



# KIJOWE LEJDIS

## **REGULAMIN** **IV Rajd Nordic Walking „Ciekockie Ciekanie”** **25 września 2022**

### **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: 25 września 2022**

- 09.00- 9.30 otwarcie biura zawodów
- 09.30-10.00 nauka techniki Nordic Walking
- 10:00 start rajdu
- 13.00 zamknięcie trasy rajdu
- 13.00-13.30 poczęstunek
- 13:30-14:30 aktywna niespodzianka
- 14:30-15.30 oficjalne zakończenie imprezy z wręczaniem Certyfikatów ukończenia rajdu przed dworem Stefana Żeromskiego w Ciekotach

### **5. Trasa:**

Uczestnicy pokonują dystans o długości 11 km przez Górę Radostową i Wymysłoną.

**START: Ciekoty – Dolina Wilkowska – Wymysłona – Radostowa - 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. W wydarzeniu może wziąć 50 osób. Pokonanie trasy wymaga od Uczestników dobrego stanu zdrowia (bez przeciwwskazań do tego typu aktywności fizycznej). Uczestnikiem imprezy może być każda osoba, która ukończyła 18 lat oraz 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 momentu wyczerpania limitu miejsc. Wpłaty wpisowego przyjmowane w ciągu 5 dni od rejestracji.

- Zapisy będą przyjmowane poprzez przesłanie na adres email: **mbiskupska@maslow.pl** wypełnionego zgłoszenia dostępnego na stronie [www.szklanydom.maslow.pl](http://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 2022; np. "Jan Kowalski, Ciekockie Ciekanie 2022".
- Za datę płatności uznaje się dzień zaksięgowania pełnej kwoty na rachunku Organizatora,
- Opłaty:  
50 zł – do 20 września 2022 r.  
60 zł – od 21 września 2022 r. i w dniu startu
- Wpisowe nie podlega zwrotowi.
- Dane teleadresowe Organizatora:

***Centrum Edukacji i Kultury „Szklany 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. 25 września 2022 r. wówczas zgłoszenie nie gwarantuje otrzymania wszystkich świadczeń, a wysokość wpisowego nie zostanie pomniejszona.

## 8. Świadczenia w cenie wpisowego:

- pamiątka za ukończenie trasy
- certyfikat za udział w imprezie,
- gorący posiłek na mecie, kielbaski z ogniska
- ubezpieczenie NNW,
- obsługa na starcie i mecie,
- 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.
- Impreza odbywać się będzie z zachowaniem reżimu sanitarnego. Każdy z uczestników zobowiązany jest do posiadania własnej maseczki zakrywającej usta i nos oraz zobowiązany jest do zachowania odpowiedniego dystansu społecznego.

#### ***Wyposażenie obowiązkowe:***

- ważny dowód osobisty,
- odpowiedni ubiór adekwatny do panującej pogody (buty do wędrówki / biegów górskich, bluza z długim rękawem, kurtka przeciwdeszczowa z kapturem, spodnie adekwatne do pogody, czapka / buff, rękawiczki pełne, gwizdek),
- kije Nordic Walking,
- 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 IV 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, bilbordach,
- 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 IV Ciekockiego Ciekania w celach promocyjnych i statystycznych związanych z rozpowszechnianiem przy wykorzystaniu środków masowego przekazu, informacji o IV 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.