

REGULAMIN Marszu Nordic Walking "Ruszamy Turek"

1. Cel imprezy

§ Popularyzacja rekreacji na świeżym powietrzu, pomagającej zachować witalność i zdrowie w każdym wieku,

§ Promocja walorów turystycznych rejonu Turku,

§ Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Turku, powiatu tureckiego i Polski, w tym integracja lokalnego środowiska sympatyków Nordic Walking.

2. Organizator

§ Stowarzyszenie „Ziemia Turkowska” (www.ziemiaturkowska.pl).

3. Termin i miejsce

22 kwietnia 2018 r. w godzinach 10:00 - 12:00, Turek, Parking Leśny Zdrojki Lewe.

4. Trasa i dystans

Typ trasy - ścieżki leśne,

Długość trasy: ok. 6 - 10km, przewyższenie 67m,

Uczestnicy zobowiązani są przed startem do wpisania się na listę uczestników, a podczas marszu do poruszania się zgodnie z trasą określoną przez prowadzących.

Uczestnicy podczas marszu muszą zachować szczególną ostrożność mając na uwadze możliwość wyjechania pojazdów, zwłaszcza z pól, dróg leśnych czy pojedynczych zabudowań. Poruszamy się duktami nie zrywamy, nie dotykamy roślin ani zwierząt. Nie śmiecimy.

5. Uczestnictwo i zgłoszenie

Uczestnicy startują pokonując trasę marszem z kijkami do Nordic Walking lub bez, w grupie.

Podczas marszu uczestnicy pilnują się sami, o nieprawidłowościach, kontuzjach informują prowadzących.

§ Uczestnikiem może być osoba, która najpóźniej w dniu 21.04.2018 ukończy 18 lat. W przypadku osób nieletnich wymagana jest pisemna zgoda rodziców lub prawnych opiekunów.

§ Uczestnicy dokonując wpisania się na listę uczestników marszu oświadczają, że startują w marszu na własną odpowiedzialność, i że nie występują przeciwwskazania lekarskie do udziału w marszu.

Wszyscy uczestnicy zobligowani są do przestrzegania niniejszego Regulaminu.