

Regulamin Dnia Kobiet Na Sportowo

ORGANIZARZY

1. Cicha Stanica Siedlce
2. Grupa Biegaczy Skórzec Biega
3. Slow Jogging Siedlce
4. Agata Joga Siedlce

CEL

1. Uczczenie Dnia Kobiet w aktywny sposób.
2. Promocja Cichej Stanicy oraz Grupy Biegaczy Skórzec Biega.
3. Promocja Slow Jogging Siedlce.
4. Integracja lokalnej społeczności.
5. Promocja aktywnego sposobu spędzania wolnego czasu.

TERMIN I MIEJSCE

1. Dzień Kobiet Na Sportowo odbędzie się 10-03-2018
2. Start o godz. 12:00
3. Biuro zawodów znajdować się będzie w Cichej Stanicy i czynne będzie od godz. 10:00 do 11:00
4. Długość trasy to około 3 km .Trasa biegu będzie prowadzić ścieżką wokół siedleckiego zalewu i będzie miała charakter przełajowy.

ZASADY UCZESTNICTWA

1. W imprezie Dzień Kobiet Na Sportowo może wziąć udział każdy kto w dniu zawodów ma ukończone 12 lat.
2. Organizatorzy ustalają limit startujących - 100 osób.
3. Każdy zawodnik biorący udział w imprezie ma obowiązek zarejestrować swój udział w biurze zawodów lub za pośrednictwem strony internetowej www.elektronicznezapisy.pl oraz zgłosić chęć udziału w

zajęciach Jogi.

4. Każdy zawodnik zobowiązany jest do podpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w biegu, które będzie dostępne w biurze zawodów.
5. Kobiety które zarejestrują się w biurze zawodów mogą wystartować w biegu bezpłatnie natomiast mężczyźni zobowiązani są do wpłacenia opłaty startowej 25 zł. Opłatę będzie można uiścić w Cichej stacji w godzinach pracy restauracji lub w dniu imprezy, w biurze zawodów.
6. Osoby poniżej 18 roku życia zobowiązane są do przedstawienia pisemnego oświadczenia, rodzica lub prawnego opiekuna.
7. 40 minut przed biegiem czyli o godz. 11.20 odbędzie się w ramach rozgrzewki pokazowy trening slow jogging.
8. Po biegu odbędą się zajęcia Jogi w dwóch czterdziestominutowych turach po 15 osób.

ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia będą przyjmowane do 08.08.2018 roku za pośrednictwem strony www.elektronicznezapisy.pl
2. W przypadku wolnych miejsc istnieje możliwość zgłoszenia bezpośredniego w biurze zawodów w dniu imprezy.
3. Organizator nie wystawia faktur VAT za udział w imprezie.

ŚWIADCZENIA I NAGRODY

1. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik otrzymuje numer startowy, agraiki, a po ukończeniu biegu: kawę , herbatę, ciepły posiłek oraz słodki poczęstunek.
2. W ramach opłaty startowej panowie otrzymają napój regeneracyjny na mecie.
3. Każda kobieta startująca w biegu otrzyma na mecie symboliczny upominek.
4. Trzy najlepsze kobiety otrzymają puchary lub statuetki .
5. Ilość nagród będzie uzależniona od pozyskanych sponsorów.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Organizator nie zapewnia opieki medycznej i ubezpieczenia w czasie trwania imprezy.
2. Każdy uczestnik startujący w biegu zobowiązany jest do przyklejenia numeru startowego w widocznym miejscu.

3. Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
4. W sprawach nie objętych regulaminem, rozstrzyga organizator.