

# ***EKSTREMALNA PRZPRAWA!***

## ***REGULAMIN:***

### **I. CEL IMPREZY**

Upowszechnianie kultury fizycznej. Rozwijanie umiejętności pochodzących z różnych dziedzin aktywności fizycznej, rywalizacji z umiejętnością i chęcią współpracy oraz wysiłku fizycznego z dobrą zabawą.

### **II. ORGANIZATOR**

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Sokółce,  
Burmistrz Sokółki.

Partnerzy: UKS Boxing Sokółka, UKS Batory Sokółka.

### **III. CHARAKTERYSTYKA ZAWODÓW**

To wydarzenie nastawione na dobrą zabawę, do której pretekstem jest wysiłek fizyczny. Na określonej trasie są rozstawione przeszkody, które zweryfikują Waszą sprawność, skoczność, siłę a przede wszystkim odporność psychiczną uczestników.

### **IV. TERMIN BIEGU**

29.08.2015 r.

Start godzina 18:00

### **V. MIEJSCE BIEGU:**

Trasa wokół zalewu w Sokółce.

### **VI. PRZESZKODY**

Na trasie czekają na Was przeszkody, wśród których można wyróżnić:

1. Naturalne: bagno, zalew, drzewa, górki, rzeka.
2. Sztuczne, do których najbliższą analogią jest wojskowy tor przeszkód: ściany, liny, trawersy poziome, zasieki, pod którymi trzeba się przeczołgać oraz kilka dodatkowych atrakcji, które z pewnością pozostaną w Waszej pamięci na długo.
3. Błotne, ponieważ chcemy mieć pewność, że nikt nie ukończy biegu będąc czystym.

### **VII. UCZESTNICTWO**

W zawodach mogą brać udział wszystkie osoby, które:

1. W dniu zawodów będą miały ukończone 18 lat.
2. Dokonają zgłoszenia, podpiszą wymagane oświadczenia, uiszczą opłatę startową oraz odbiorą pakiet startowy.
3. Osoby od 16 do 18 roku życia mogą wystartować w zawodach, lecz ich start zgłasza stowarzyszenie/klub sportowy. Stowarzyszenie/klub sportowy bierze odpowiedzialność za start zgłaszanego zawodnika.
4. Osoby poniżej 16 roku życia nie mogą wystartować w zawodach.

## VIII. ZASADY ZAPISÓW

1. Limit uczestników: 50 osób.
2. Aby zapisać się na bieg, należy wysłać zgłoszenie mailowo na adres [osir@sokolka.pl](mailto:osir@sokolka.pl) lub też osobiście w biurze zawodów ul. Wodna 20 w Sokółce oraz dokonać wpłaty wpisowego(w biurze zawodów),

## IX. OPŁATA STARTOWA:

30 PLN.

Wpisowe należy wpłacać w biurze zawodów, do godziny 17:30.

## X. ŚWIADCZENIA.

W ramach wpisowego uczestnicy otrzymują:

1. Możliwość wzięcia udziału w biegu.
2. Zestaw startowy.
3. Pamiątkowy medal bądź inny upominek poświadczający fakt ukończenia biegu (pod warunkiem dotarcia do mety).
4. Wodę w punktach regeneracji.

## XI. KLASYFIKACJE

Wyróżnienia będą przyznawane w następujących kategoriach:

Kobiety – miejsca I-III,

Mężczyźni – miejsca I-III,

## XII. BEZPIECZEŃSTWO

Ze względu na wyjątkowy charakter zawodów, każdy z uczestników musi liczyć się z ewentualnymi zadrapaniami, otarciami i kontuzjami spowodowanymi pokonywaniem ustawionych na trasie przeszkód.

Warunki atmosferyczne w połączeniu z wycieńczeniem organizmu mogą też spowodować hipotermię.

Jako organizatorzy dołożymy wszelkich starań, aby zostały zachowane wszelkie zasady bezpieczeństwa, niemniej jednak odpowiedzialność za powstałe urazy i konsekwencje wychłodzenia organizmu pozostaje po stronie zawodników.

Niezależnie od powyższego, Organizator zastrzega sobie prawo do ściągnięcia z trasy zawodników w stanie, który uzna za wymagający interwencji medycznej bądź natychmiastowego ogrzania bądź innej opieki.

Ze względu na bezpieczeństwo własne oraz innych uczestników, jak i w trosce o stan przeszkód na trasie ZAKANE jest startowanie w butach kolcach / w butach z kolcami.

W przypadku złamania powyższego zakazu Organizator wyciągnie konsekwencje prawne w stosunku do uczestnika.

Organizatorzy nie zapewniają ubezpieczenia NNW, ewentualne ubezpieczenie samodzielnie wykupują zawodnicy.

### XIII. DANE OSOBOWE

Wszyscy uczestnicy startując w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów.

### XIV. OCHRONA WIZERUNKU

Uczestnicy biegu „Ekstremalna Przeprawa” wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z imprezy zamieszczonych na stronie, w mediach oraz materiałach promocyjnych biegu.

### XV. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi zawodów.

2. Pytania dotyczące regulaminu oraz samej Imprezy należy kierować e-mailowo na adres: [osir@sokolka.pl](mailto:osir@sokolka.pl)