



KIJOWE LEJDIS

REGULAMIN V Rajd Nordic Walking „Ciekockie Ciekanie” 15 września 2024

1. Cel imprezy:

- ☐ poznanie walorów turystycznych Gór Świętokrzyskich,
- ☐ poznanie walorów turystycznych Gminy Masłów
- ☐ propagowanie Nordic Walking jako popularnej formy aktywnego wypoczynku

2. Organizator:

- ☐ Centrum Edukacji i Kultury „Szkłany Dom”

3. Współorganizator:

- ☐ Stowarzyszenie „Kijowe Lejdis”

4. Program: 15 września 2024

9.00 – otwarcie biura zawodów

9.30 – rozgrzewka, nauka techniki Nordic Walking, wspólne zdjęcie

10.00 – start rajdu

12.00 – zamknięcie trasy rodzinnej(Rodzinny Spacer Doliną Poetów), niespodzianka dla dzieci, losowanie upominków

13.00 – zamknięcie trasy open (Diabelska Pętla)

13.30 – posiłek i wspólne ognisko

14.00 - oficjalne zakończenie imprezy i z wręczaniem certyfikatów ukończenia rajdu na scenieamfiteatru w Ciekotach

14.30 – aktywna niespodzianka

5. Trasa:

Uczestnicy pokonują dystans o długości 5 i 10 km

Trasa Rodzinna (Rodzinny Spacer Doliną Poetów) 5 km,

START: Ciekoty – Las Ciekocki – Dolina Wilkowska – Ciekoty

Trasa wyznaczona przez organizatora wiodąca przez płaski teren, zielony z szerokimi trasami, po których można iść trzymając dziecko za rękę. Częściowo jest to asfalt, ścieżki i dukty leśne, przejście przez drogę krajową na niebieski szlak. Na trasie znajdują się niewielkie ubytki terenowe. Przy przechodzeniu przez jezdnię uczestnicy proszeni są o zachowanie szczególnej ostrożności.

Trasa Open (Diabelska Pętla) 10 km,

START: Ciekoty – Radostowa – Wymyślona - Dolina Wilkowska – Ciekoty

Trasa przebiega przez oznakowane szlaki turystyczne PTTK oraz odcinki wyznaczone przez Organizatorów.

Nawierzchnia trasy jest zróżnicowana: asfalt, drogi utwardzone, dukty i ścieżki leśne, które mogą posiadać ubytki i trudności terenowe. Organizator zastrzega sobie zmianę przebiegu trasy w przypadkach złego stanu i zniszczenia szlaku.

6. Uczestnictwo:

Ciekockie Ciekanie jest ogólnodostępną imprezą turystyczno–rekreacyjną. Pokonanie trasy wymaga od uczestników dobrego stanu zdrowia (bez przeciwwskazań do tego typu aktywności fizycznej). Uczestnikiem imprezy może być każda osoba pełnoletnia w przypadku trasy open oraz osoba małoletnia z opiekunem w przypadku trasy rodzinnej, która wypełni formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie CEiK „Szkłany Dom” oraz dokona opłaty zgodnie z regulaminem. Każda z tras będzie prowadzona przez instruktora Nordic Walking jako jedna zwarta grupa.

7. Zgłoszenie:

Zgłoszenia przyjmowane będą do 11 września 2024 r. Wpłaty wpisowego przyjmowane w ciągu 5 dni od rejestracji.

