

## REGULAMIN

### VII PARAFIALNEGO BIEGU I MARSZU DLA OSÓB Z DEPRESJĄ

#### 1. ORGANIZATOR

A. Organizatorem Biegu jest Parafia św. Katarzyny Al. W Toszku, przy współorganizacji Fundacji "Młodzi Na Progu".

B. Kontakt do Organizatora:

- e-mail: [biegwsparcia@gmail.com](mailto:biegwsparcia@gmail.com)
- telefon: 502457841

#### 2. CELE

- A. podniesienie świadomości i wiedzy na temat depresji, a także okazanie troski oraz gotowości wsparcia osobom cierpiącym na tę chorobę;
- B. promocja i upowszechnianie aktywności fizycznej, w tym jako profilaktyki chorób i problemów społecznych, wśród różnych grup społecznych, wiekowych i zawodowych.

#### 3. TERMIN, DYSTANS, MIEJSCE

A. Wydarzenie odbędzie się 24 lutego 2024 r.

B. Biuro Biegu znajduje się w Sali Rycerskiej Zamku w Toszku, ul. Zamkowa 10 i będzie czynne od godz. 13.30

C. W ramach VII Parafialnego Biegu Wsparcia dla Osób z Depresją odbywają się następujące aktywności:

- bieg 13 km – start o godz. 14.30
- marsz i Nordic Walking 10 km – start o godz. 14.30
- biegi dla dzieci (wiek 3-12 lat) – start o godz. 14.45
- bieg 5 km – start o godz. 15.30
- marsz i Nordic Walking 5 km – start o godz. 15.30
- morsowanie – Niewieszce, ul. Słoneczna (dojazd własny) – start o godz. 15.50

D. Trasy biegów i marszów przebiegają w części po drogach i ścieżkach, których nawierzchnia **NIE JEST** przystosowana do poruszania się na wózkach lub z wózkami z dziećmi.

E. **UWAGA:** W przypadku wystąpienia drastycznie niekorzystnych, niebezpiecznych dla zdrowia i życia warunków pogodowych lub innych nie dających się wcześniej przewidzieć okoliczności, Organizator zastrzega sobie prawo do całkowitej zmiany harmonogramu wydarzenia i/lub przebiegu zaplanowanych tras.

#### 4. UCZESTNICZY

A. Uczestnikiem wydarzenia może być każda osoba, od 3 r.ż. wzwyż.

B. Każdy niepełnoletni Uczestnik musi posiadać oświadczenie o stanie zdrowia, podpisane przez rodzica lub opiekuna prawnego Uczestnika (druki oświadczenia będą dostępne w Biurze Biegu oraz do pobrania online).

C. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swojego wizerunku, w tym na jego zamieszczanie w mediach internetowych i drukowanych.

D. **Biorąc udział w wydarzeniu Uczestnik oświadcza, że zna i akceptuje wszystkie postanowienia niniejszego Regulaminu.**

## 5. BEZPIECZEŃSTWO

- A. Trasy biegów i marszów nie są znakowane – poszczególne grupy prowadzą **osoby wyznaczone przez Organizatora** – uczestnik wydarzenia zobowiązany jest bezwzględnie dostosować się do poleceń tych osób.
- B. Wyznaczona przez Organizatora osoba poprowadzi sesję morsowania – do jej poleceń bezwzględnie dostosowuje się Uczestnik tej aktywności.
- C. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia NNW, start odbywa się na własną odpowiedzialność uczestnika, z pełną świadomością niebezpieczeństw i ryzyka wynikających z charakteru wydarzenia. Uczestnik może ubezpieczyć się we własnym zakresie.

## 6. KLASYFIKACJA

- A. Na trasach nie obowiązują limity czasowe, biegi i marsze nie mają charakteru rywalizacji.
- B. Nie będzie prowadzona klasyfikacja ani pomiar czasu – każdy, kto weźmie udział w Biegu, w jakiegokolwiek formie, już jest WYGRANY!

## 7. ZGŁOSZENIA

- A. W wydarzeniu może wziąć udział osoba, która **do dnia 19.02.2024 r. do godz. 23:59** dokona elektronicznego zgłoszenia na wybraną kategorię aktywności sportowej w serwisie [ElektroniczneZapisy.pl](http://ElektroniczneZapisy.pl)
- B. Zgłoszenie podlega weryfikacji w Biurze Biegu w dniu startu.
- C. Organizator nie pobiera żadnej opłaty startowej.

## 8. ORGANIZATOR ZAPEWNI:

- A. Pamiątkowy medal dla każdego Uczestnika.
- B. Posiłek regeneracyjny po zakończeniu Biegu

## 9. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- B. Udział uczestnika w wydarzeniu ma charakter całkowicie dobrowolny.
- C. Uczestnik oświadcza, że jego stan zdrowia pozwala na udział w wydarzeniu i przejmuje pełną odpowiedzialność za swój udział w nim.
- D. Organizator nie ponosi odpowiedzialności względem Uczestników za żadne szkody majątkowe, rzeczowe i osobowe, które wystąpią przed, w trakcie lub po wydarzeniu, spowodowane przez Uczestników imprezy.
- E. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie imprezy.
- F. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania wydarzenia lub całkowitej zmiany jego formuły bez podania przyczyn.
- G. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany zapisów Regulaminu, za wyjątkiem zapisów punktu 7.D., dotyczących braku opłaty startowej.
- H. Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.
- I. W sprawach nieobjętych niniejszym Regulaminem ostateczną decyzję podejmuje Organizator.