

# Światowy Dzień Nordic Walking (forma treningowa)

## Regulamin

### **1 . CEL**

Popularyzacja nordic walking.

Promocja Miasta Łodzi.

Propagowanie walorów sportowo-rekreacyjnych Lasu Łagiewnickiego.

Upowszechnianie rekreacji ruchowej i aktywnego wypoczynku.

### **2 . ORGANIZATOR**

Z nogami w chmurach Trener Przemysław Stupnowicz

NIP 7272842490

Regon 386063553

przemek.stupnowicz@gmail.com

### **3 . TERMIN I MIEJSCE**

15 maja 2021 roku.

Start imprezy o godzinie **09:00**, dopuszcza się możliwość startu do godziny

**10:00**, aby zminimalizować grupowanie się wielu osób blisko siebie.

**Start i meta, adres: Wycieczkowa, 91-001 Łódź,**

**Parking Kaloryfer.**

**Informacje co do formy wirtualnej marszu znajdują się na końcu, w drugiej części regulaminu.**

### **4 . TRASA**

Trasa prowadzi leśnymi duktami Lasu Łagiewnickiego.

Trasa będzie oznaczona, długość okrążenia 5 km.

Można przejść jedną (5 km) lub dwie pętle (10 km).

### **5 . DYSTANS, POMIAR CZASU, LIMIT**

Dystans do wyboru – jedna lub dwie pętle.

Pomiar czasu, dystansu-pętli uczestnik prowadzi sam i podaje go po zakończeniu biegu/marszu organizatorowi w postaci: czas i ilość pokonanych kółek.

LICZY SIĘ CZAS BRUTTO, zatem nie wyłączamy zegarków na punkcie odżywczym czy podczas przerw w marszu jeśli ktoś takie planuje.

Każdy uczestnik wysyła swój czas/dystans treningu w ankiecie (link do ankiety zostanie podany najdalej 2 dni przed startem)

Limit czasowy marszu - 2 godziny.

**Limit uczestników: 200 osób w edycji stacjonarnej w Łodzi, 100 osób w formie wirtualnej.**

### **6 . UCZESTNICTWO**

Marsz będzie uznany i podany do publicznej wiadomości, pod warunkiem uczestnictwa w nim minimum trzech osób.

W marszu mogą uczestniczyć osoby, które w dniu startu będą miały ukończone 18 lat (co do dystansu maratonu) oraz 16 lat (co do dystansów krótszych) oraz dostarczą wydrukowane i podpisane oświadczenie o stanie zdrowia i starcie na własną odpowiedzialność. (plik z oświadczeniem zostanie wysłany na maila podanego podczas rejestracji 7 dni przed startem)

W przypadku osób niepełnoletnich oświadczenie podpisują opiekunowie.

## **7 . UBEZPIECZENIE**

Uczestnicy nie będą ubezpieczeni. Każdy sportowiec, powinien ubezpieczyć się indywidualnie na własny koszt.

## **8 . ZGŁOSZENIA**

Zgłoszenia przez stronę:

<https://elektronicznezapisy.pl/event/5577.html>

## **9 . WPISOWE**

**Przelewem od 22.03.2021 do 14.05.2021 – 20 zł.**

Numer rachunku bankowego: 74 1050 1461 1000 0097 2980 3784

Z nogami w chmurach Trener Przemysław Stupnowicz

NIP 7272842490

Regon 386063553

Tytuł przelewu: Światowy Dzień NW + imię i nazwisko uczestnika/uczestników.

**W dniu imprezy nie ma możliwości zapisania się oraz wniesienia opłaty.**

Zrzeszeni w grupie Maszerujemy zNogamiWchmurach są zwolnieni z wpisowego.

**W przypadku braku wniesienia opłaty w ciągu 7 dni uczestnik będzie usuwany z listy startowej.**

## **10 . ŚWIADCZENIA**

**Organizator nie udostępnia biura imprezy, toalet, prysznic.**

**Parking znajduję się przy starcie.**

**Każdy uczestnik zabezpiecza napoje, pożywienie/odżywkę we własnym zakresie.**

## **11 . KLASYFIKACJE I NAGRODY**

Dla każdego uczestnika, który ukończy minimum jedno okrążenie (5 km) przewidziane są medal, magnesy oraz dyplom.

**Medale będą wręczone przed rozpoczęciem treningu. Szczegółowe informacje zostaną podane na 7 dni przed startem.**

Klasyfikacja marszu będzie podana i archiwizowana na FB oraz na stronie maratonypolskie.pl.

Przypominam, iż nasz marsz to impreza towarzyska. Mimo to oczywiście można rywalizować – wyniki zostaną przedstawione oficjalnie do wiadomości jak w informacji wyżej.

## **12. INFORMACJE I KONTAKT**

Informacje będą udostępnione na stronie wydarzenia FB.

Galeria zdjęć i relacja z imprezy będzie dostępna na portalu jak wyżej.

W sprawach panelu zapisów i innych proszę kontaktować się mailowo-  
przemek.stupnowicz@gmail.com

## **13. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność, co potwierdza na stosownym oświadczeniu.

W przypadku jakichkolwiek zdarzeń losowych nie będą przysługiwały żadne roszczenia (patrz pkt. 7 regulaminu).

W imprezach organizowanych przez Z nogami w chmurach Trener Przemysław Stupnowicz zabrania się stosowania wszelkich środków odurzających i alkoholu.

Organizator gromadzi i przetwarza dane osobowe uczestników wydarzenia zgodnie z przepisami Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady UE 2016/679 z dnia 27.04.2016 w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (RODO) (GDPR).

Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w wydarzeniu.

