

Regulamin Rajdu Nordic Walking w ramach WOŚP – 29 stycznia 2022 r.

I. Organizator:

Organizatorem Rajdu Nordic Walking w ramach WOŚP jest Gmina Chęciny oraz Centrum Kultury i Sportu w Chęcinach.

II. Cel imprezy:

- popularyzacja Nordic Walking jako formy rekreacji dla każdej grupy wiekowej,
- aktywizacja lokalnej społeczności – Nordic Walking jako forma aktywnego spędzania czasu wolnego.
- integracja osób uprawiających Nordic Walking
- promocja atrakcyjnych miejsc w Gminie Chęciny

III. Termin i miejsce:

- Rajd Nordic Walking w ramach WOŚP odbędzie się 29 stycznia 2022 roku, **na dystansie ok 10 km**, nawierzchnia: drogi gruntowe naturalne i ulepszone,
- Start i meta Rajdu odbędzie się na **Rynku Górnym w Chęcinach**,
- Trasa Rajdu: Rynek Górny – Wzgórze Zamkowe – Rezerwat Przyrody Góra Rzepka – Korzecko – Rynek Górny

IV. Uczestnictwo:

- Zapisy uczestników przyjmowane są mailowo sekretariat@ckis.checiny.pl lub telefonicznie 41 315 10 97,
- Wpisowe za udział w Rajdzie w kwocie dowolnej wrzucane jest do puszeki WOŚP, która będzie dostępna na starcie Rajdu,
- warunkiem uczestnictwa jest wypełnienie formularza przy rejestracji w dniu Rajdu,
- każdy uczestnik zobowiązany jest do posiadania własnych kijków,
- podczas Rajdu zalecane jest obuwie turystyczne/trekkingowe i ubiór adekwatny do pogody,
- osoby niepełnoletnie mogą brać udział pod opieką osób dorosłych,
- uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa,
- zabrania się podbiegania na trasie Rajdu,

IV. Program:

godz. **09.45** – rejestracja uczestników
godz. 10.00 – 10.20 – rozgrzewka i przypomnienie poprawnej techniki marszu Nordic Walking – poprowadzi instruktor Nordic Walking PFNW
godz. 10.20 – 10.30 – Start Rajdu
godz. 13.00 – 13.30 - przewidywane zakończenie

V. Postanowienia ogólne:

- Rajd odbędzie się z zachowaniem zasad bezpieczeństwa dotyczących COVID-19,
- Organizator zapewnia prowadzenie przez instruktora Nordic Walking Polskiej Federacji Nordic Walking
- uczestnicy Rajdu zapewniają sobie napoje i żywność we własnym zakresie,
- uczestnicy Rajdu zapewniają sobie ewentualne ubezpieczenie NW we własnym zakresie.