

REGULAMIN
REKREACYJNEGO BIEGU KU BIAŁO-CZERWONEJ
w ramach obchodów Dnia Flagi

Cel biegu

Popularyzacja zdrowego stylu życia, biegania jako najlepszej i najprostszej formy zachowania dobrej kondycji fizycznej i psychicznej, propagowanie patriotyzmu.

Miejsce i termin

1. Start i meta –oznaczona banerem „BIEGU KU BIAŁO-CZERWONEJ „
2. Trasa biegu- alejki terenów rekreacyjnych na rzeką Ochnią.
3. Rozpoczęcie w dniu 2 maja 2016 roku o godzinie 13.00

Program biegu

1. Wspólna rozgrzewka
2. Wspólne zdjęcie ok. 12.45.
3. Start biegu – 13.00.
4. Zakończenie ok. 13.45

Warunki uczestnictwa

1. Uczestnikiem biegu może być każda osoba, która zapozna się z regulaminem – wyruszenie na trasę biegu jest jednoznaczne z faktem zapoznania się z jego treścią.
2. Osoby poniżej 18 roku życia uczestniczą w biegu pod opieką rodziców, prawnych opiekunów lub za ich zgodą.
3. Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność i akceptuje zapisy regulaminu
4. Uczestnik, który weźmie udział w biegu oświadcza, że nie ma przeciwwskazań medycznych do startu w biegu.
5. Udział w biegu jest bezpłatny.

Organizatorzy zapewniają

1. Zabezpieczenie akcji przez służby techniczne, pracowników MOSiR-u i wolontariuszy.
2. Opiekę medyczną na trasie biegu.
3. Pomoc techniczną.
4. Koszulkę z logo biegu (dla pierwszych 300 osób) oraz wodę do picia.

Zasady bezpieczeństwa

1. Bieg odbędzie się alejkami terenów rekreacyjnych nad rzeką Ochnią, za prowadzącymi wyścig pilotami.
2. Biegnać należy zachować zasady bezpieczeństwa tak, aby nie uszkodzić lub spowodować urazu, kontuzji innego uczestnika biegu.
3. Zakaz zabierania ze sobą na trasę biegu szklanych i ostrych przedmiotów.
4. Uczestnik biegu powinien posiadać strój sportowy.
5. Podczas imprezy obowiązuje zakaz spożywania napojów alkoholowych, używania otwartego ognia, niszczenia przyrody i zaśmiecania.
6. W razie potrzeby należy skontaktować się z organizatorami, obsługą medyczną lub porządkową.
7. Należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa i podporządkować się poleceniom służb odpowiedzialnych za bezpieczeństwo.
8. Zakaz udziału osób pod wpływem alkoholu lub innych substancji odurzających.

Postanowienia końcowe

1. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatorów.
2. Zobowiązuje się uczestników biegu do przestrzegania regulaminu i zasad bezpieczeństwa.
3. Organizator nie bierze odpowiedzialności za zdarzenia wynikłe z nieprzestrzegania regulaminu.

4. Organizator nie odpowiada za szkody osobowe, rzeczowe, majątkowe powstałe przed, w trakcie lub po biegu, a także za rzeczy zagubione.
5. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
6. Bieg ku Biało-Czerwonej jest punktem programu obchodów Święta Flagi Państwowej.
7. Bieg nie jest wyścigiem – nie jest prowadzona klasyfikacja końcowa.