

Spacerem po Zdrowie - regulamin

1. Organizatorzy:

Oddział PTTK w Końskich we współpracy z Urzędem Miasta i Gminy w Końskich. Spacer towarzyszy akcji prewencyjnej „**Zdrowe Życie – mobilne punkty zdrowia**” organizowanej przez PZU we współpracy z Ministerstwem Zdrowia, Ministerstwem Aktywów Państwowych, Ministerstwem Edukacji i Nauki oraz Narodowym Funduszem Zdrowia, nad którym patronat honorowy objęła Para Prezydencka.

2. Cele i założenia spaceru:

Spacer jest imprezą ogólnodostępną, ma charakter rekreacyjny. Organizowany jest w celu promocji zdrowego stylu życia i aktywnego sposobu spędzania wolnego czasu, promocji aktywności Nordic Walking oraz integracji środowisk w różnych grupach wiekowych. Zaproszenie do udziału kierowane jest do całych rodzin, młodzieży i seniorów. Podczas Spaceru prowadzony będzie instruktaż prawidłowego marszu z kijami nordic walking oraz ćwiczenia oddechowe i rozciągające.

3. Termin i trasa:

Spacer odbędzie się w dniu **25 czerwca (niedziela) 2023 r.** na trasie ok. 5 km, tworzącej zamkniętą pętlę ze startem i metą na Placu Kościuszki w Końskich. Trasa Spaceru przebiegać będzie w przestrzeni miejskiej, uczestnicy są zobowiązani do przestrzegania powszechnych zasad bezpieczeństwa, w szczególności zasad ruchu drogowego oraz dbać o porządek w miejscach postoju. Organizator nie zabezpiecza trasy służbami porządkowymi.

4. Program i miejsce wydarzenia

- **10:00-11:00** – przyjmowanie zapisów na Placu Kościuszki w Końskich przy namiocie Urzędu Miasta i Gminy Końskie,
- **11:00** – powitanie uczestników, rozgrzewka
- **11:15 – 13:00** – pokonywanie trasy, 2 przystanki z ćwiczeniami
- **13:00** – powrót na metę, losowanie upominków wśród uczestników

5. Uczestnictwo:

- Udział w spacerze jest bezpłatny.

- Warunkiem dopuszczenia do udziału w spacerze jest dokonanie zgłoszenia i podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do podejmowania aktywności nordic walking. Zgłoszenia będą dostępne w dniu imprezy pod namiotem Urzędu Miasta i Gminy w Końskich. Zebrane dane za zgodą uczestnika będą wykorzystane jedynie na czas realizacji imprezy, a po jej zakończeniu zostaną usunięte i nie będą przekazywane oraz wykorzystywane do innych celów.
- Wypełnienie zgłoszenia jest równoznaczne z akceptacją regulaminu.
- W Spacerze mogą wziąć udział osoby dorosłe. Osoby, niepełnoletnie biorą udział w wydarzeniu wyłącznie za zgodą opiekunów prawnych oraz pod ich opieką.
- Organizator nie zabezpiecza sprzętu, osoby chętne do nauki prawidłowego marszu z kijami Nordic Walking, powinny posiadać je ze sobą.

6. Świadczenia

- opieka instruktora Nordic Walking na trasie spaceru
- upominki i gadzety promocyjne w drodze losowania m.in. z Kancelarii Prezydenta RP

7. Postanowienia końcowe

- każdy uczestnik bierze udział w Spacerze na własną odpowiedzialność i ponosi odpowiedzialność za wyrządzone przez siebie i swojego podopiecznego krzywdy,
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie rajdu, za rzeczy zgubione, szkody osobowe, majątkowe i rzeczowe,
- uczestnik akceptując regulamin wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie wizerunku, poprzez jego sporządzenie, utrwalenie i rozpowszechnianie przez Organizatora oraz udziela nieodpłatnej i nieograniczonej czasowo licencji na wykorzystanie utrwalonego wizerunku do celów dokumentacyjnych i promocyjnych,
- w sprawach nie ujętych regulaminem ostateczną decyzję podejmuje Organizator,
- ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.