- ☐ Zapisy będą przyjmowane poprzez przesłanie na adres email: szklanydom@maslow.pl wypełnionego zgłoszenia dostępnego na stronie www.szklanydom.maslow.pl. Wszystkie informacje wraz z danymi do wpłaty każdy uczestnik otrzyma po rejestracji i weryfikacji w przeciągu 24 godzin,
- ☐ Pełnej wpłaty należy dokonać w ciągu 5 dni od rejestracji i otrzymania wiadomości e-mail z numerem konta bankowego. Brak wpłaty będzie skutkował wykreśleniem z listy uczestników. Istnieje możliwość ponownej rejestracji w zależności od wolnych miejsc,
- ☐ W tytule przelewu prosimy wpisać: imię, nazwisko, CC 2024; np. "Jan Kowalski, Ciekockie Ciekanie 2024".
- ☐ Za datę płatności uznaje się dzień zaksięgowania pełnej kwoty na rachunku Organizatora,
- ☐ Opłaty:
 - 40zł – trasa rodzinna
 - 50 zł – trasa open
 - 20 zł – obie trasy dla mieszkańców gminy Masłów
- ☐ Wpisowe nie podlega zwrotowi.
- ☐ Dane teleadresowe Organizatora:

***Centrum Edukacji i Kultury „Szkłany Dom” - Dworek Stefana Żeromskiego w Ciekotach;
Ciekoty 76;
26-001 Masłów
tel. 41 311 21 28 (w godz. pracy Centrum)***

- ☐ Organizator przyjmuje zgłoszenia w terminie późniejszym, tj. po 11 września 2024 r. wówczas zgłoszenie nie gwarantuje otrzymania wszystkich świadczeń a wysokość wpisowego pomniejszenia.

8. Świadczenia w cenie wpisowego:

- ☐ certyfikat za udział w imprezie,
- ☐ gorący posiłek na mecie, kiełbaski z ogniska
- ☐ ubezpieczenie NNW,
- ☐ obsługa na starcie i mecie
- ☐ aktywna niespodzianka
- ☐ dodatkowe gadżety w zależności od zdobytych sponsorów i partnerów,
- ☐ gwarancja fantastycznej atmosfery

9. Obowiązki, zasady poruszania się i wyposażenie obowiązkowe Uczestników:

Obowiązki i zasady poruszania się po drogach publicznych oraz szlakach turystycznych:

- ☐ Poruszanie się ściśle po trasie maratonu z wykorzystaniem szlaków turystycznych i tras oznakowanych przez Organizatora,
- ☐ Przestrzeganie Karty Turysty, przepisów przeciwpożarowych, ruchu drogowego i ochrony przyrody oraz przepisów poruszania się na terenie Świętokrzyskiego Parku Narodowego. Zabrania się śmiecenia trasy oraz niszczenia przyrody i infrastruktury turystycznej na trasie,
- ☐ Organizator zaleca poruszanie się w czasie imprezy w minimum 2-osobowych zespołach,
- ☐ Uczestnicy zobowiązują się do zachowania szczególnej ostrożności przy przekraczaniu i poruszaniu się publicznymi drogami asfaltowymi. Przy poruszaniu się drogami publicznymi uczestnicy zobowiązani są do poruszania się chodnikiem, a w drugiej kolejności lewym poboczem. Jeśli nie ma takiej możliwości, należy poruszać się lewą stroną drogi i ustępować drogi pojazdom poruszającym się po drodze,
- ☐ Stosowanie się do oznaczeń trasy, komunikatów i postanowień Organizatorów.

Wypożyczenie obowiązkowe:

- ☐ ważny dowód osobisty,
- ☐ odpowiedni ubiór adekwatny do panującej pogody (buty do wędrowki / biegów górskich, bluza z długim rękawem, kurtka przeciwdeszczowa z kapturem, spodnie adekwatne do pogody, czapka / buff, rękawiczki pełne, gwizdek),
- ☐ kije Nordic Walking (w przypadku braku kijów, prosimy o poinformowanie organizatorów mailowo – istnieje możliwość wypożyczenia kijów),
- ☐ butelka / bidon na wodę o pojemności minimum 500 ml,
- ☐ włączony telefon do kontaktu z organizatorem z numerem podanym podczas zgłoszenia oraz wpisanymi w kontaktach numerami do Organizatorów i służby ratowniczej,
- ☐ apteczka z minimum bandażem elastycznym, opatrunkami jałowym, plastrami
- ☐ prowiant w czasie pokonywania trasy wg własnego uznania.

