Poczęstunek

13. NAGRODY

Pierwsze trójki w poszczególnych kategoriach z podziałem na K i M otrzymują puchary za pierwsze miejsce i dyplomy oraz nagrody rzeczowe.

Wśród wszystkich zawodników startujących w zawodach zostaną rozlosowane nagrody od sponsorów.

Każdy zawodnik który ukończy rajd otrzyma pamiątkowy medal.

* Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do ustalenia dodatkowych kryteriów nagradzania zawodników, trofeami oraz nagrodami rzeczowymi (np. okolicznościowe koszulki).



14. UBEZPIECZENIE

1. Organizatorzy posiadają ubezpieczenie OC.
2. Organizatorzy nie zapewniają uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.

15. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Koszt dojazdów i wyżywienie każdego zawodnika pokrywają Organizatorzy imprezy.
2. Nie pobieramy wpisowego.
3. Podczas Rajdu wszyscy uczestnicy muszą posiadać numery startowe, przymocowane do koszulek sportowych na klatce piersiowej.
4. Uwaga: numer startowy ma być widoczny w całości, nie wolno numeru podwijać, zaginać itp.
5. Rajd NW odbędzie się bez względu na pogodę.
6. Organizatorzy zapewniają opiekę medyczną podczas Rajdu (na starcie i na mecie).
7. Każdego zawodnika obowiązuje estetyczny ubiór sportowy i obuwie sportowe.
8. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu bądź innych środków odurzających.
9. Organizatorzy nie będą odpowiedzialni za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas imprezy.
10. W przypadku skrócenia trasy przez zawodnika, zostanie on zdyskwalifikowany.
11. Należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa przeciwpożarowego oraz ochrony przyrody, jak również dbać o porządek w miejscu Zawodów.
12. Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie rajdu, wynikające z winy uczestników rajdu.
13. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatorów imprezy.
14. Protesty dotyczące imprezy można wnieść pisemnie na miejscu do Biura Zawodów lub w siedzibie Organizatorów.
15. Informacje dotyczące imprezy można uzyskać pod adresem:

Gmina Przelewice, 74-210 Przelewice 75

www.przelewice.pl

e-mail: promocja@przelewice.pl

tel. 91/3913832



Definicja marszu Nordic Walking:

Marsz Nordic Walking to przemieszczanie się ruchem naprzemiennym, krokami do przodu z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią (podłożem). Podczas marszu używa się specjalnie wykonanych kijów do Nordic Walking. Jeżeli sędzia zauważy, że zawodnik oderwał jednocześnie obydwie nogi od podłoża (nastąpiła faza lotu) dyskwalifikuje zawodnika bez ostrzeżeń.

**Wszystkim startującym życzymy osiągnięcia jak
najlepszych wyników
i niezapomnianych wrażeń !**

Organizatorzy zastrzegają sobie możliwość zmiany regulaminu.

Koordynator: Anna Garzyńska

tel. 91/3913832

e-mail: promocja@przelewice.pl

Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rolnego

na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich:

Europa inwestująca w obszary wiejskie

Prezes Stowarzyszenia „Lider Pojezierza”
Adam Andriaszkiewicz

Wójt Gminy Przelewice
Mieczysław Mularczyk