

## „Teresiński Bieg Po Zdrowie”

### Regulamin

Termin: 19.09.2021 start godz. 10.00

Miejsce: start Skwer Niepodległości, przy DworzecTO.Kultura!, ul. Torowa, 96-515 Teresin

Organizatorzy: Gmina Teresin, GOSiR w Teresinie, UKS Filipides Teresin

Partnerzy: Fundacja FERA VIA, Teresiński Ośrodek Kultury, Stowarzyszenie Ziemia Chełmońskiego, Chłodnia Mazowsze, Miesięcznik "Prosto z Gminy"

Dystans: ok.1.2 km

Trasa biegu: start Skwer Niepodległości – następnie ulica Torowa, Guzowska, Załamana, Lipowa i Torowa.

a) Cel:

- promocja zdrowego stylu życia
- zachęcanie do aktywności fizycznej w każdym wieku
- promocja i poznanie najbliższej okolicy
- budowanie więzi międzypokoleniowych
- budowanie relacji wśród lokalnej społeczności
- pomoc potrzebującym mieszkańcom Gminy Teresin

b) Nagrody: medale dla 150 uczestników, którzy jako pierwsi przekroczą linię mety.

c) Zawodnicy, decydując się na udział w biegu, oświadczają, że posiadają ważne zaświadczenie lekarskie wydane przez lekarza medycyny sportowej, a w przypadku jego braku podpiszą oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.

d) Zawodnicy startują z karteczkami otrzymanymi od organizatora.

e) Zgłoszenie na [uks.filipides@o2.pl](mailto:uks.filipides@o2.pl) lub w dniu startu w godz. 8.30 - 9.30.

f) Udział w biegu jest bezpłatny, uczestnicy mogą przekazać dobrowolną kwotę na cel charytatywny.

g) Organizator zapewnia opiekę medyczną.

h) Osoby niepełnoletnie startują za zgodą i wiedzą rodziców / prawnych opiekunów.

### INFORMACJE OGÓLNE

\* Bieg otwiera pilot, a zamyka oznakowany samochód. Bieg jest zabezpieczony przez odpowiednie służby publiczne: Policja/Straż Pożarna.

\* Ubezpieczenie we własnym zakresie uczestników.

\* Uczestnicy biorą udział w biegu i imprezach towarzyszących na własne ryzyko i ponoszą pełną odpowiedzialność prawną i materialną za szkody powstałe z ich winy w czasie trwania biegu. Organizatorzy nie biorą odpowiedzialności za wszelkiego rodzaju straty, szkody lub wypadki losowe (na mieniu lub zdrowiu) poniesione przez uczestników.

\* Osoby nie przestrzegające Regulaminu zostaną wykluczone z udziału w imprezie.

\* Bieg ma charakter charytatywny. Podczas biegu będą prowadzone aukcje, loterie, z których cały dochód będzie przeznaczony dla Oliwki Calak wyjątkowej mieszkanki Gminy Teresin walczącej o zdrowie. Będzie również prowadzona akcja zbierania plastikowych korków dla Kacperka Olczaka.

**OSOBY BĘDĄCE W STANIE WSKAZUJĄCYM NA SPOŻYCIE ALKOHOLU ZOSTANĄ WYKLUCZONE Z UDZIAŁU W BIEGU.**

Zadanie dofinansowane przez Samorząd Województwa Mazowieckiego.