

## REGULAMIN SPACERU NORDIC-WALKING

Projekt dofinansowany ze środków BUDŻETU PAŃSTWA

Nazwa programu: *PROGRAM WIELOLETNI NA RZECZ OSÓB STARSZYCH  
"AKTYWNI +" NA LATA 2021-2025 - 1 PRIORYTET*

Nazwa zadania: *AKTYWNI - ZDROWI - ZAANGAŻOWANI - SENIORZY NA  
OBSZARZE 9 GMIN WIELKOPOLSKI*

### I. Organizator

1. Organizatorem spaceru nordic-walking jest: Stowarzyszenie Lokalna Grupa Rybacka „7Ryb” tel. 506 256 186/, 67 254 74 41 adres email: [biuro@7ryb.pl](mailto:biuro@7ryb.pl)



### II. Cele i założenia marszu

1. wzrost udziału osób starszych w aktywnych formach spędzania wolnego czasu,
2. rozwój wolontariatu wśród seniorów
3. wzrost udziału seniorów w aktywnym życiu społecznym
4. tworzenie nawyków do aktywnego spędzania wolnego czasu w różnych formach
5. umiejętność zdobywania wzajemnego doświadczenia od seniorów z innych gmin; -wprowadzenie aktywności społecznej wśród osób niepełnosprawnych.

### **III. Termin i miejsce**

#### **1. Daty i miejsca startu marszu w każdej z gmin:**

- **30.08.2023 r.** – Skoki - targowisko ul. Kościelna, godzina 16:00
- **31.08.2023 r.** – Szamocin – ul. Parkowa wokół jeziora Siekiera, godzina 16:00
- **06.09.2023r.** - gmina Wągrowiec – Rezerwat Dębina – pętla autobusowa Modrzejewo za radem Rogozińskim, godzina 16:00
- **7.09.2023 r.** – Oborniki – Park Linowy Adrenalina, godzina 16:00
- **13.09.2023 r.** Kiszkowo – Stawy Kiszkowskie – Hala sportowa ul. Polna, godzina 16:00
- **14.09.2023 r.** – Rogoźno – Plac Karola Marcinkowskiego, godzina 16:00
- **20.09.2023 r.** – Margonin – ul. Kościelna obok Chaty Polskiej, godzina 16:00
- **21.09.2023 r.** - Gołańcz – Stadion sportowy, ul. Sportowa, godzina 16:00
- **22.09.2023 r.** – Wyrzysk – Parking miejski ul. Przy Stawie, godzina 16:00

**3. Marsz nordic walking spokojnym tempem na dystansie 3-5 km w formie pętli, wracamy na miejsce startu.**

**4. Czas trwania marszu ok. 120 min.**

## **IV. Zasady uczestnictwa**

1. W nordic-walking prawo startu ma każda osoba, która ukończyła 60 lat, i która zamieszkuje jedną z gmin członkowskich stowarzyszenia LGR „7Ryb”, tj. Gminy Szamocin, Gminy wiejskiej Wągrowiec, Gminy Margonin, Gminy Skoki, Gminy Gołańcz, Gminy Wyrzysk, Gminy Kiszkowo, Gminy Oborniki, Gminy Rogoźno.
2. Każdy zawodnik startujący w marszu musi złożyć prawidłowo wypełnioną „Deklarację udziału w projekcie” wraz z oświadczeniem RODO. Wypełnienie ww. deklaracji, jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
3. Wszyscy uczestnicy spaceru nordic-walking są zobowiązani do stosowania się do poleceń instruktora oraz obsługi z ramienia Organizatora.
4. Uczestnicy spaceru nordic-walking powinni posiadać własne kije.
5. Podpisując deklarację Uczestnik zaświadcza, że stan jego zdrowia umożliwia mu udział w spacerze nordic-walking. Organizator nie zapewnia Uczestnikowi ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu chorób, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem Uczestnika w marszu, oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności. Organizator nie zapewnia ubezpieczenia NWW w trakcie trwania zawodów.
6. Przez akceptację niniejszego regulaminu uczestnik zrzeka się prawa dochodzenia prawnego lub zwrotnego od organizatora w razie wypadku lub szkody związanej z marszem.
7. Celem realizacji wskaźnika zaplanowanego w ofercie złożonej do Ministerstwa, zaplanowano udział 1 osoby na jednych zajęciach. Kilukrotny udział tego samego uczestnika na różnych zajęciach jest możliwy w przypadku braku chętnych innych osób.



## **V. Zgłoszenia**

1. Zgłoszenia do nordic-walking są przyjmowane w terminie do 4 dni przed każdym marszem. W przypadku braku chętnych, termin też może zostać wydłużony. Na liście startowej znajdują się tylko te osoby, które złożyły prawidłowo wypełnioną „deklarację udziału w projekcie” wraz z oświadczeniem RODO.
2. Ilość uczestników spaceru jest ograniczona i wynosi 15 osób, liczy się pierwszeństwo zgłoszeń.
3. Zapisy na marsz prowadzi Biuro Stowarzyszenia LGR „7Ryb”, które mieści się na Al. Jana Pawła II 16/2 w Wągrowcu, czynne jest w godzinach 7:30-15:30, adres email: [biuro@7ryb.pl](mailto:biuro@7ryb.pl), numer telefonu: 506 256 186/67 254 74 41.
4. W ramach marszu nordic-walking każdy uczestnik otrzymuje:
  - poczęstunek regeneracyjny oraz upominek za udział
5. Dla zgłoszonych uczestników 60+, spacer nordic walking ma charakter rekreacyjny i jest bezpłatny, dofinansowany ze środków rządowego programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021–2025”.

## **VI. Polityka prywatności**

1. Uczestnik wypełniając „deklarację udziału w projekcie” wraz z oświadczeniem RODO wyraża zgodę na wykorzystanie podanych danych na potrzeby przesyłania informacji o marszu oraz do nieodpłatnego wykorzystania zdjęć i innych materiałów przedstawiających uczestników marszu.

## **VI. Postanowienia końcowe**

1. Wszystkich uczestników spaceru nordic-walking obowiązuje niniejszy regulamin.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania wszelkich zdjęć, materiałów, przedstawiających uczestników spaceru nordic-walking.
3. Na miejsce spaceru nordic-walking zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji oraz środków alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju.

#### **4. Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione w trakcie spaceru.**

- 5.** Spacer nordic-walking odbędzie się o bez względu na pogodę, chyba, że niesprzyjające warunki atmosferyczne będą zagrażać bezpieczeństwu wtedy organizator zastrzega sobie prawo do zmiany terminu przedsięwzięcia.
- 6.** W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga Organizator.
- 7.** W razie potrzeby zostanie opłacony dowóz seniora na zajęcia, zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Infrastruktury z dnia 22 grudnia 2022 r. zmieniającym rozporządzenie w sprawie warunków ustalania oraz sposobu dokonywania zwrotu kosztów używania do celów służbowych samochodów osobowych, motocykli i motorowerów niebędących własnością pracodawcy. W przypadku dojazdu kilku osób jednym samochodem właściciel pojazdu może otrzymać zwrot kosztów dojazdu zgodnie z regulaminem.