Organizator nie ponosi odpowiedzialności za szkody materialne i zdrowotne wyrządzone przez innego uczestnika biegu.

**W strefie treningu (biuro imprezy, start i meta, bufet) zawodnicy zobowiązani są do zakrywania ust i nosa za pomocą maseczki lub chusty wielofunkcyjnej.**

**Każdy zawodnik w strefie startu oraz mety zobowiązany jest do zakrycia ust i nosa chustą wielofunkcyjną. Brak zastosowania się do tego zapisu będzie jednoznaczny z dyskwalifikacją. Zamiast chusty może być zastosowana maseczka.**

**W strefach startu/mety/biura organizator może sprawdzać temperaturę ciała uczestnikom.**

---

---

## **EDYCJA WIRTUALNA – ZASADY:**

### **I. ORGANIZATOR**

Z nogami w chmurach Trener Przemysław Stupnowicz

NIP: 7272842490

Adres e-mail: znogamiwchmurach@gmail.com

## **II. CEL IMPREZY**

1. Popularyzacja biegania jako zdrowego i aktywnego stylu życia.
2. Propagowanie zdrowego trybu życia, aktywnego wypoczynku.
3. Integrowanie grup społecznych.
4. Propagowanie pamięci historycznej przez aktywność fizyczną.

## **III. TERMIN, MIEJSCE**

Każdy uczestnik zobowiązany jest do pokonania w dacie 1-15 maja 2021 roku dystansu minimum 5 km (nordic walking) w dowolnym miejscu oraz udokumentowania swojej aktywności poprzez wysłanie na adres [znogamiwchmurach@gmail.com](mailto:znogamiwchmurach@gmail.com) zdjęcia lub print screen z aplikacji lub zegarka.

## **IV. ZAPISY**

1. Rejestracja zawodników oraz opłata wpisowego odbywa się za pomocą formularza zgłoszeniowego dostępnego na stronie <https://elektronicznezapisy.pl/event/5577/strona.html>
2. W przypadku rezygnacji z uczestnictwa opłata startowa ( tzw. Bilet Wstępu ) nie podlega zwrotowi

## **V. OPŁATY**

Opłata za marsz wynosi:

- 27 zł ( w cenie wliczony jest pamiątkowy medal, magnes oraz koszty przesyłki Poczta Polska – 7 zł )

**Opłaty wnoszone do 14 maja (w tytule przelewu-Światowy Dzień NW+ imię i nazwisko uczestnika) na konto bankowe:**

**Z nogami w chmurach Trener Przemysław Stupnowicz**

**NIP 7272842490**

**74 1050 1461 1000 0097 2980 3784**

## **VI. WARUNKI UCZESTNICTWA ORAZ KLASYFIKACJA UCZESTNIKÓW**

1. Warunkiem uczestnictwa w biegu jest uiszczenie opłaty startowej ( tzw. Bilet Wstępu )

2. W zawodach może wziąć udział każdy pełnoletni zawodnik, który najpóźniej w dniu startu ukończy 18 lat
3. Każdy uczestnik zobowiązany jest do udokumentowania swojej aktywności poprzez wysłanie na adres [znogamiwchmurach@gmail.com](mailto:znogamiwchmurach@gmail.com) zdjęcia lub print screen biegu z aplikacji lub zegarka
4. Potwierdzenie aktywności należy przesłać najpóźniej do dnia 19.05.2021 roku.
5. Wysyłka pakietów nastąpi w terminie od 10 do 21 maja 2021.

**6. ADRES DO WYSYŁKI PROSZĘ WPISYWAĆ PRZY UZUPEŁNIANIU PANELU ZAPISÓW W ZAKŁADNIE "UWAGI". JEŚLI TAM NIE ZOSTANIE PODANY ADRES TO PAKIET ZOSTANIE WYSŁANY NA DANE ZAWARTE W PRZELEWIE BANKOWYM – OPŁACIE WPISOWEGO.**

**Na terenie Łodzi odbiór osobisty pakietu. Przy opłacie wpisowego proszę pomniejszyć kwotę o przesyłkę (7).**

## **VII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Uczestnicy biegu biorą w nim udział dobrowolnie oraz oświadczają że są świadomi zagrożeń, ryzyka i obciążeń fizycznych jakie wiążą się z udziałem w zawodach i ponoszą z tego tytułu pełną i wyłączną odpowiedzialność oraz że nie istnieją żadne przeciwwskazania medyczne do wzięcia udziału w zawodach
2. Uczestnicy powinni być ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków przez jednostki zgłaszające lub indywidualnie
3. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie bez podania przyczyny
4. Interpretacja regulaminu należy do organizatora
5. Uczestnik wyraża zgodę na wykorzystywanie danych osobowych zawartych na karcie zgłoszeniowej ( zgodnie z ustawą z dnia 10 maja 2018r. O ochronie danych osobowych ( Dz. U. 2018r. Poz. 1000 t.j.) oraz RODO –rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady ( UE) 2016\*679 z dnia 27 kwietnia 2016r. W sprawie ochrony uchylenia dyrektywy 95/46/WE przez Organizatora w zakresie i przez okres niezbędny dla organizacji, przeprowadzenia i promocji zawodów, wyłonienia zwycięzców i odbioru nagród ( cel przetwarzania). Przetwarzanie danych obejmuje także publikację wizerunku zawodnika, imienia i nazwiska wraz z miejscowością, w której zamieszkuje, jego kategorię wiekową, rok urodzenia, płeć, nazwę teamu/klubu, uzyskany podczas zawodów wynik-w każdy sposób, w jaki publikowana lub rozpowszechniana będzie taka informacja dla potrzeb organizacji zawodów.