**Regulamin III Daleszyckiego Nordic Walking**

- w ramach cyklu imprez Biegam Bo Lubię Lasy

**I. CEL IMPREZY:**

1. Upowszechnianie nordic walking jako jednej z najprostszej form ruchu;
2. Popularyzacja aktywności na terenie obszarów leśnych;
3. Promowanie zdrowego stylu życia oraz integracja pokoleń mieszkańców regionu;
4. Promocja Lasów Cisowskich znajdujących się w zarządzie Lasów Państwowych Nadleśnictwa Daleszyce i stanowiącego obszar funkcjonalny gdzie prowadzona jest zrównoważona gospodarka leśna

**II. ORGANIZATOR:**

1. Lasy Państwowe Nadleśnictwo Daleszyce- organizator główny
2. Świętokrzyska Szkoła Nordic Walking
3. pomiaryczasu.pl- partner techniczny

**III. TERMIN, MIEJSCE, DYSTANS, GODZINA:**

1. Impreza odbędzie się dnia. **23.09.2023 r. (sobota)** w sąsiedztwie tzw. stawów w Niwach - start marszu na dystansie **ok. 5 km** **o godz. 10.05**
2. Biuro zawodów, strefa startu i mety znajduje się na terenach leśnych w pobliżu miejscowości Niwy Daleszyckie

**IV. ROZPOCZĘCIE IMPREZY, TRASA Zawodów:**

1. Oficjalne rozpoczęcie imprezy nastąpi o godz. 9.30.
2. Wydawanie numerów do 9.45 (biuro czynne od 8.45)
3. Marsz rozpocznie się o godz. 10.05
4. Trasa zawodów wiedzie drogami leśnymi, głównie gruntowymi i szutrowymi. Będzie oznakowana (tablice oznaczające przebiegnięty km) i zabezpieczona (taśmy, wolontariusze, znaczki na drzewach, strzałki na ziemi). Na trasie przewidziano punkt z wodą.
5. Obowiązuje limit czasu do ukończenia zawodów głównego wynoszący 60 minut
6. Wszystkie informacje organizacyjne dostępne będą na stronie internetowej: www.daleszyce.radom.lasy.gov.pl oraz profilu FB: Nadleśnictwo Daleszyce, Lasy Państwowe
7. Zapisy **od 29 sierpnia br. od godz. 20.00 na stronie: www.pomiaryczasu.pl**

Osobą odpowiedzialną w imieniu organizatora jest :

Paweł Kosin

Tel. 606669777

Beata Harabin

Tel. 601659641

**V. ZGŁOSZENIA:**

1. Zapisy prowadzone elektronicznie poprzez panel zgłoszeniowy pomiaryczasu.pl do 20.09.2022 lub do osiągnięcia limitu miejsc
2. Numery startowe będą wydawane w biurze zawodów.
3. Za osobę zgłoszoną uważa się osobę, której nazwisko pojawiło się na liście startowej zawodów (zapisy elektroniczne), uiściła opłatę rejestracyjną w systemie elektronicznym przy rejestracji i która złożyła oświadczenie w biurze zawodów
4. Organizator wprowadza limit uczestników - 50 osób

**VI. WARUNKI UCZESTNICTWA:**

1. W zawodach może wziąć udział każdy kto w dniu imprezy ( 23 września br.) będzie miał ukończone 16 lat oraz złoży wymagane oświadczenia w Biurze Zawodów. Niepełnoletni przedstawiają zgodę opiekunów
2. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów w dniu zawodów i złożyć własnoręczny podpis pod oświadczeniem o udziale w zawodach na własną odpowiedzialność.
3. Zawodnicy niepełnoletni muszą podczas weryfikacji pojawić się z opiekunem prawnym.
4. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w zawodach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwością odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Osobiste potwierdzenie udziału w zawodach oznacza , że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w zawodach i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w zawodach;
5. Uczestnik zobowiązany jest do podpisania oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach. W przypadku niepodpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych , uczestnik nie zostanie dopuszczony do udziału w zawodach przez Organizatora.
6. Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w zawodach.
7. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania standardów imprez sportowych oraz bezwzględnego wykonywania poleceń służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem drogowym w tym Policji i Straży Leśnej a także pozostałych służb zabezpieczających trasę biegu z ramienia Organizatora.
8. Podczas marszu zawodnik przemieszcza się ruchem naprzemiennym krokami do przodu, z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, w taki sposób, że nie jest widoczna gołym okiem jednoczesna utrata kontaktu obu stóp z podłożem. Podczas marszu zawodnik musi używać kijów zgodnie z zasadami nordic walking. Bieg i skracanie trasy jest równoznaczne z automatyczną dyskwalifikacją, na trasie rozstawieni będą sędziowie z uprawnieniami NW, którzy będą zwracali uwagę na prawidłowy przebieg rywalizacji i technikę marszu, o nieprawidłowościach będą informować organizatorów.
9. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb organizatora oraz na wykorzystywanie ich wizerunku w celu promocji oraz dokumentowania zawodów

**VII. ŚWIADCZENIA DLA UCZESNIKÓW:**

1. Wszyscy uczestnicy zawodów, którzy zapiszą się do zawodów i zweryfikują w biurze zawodów otrzymają pakiet startowy (woda, praktyczny gadżet) i numer startowy
2. Ubezpieczenie wszystkich uczestników
3. Posiłek po zakończeniu rywalizacji
4. Okolicznościowy medal
5. Zabezpieczenie medyczne

**VIII. KLASYFIKACJE:**

W zawodach NW prowadzone będą następujące klasyfikacje:

Dystans 5 km:

- klasyfikacja generalna mężczyzn;

- klasyfikacja generalna kobiet;

**IX. NAGRODY I WYRÓŻNIENIA:**

1. Po zakończeniu biegów zostaną przyznane i wręczone następujące nagrody i wyróżnienia:

a) medale i statuetki oraz nagrody rzeczowe za zajęcie I, II, III miejsca w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn na dystansie 5 km

b) organizatorzy, po wskazaniu przez sędziów przyznają nagrodę fair play za najbardziej prawidłową technikę pokonania dystansu

1. Warunkiem odbioru nagród jest osobiste stawienie się na ceremonii dekoracji z dokumentem tożsamości ze zdjęciem.

**X. INNE POSTANOWIENIA:**

1. Marsz (na dystansie 5 km) przeprowadzony zostanie na trasie wyznaczonej przez Nadleśnictwo Daleszyce
2. Interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do Organizatora zawodów.
3. Protesty dotyczące imprezy można wnieść pisemnie na miejscu do Biura Zawodów lub w siedzibie Organizatora w czasie do 1 godziny od zakończenia zawodów. Protesty wniesione po tym czasie nie będą rozstrzygane.
4. Informacje nt. marszu udzielane w biurze zawodów.
5. Wyniki marszu dostępne będą na stronach internetowych i profilu FB Nadleśnictwa Daleszyce.
6. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników marszu.
7. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.
8. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione przez zawodników w innych miejscach niż depozyt.
9. Pakiety/Numery startowe będzie można odbierać w biurze zawodów w pobliżu miejsca startu w dniu imprezy tj. 23 września br.