

## **Inauguracja Trasy Rekreacyjnej „Szlakiem Wieluńskiej Kolejki Wąskotorowej”**

**20 września 2015r.**

**REGULAMIN**

### **NORDIC WALKING**

#### **I. CEL IMPREZY**

Promocja zdrowego stylu życia poprzez propagowanie sportu, rekreacji i aktywności ruchowej.

Propagowanie formy rekreacyjnej, jaką jest marsz „Nordic Walking”.

Integracja osób w różnych przedziałach wiekowych

Zapoznanie z nową trasą rekreacyjną.

Integracja mieszkańców gmin: Praszka, Wieluń, Mokrsko

#### **II. ORGANIZACJA I OBSŁUGA IMPREZY:**

Burmistrz Praszki

MGOKiS Praszka

#### **III. TERMIN**

20.09.2015 r. - niedziela

**IV. START** – godz.10.00 sprzed budynku PSP nr2 w Praszce, ul. Boczna.

**V. META** – Gospodarstwo Agroturystyczne w Ożarowie

**VI. TRASA** – Praszka-Kowale-Aleksandrów-Ożarów (ok. 10 km)

**VII. ZGŁOSZENIA** /imię, nazwisko, PESEL i adres zamieszkania/

przyjmuje Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Praszce

Zapisy będą przyjmowane do dnia 17.09.2015r.

Dzieci i młodzież do lat 18 biorą udział pod opieką rodziców, opiekunów prawnych, bądź opiekunów grup.

#### **VIII. ŚWIADCZENIA**

opieka organizatora.

poczęstunek rajdowy

ubezpieczenie

#### **IX. SPRAWY RÓŻNE**

1.Udział w rajdzie jest całkowicie bezpłatny.

2.Uczestnicy rajdu mają obowiązek stosować się do regulaminu, jak również korzystać wyłącznie z wyznaczonej trasy oraz przestrzegać przepisy ruchu drogowego w przypadku marszu drogą przeznaczoną dla ruchu kołowego/.

3.Uczestnicy rajdu nie wyprzedzają osoby prowadzącej.

4.Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w czasie rajdu.

5.Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników rajdu.

6.Uczestnik oświadcza, że stan jego zdrowia umożliwi mu udział w rajdzie.

7.Każdy uczestnik bierze udział w rajdzie na własną odpowiedzialność oraz podpisuje oświadczenie dotyczące stanu zdrowia.

8. Zapisanie się do udziału w rajdzie jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.

9. We wszystkich sprawach nie ujętych w regulaminie decyduje organizator rajdu, któremu przysługuje wyłączne prawo interpretacji regulaminu.

10.Każdy uczestnik musi posiadać kijki do Nordic Walking.

11.Każdy uczestnik powinien być wyposażony w przewiewne ubranie , wygodne obuwie (najlepiej za kostkę), skarpety z naturalnego włókna, czapkę.

12.Impreza odbędzie się bez względu na pogodę.

13. Wszyscy uczestnicy startujący w rajdzie wyrażają zgodę na publikację ich wizerunków w relacjach

z przebiegu rajdu zamieszczonych w mediach oraz materiałach promocyjnych organizatorów.

14. Zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady z uczestnikami rajdu mogą być wykorzystywane przez prasę,

radio i telewizję.

## REGULAMIN **RAJDU ROWEROWEGO**

Burmistrz Praszki  
Burmistrz Wielunia  
Wójt Gminy Mokrsko

Komandor rajdu - Janusz Tobiąs (tel. kont. 505 131 669)

Cele rajdu: Popularyzacja turystyki rowerowej i aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu.  
Zapoznanie z nową trasą rekreacyjną. Integracja mieszkańców gmin: Praszka, Wieluń, Mokrsko

### **DATA I GODZINA ROZPOCZĘCIA:**

9.45 Zbiórka przy Szkole Podstawowej nr 2 w Praszce ul. Boczna 4

10.00 Wymarsz oraz wyjazd do Ożarowa. Planowane przybycie na miejsce ok. godz. 12.00

12.00 Spotkanie integracyjne z grupami z Mokrska i Wielunia w gospodarstwie agroturystycznym Marii i Henryka Gwałt w Ożarowie

