

# REGULAMIN TRENINGÓW „NORDIC WALKING TRENING Z MISTRZEM”

## §1. Postanowienia ogólne

1. Organizatorem treningów „Nordic Walking Trening z Mistrzem” (dalej: „Wydarzenie”) jest **Urząd Gminy Lipie** (dalej: „Organizator”) we współpracy z **Gminnym Ośrodkiem Kultury w Lipiu** (dalej: „Współorganizator”).
2. Wydarzenie ma charakter rekreacyjno-sportowy i jest bezpłatne dla wszystkich uczestników.
3. Celem wydarzenia jest promocja aktywności fizycznej oraz integracja mieszkańców Gminy Lipie.

## §2. Termin i miejsce

1. W ramach wydarzenia odbędzie się **dziewięć treningów nordic walking** – w terminach: 26.04.2025 r.; 24.05.2025 r.; 26.07.2025 r.; 09.08.2025 r.; 23.08.2025 r.; 06.09.2025 r. Terminy mogą ulec zmianie, a informacja o treningach pojawiać się będzie na stronie internetowej i facebooku gminy Lipie.
2. Treningi odbywać się będą na trasach o długości do 7 km, przebiegających drogami leśnymi, polnymi i gminnymi na terenie Gminy Lipie. Każda trasa będzie podana do publicznej wiadomości przed datą kolejnego wydarzenia.
3. Terminy poszczególnych treningów zostaną ogłoszone na stronie internetowej gminy oraz w mediach społecznościowych Urzędu Gminy Lipie, Aktywna Gmina Lipie oraz GOK Lipie.
4. Treningi odbywać się będą wyłącznie w przypadku sprzyjających warunków atmosferycznych.

## §3. Warunki uczestnictwa

1. Udział w wydarzeniu mogą wziąć **wyłącznie osoby pełnoletnie**, osoby, które na dzień treningu nie ukończyły 18 roku życia mogą uczestniczyć wyłącznie przy asyście dorosłego opiekuna.
2. Udział w treningach jest bezpłatny.
3. Uczestnicy zobowiązani są do:
  - przestrzegania zasad bezpieczeństwa i zaleceń instruktora,
  - stosownego ubioru i obuwia odpowiedniego do warunków terenowych,
  - informowania Organizatora o ewentualnych problemach zdrowotnych mogących mieć wpływ na udział w treningu.
4. Organizator zapewnia **kijki do nordic walking dla osób, które ich nie posiadają** (liczba kijów ograniczona – decyduje kolejność zgłoszeń).

## §4. Bezpieczeństwo

1. Uczestnicy biorą udział w wydarzeniu na własną odpowiedzialność.

2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za kontuzje, urazy lub inne zdarzenia losowe wynikające z udziału w wydarzeniu.
3. Uczestnicy powinni posiadać podstawową sprawność fizyczną umożliwiającą udział w treningu na dystansie do 7 km.
4. Zgłoszenie udziału oznacza brak przeciwwskazań zdrowotnych do uczestniczenia w treningu.

#### **§5. Postanowienia końcowe**

1. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w harmonogramie treningów, odwołania wydarzenia lub jego przerwania z przyczyn niezależnych (np. złe warunki atmosferyczne).
2. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych w celu promocji wydarzenia i wykorzystanie wizerunku w zdjęciach i filmach promocyjnych.
3. Udział w wydarzeniu jest jednoznaczny z akceptacją niniejszego regulaminu.