



Projekt „Żyjiesz dla siebie i innych – zadbaj o zdrowie” korzysta z dofinansowania w kwocie 3 465 115 PLN, pochodzącego z Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014 oraz ze środków budżetu państwa w ramach Programu PL13 *Ograniczanie społecznych nierówności w zdrowiu*. Celem projektu jest poprawa zdrowia publicznego i ograniczenie społecznych nierówności w zdrowiu oraz zmniejszanie zachorowalności na choroby związane ze stylem życia na obszarze powiatu kutnowskiego.

Regulamin Spaceru po Zdrowie

I. Sztab organizacyjny:

- a. Starostwo Powiatowe w Kutnie
- b. Fundacja Chodzezkijami.pl

II. Cele:

- a. promocja zdrowego stylu życia i aktywnego spędzania wolnego czasu,
- b. promocja jednej z najprostszych aktywności fizycznych jaką jest nordic walking,
- c. integracja zawodników,
- d. inspiracja uczestników do poznawania i poszerzania własnych możliwości i talentów sportowych, sposobów spędzania wolnego czasu, potrzeb zdrowego i aktywnego trybu życia, wpływu wysiłku fizycznego na zdrowie,
- e. popularyzacja atrakcyjnych miejsc przyjaznych nordic walking.

III. Data i miejsce:

13.07.16 Gmina Miejska Kutno na boisku Orlik na ul. Troczewskiego

14.07.16 Gmina Żychlin na boisku Orlik na ul. Łukasińskiego 21

15.07.16 Gmina Krośniewice przy hali sportowej na skrzyżowaniu ul. Kwiatowej i Polnej

IV. Program imprezy:

16:30 – otwarcie wypożyczalni kijów i rozpoczęcie przyjmowania zgłoszeń

17:00 – rozpoczęcie instruktażu

17:30 – rozgrzewka

17:40 – rozpoczęcie Spaceru

18:30 – powrót, rozdanie pamiątkowych medali i zamknięcie imprezy

V. Dystans

Około 5 km



Projekt „Żyjiesz dla siebie i innych – zadbaj o zdrowie” korzysta z dofinansowania w kwocie 3 465 115 PLN, pochodzącego z Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014 oraz ze środków budżetu państwa w ramach Programu PL13 *Ograniczanie społecznych nierówności w zdrowiu*. Celem projektu jest poprawa zdrowia publicznego i ograniczenie społecznych nierówności w zdrowiu oraz zmniejszanie zachorowalności na choroby związane ze stylem życia na obszarze powiatu kutnowskiego.

IX. Rejestracja

- a. Zapisy prowadzone na miejscu imprezy.
- b. Osoby niepełnoletnie mogą wziąć udział w wydarzeniu jeśli posiadają pisemną zgodę rodzica lub opiekuna.
- c. Osoby niepełnosprawne mogą uczestniczyć w spacerze indywidualnie lub w razie potrzeby wraz z asystentem.
- d. Za udział nie są pobierane żadne opłaty.

X. Nagrody

- Każdy zawodnik na linii mety otrzyma pamiątkowy dyplom i medal okolicznościowy.

XIII. Bezpieczeństwo

- a. Nad bezpieczeństwem zawodników czuwa służba medyczna i wykwalifikowana służba techniczna.
- b. Organizator zapewnia bezpieczeństwo na trasie.
- c. Na polecenie służb medycznych zawodnik musi niezwłocznie zejść z trasy.
- d. Przekazanie do Organizatora, prawidłowo wypełnionego i podpisanego formularza zgłoszeniowego oznacza wyrażenie zgody przez uczestnika imprezy na wykorzystanie podanych przez niego danych osobowych na potrzeby przesłania do uczestnika informacji o przyszłych imprezach, produktach handlowych, a także na wewnętrzne potrzeby administracyjne i analityczne, zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych z dnia 29 sierpnia 1997 r., Dz. U. nr 33, poza 883. Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencją na adres Organizatora.
- a. Organizator nie wykupuje ubezpieczenia NNW, uczestnicy muszą posiadać je we własnym zakresie.

Postanowienia końcowe

- b. Na miejscu imprezy w każdej gminie przynajmniej pierwsze 20 zgłoszonych osób otrzyma bezpłatnie kije do nordic walking. Łącznie przewidziano 70 par kijów do rozdania wśród wszystkich uczestników trzech Spacerów po Zdrowie.
- c. Wszyscy uczestnicy bez względu na płeć, kolor skóry, wyznanie, orientację seksualną czy status społeczny traktowani są jednakowo i przysługują im te same prawa.

Powiat Kutnowski



Projekt „Żyjiesz dla siebie i innych – zadbaj o zdrowie” korzysta z dofinansowania w kwocie 3 465 115 PLN, pochodzącego z Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014 oraz ze środków budżetu państwa w ramach Programu PL13 *Ograniczenie społecznych nierówności w zdrowiu*.
Celem projektu jest poprawa zdrowia publicznego i ograniczenie społecznych nierówności w zdrowiu oraz zmniejszanie zachorowalności na choroby związane ze stylem życia na obszarze powiatu kutnowskiego.

d. Ostateczna interpretacja regulaminu zależy do Organizatora.