### **WARUNKI UCZESTNICTWA:**

- Każdy uczestnik przed startem w rajdzie rowerowym ma obowiązek zapoznać się z regulaminem oraz podpisać oświadczenie dotyczące stanu zdrowia
- Uczestnictwo w rajdzie jest bezpłatne.
- Posiadanie przez uczestników rajdu niezbędnej wiedzy i umiejętności poruszania się po drogach.
- Zaleca się używanie kasków oraz kamizelek odblaskowych.
- Osoby niepełnoletnie mające ukończone 15 lat muszą przedstawić pisemną zgodę rodziców lub opiekuna prawnego na udział w rajdzie.
- Osoby poniżej 15 roku życia mogą wziąć udział w rajdzie jedynie pod opieką rodzica lub opiekuna.

### **ZASADY ZACHOWANIA UCZESTNIKÓW RAJDU:**

Rajd będzie odbywać się przy nieograniczonym ruchu drogowym, uczestnicy muszą zachować szczególną ostrożność i znać zasady ruchu drogowego, wobec czego uczestnicy rajdu zobowiązani są do:

- Przestrzegania Regulaminu Rajdu oraz obowiązkowego podporządkowania się decyzjom kierownictwa rajdu oraz poleceniom osób kierujących ruchem.
- Ze względu na rekreacyjny charakter Rajdu oraz uczestnictwo w nim małych dzieci nie dopuszcza się współzawodnictwa sportowego na trasie rajdu.
- Posiadanie sprawnego technicznie roweru, wyposażonego zgodnie z obowiązującymi przepisami.
- Poruszanie się zgodnie z zasadami ruchu drogowego. Jadąc w kolumnie należy zachować odległość między rowerami 3-5 m.
- Każdy uczestnik rajdu zobowiązany jest do jazdy w równym tempie dostosowanym do prędkości innych uczestników, przy zachowaniu ostrożności, należy jechać równo i spokojnie w szyku.
- W trakcie jazdy nie należy rozpędzać roweru, nie wolno wyprzedzać. Należy kontrolować szybkość i hamowanie.
- Każdy manewr na drodze musi być przeprowadzony z upewnieniem się o możliwości bezpiecznego jego wykonania oraz odpowiednio wcześniej zasygnalizowany.
- Podczas postoju nie należy tarasować drogi. Postoje należy organizować poza jezdnią, na parkingu, łące lub polanie.
- Przed wyruszeniem kierownik rajdu omawia trasę przejazdu z uwzględnieniem miejsc niebezpiecznych, stwarzających zagrożenia.
- Uczestnicy biorą udział w Rajdzie na własną odpowiedzialność.

Uwaga: Na wszelki wypadek prosimy zabrać kurtki lub peleryny przeciwdeszczowe.

Rajd nie jest wyścigiem, więc ściganie się jest zabronione !!!

Na trasie zabrania się:

- Spożywania alkoholu i innych środków odurzających,
- Zaśmiecania trasy rajdu oraz miejsc przyległych,
- Niszczenia przyrody,
- Zbaczania z trasy Rajdu bez zgody organizatora
- Głośnego zachowywania się

#### Odpowiedzialność organizatora:

- Organizatorzy Rajdu nie przyjmują odpowiedzialności za wypadki i szkody wynikłe w czasie rajdu, zarówno wobec uczestników jak i osób trzecich.
- Organizatorzy rajdu zapewniają uczestnikom ubezpieczenie.
- Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność, niezależnie od warunków pogodowych na trasie.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zgubione podczas imprezy i za szkody wyrządzone przez uczestników.
- Organizator nie zapewnia miejsca do przechowywania rzeczy uczestników.

#### Postanowienia końcowe:

- Wszyscy uczestnicy startując w rajdzie wyrażają zgodę na publikację ich wizerunków w relacjach z przebiegu rajdu, zamieszczonych w mediach oraz w materiałach promocyjnych organizatora.
- Zgłoszenie udziału w rajdzie jest równoznaczne z zapoznaniem się i akceptacją niniejszego Regulaminu.
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora. W sprawach spornych decyzja Organizatora jest decyzją ostateczną. Nieznajomość regulaminu nie zwalnia uczestnika od jego przestrzegania.

**ZAPRASZAMY !!!**