Zasady postępowania i rezygnacja z dalszego pokonywania trasy / kontuzje:

- ☐ Rezygnacja Uczestników na trasie marszu zobowiązuje ich, do przekazania informacji o rezygnacji do Organizatorów,
- ☐ Uczestnikom, którzy zrezygnują z marszu na trasie, Organizatorzy nie zapewniają dojazdu do biura imprezy.
- ☐ Jeśli uczestnik wymaga interwencji służb ratowniczych lub ratunkowych, powinien w miarę możliwości powiadomić o tym Organizatora. Każdy uczestnik, widząc innego uczestnika, który potrzebuje pomocy, zobowiązany jest udzielić mu ratunku w miarę swoich możliwości oraz powiadomić telefonicznie (numer alarmowy) Organizatora o miejscu zdarzenia, rodzaju kontuzji i numerze zawodnika,

10. Dojazd do biura imprezy - Organizator nie zapewnia bezpłatnego transportu:

- ☐ Transport własny – bezpłatny i niestrzeżony parking przy CEiK „Szklany Dom” w Ciekotach,
- ☐ Do biura gdzie odbędzie się start imprezy istnieje możliwość dojazdu komunikacją publiczną wg rozkładu: linia nr 10.

11. Wykorzystanie wizerunku

Uczestnik akceptując regulamin wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie wizerunku, poprzez jego sporządzenie, utrwalanie i rozpowszechnianie przez Organizatora Ciekockiego Ciekania, w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz.U.2017.880 t.j. z

dnia 2017.05.05) i ustawy z dnia 23 kwietnia 1964 r. Kodeks cywilny (Dz.U.2017.459 t.j. z dnia 2017.03.02) oraz udziela nieodpłatnej licencji na wykorzystanie utrwalonego wizerunku na następujących polach eksploatacji:

- ☐ utrwalanie i zwielokrotnianie jakąkolwiek znaną techniką oraz rozpowszechnianie w dowolnej formie,
- ☐ wprowadzanie do pamięci komputera i do sieci multimedialnej,
- ☐ zwielokrotnianie zapisu utrwalonego wizerunku,
- ☐ publiczne wystawianie, wyświetlanie, odtwarzanie oraz nadawanie i reemitowanie, a także publiczne udostępnianie w taki sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i w czasie przez siebie wybranym,
- ☐ zamieszczanie i publikowanie w prasie, na stronach internetowych, plakatach, ulotkach, broszurach, prezentacjach, billboardach,
- ☐ emisja w przekazach telewizyjnych i radiowych,
- ☐ udostępnianie sponsorom oraz oficjalnym partnerom lub współorganizatorom egzemplarza lub kopii, na której utrwalono wizerunek, w celu wykorzystania do promocji sponsora, oficjalnego partnera lub współorganizatora w kontekście jego udziału w organizacji Ciekockiego Ciekania w celach promocyjnych i statystycznych związanych z rozpowszechnianiem przy wykorzystaniu środków masowego przekazu, informacji o Ciekockim Ciekaniu.

12. Postanowienia końcowe :

Nie prowadzi się klasyfikacji za zajęte miejsce i uzyskany na mecie czas. Jest to znaczenie tylko honorowe. Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne. Dodatkowe wyżywienie, napoje i serwis uczestnicy zabezpieczają sobie we własnym zakresie. Wszyscy Uczestnicy imprezy biorą w nim udział na własne ryzyko, a Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za wypadki, uszczerbki na zdrowiu i zdarzenia losowe zaistniałe podczas imprezy. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione i zagubione w biurze imprezy. Organizator zastrzega sobie prawa do zmiany regulaminu, o których będzie informował na bieżąco w oddzielnych komunikatach. Interpretacja regulaminu należy do Organizatorów i jest ostateczna.

