



REGULAMIN RAJDU NORDIC WALKING „IDZIEMY NA KSIĘŻYC” (V edycja – 28.06.2025 r.)

I. Cele wydarzenia

1. Otwarty i bezpłatny rajd nordic walking IDZIEMY NA KSIĘŻYC (V edycja) dla wszystkich chętnych na dystansie minimum ok. 3,5 kilometra (jedna pętla wyznaczonej trasy).
2. Dążenie do pokonania przez uczestników rajdu łącznej odległości z Ziemi do Księżyca (tj. 384 400 km).
3. Zadaniem uczestników jest przejście jak największej liczby około 3,5-kilometrowych pętli trasy rajdu w czasie trwania całej imprezy, tj. w godzinach 10.00–18.00.
4. Zachęcanie do aktywnego, zdrowego i sportowego trybu życia, promocja profilaktyki prozdrowotnej oraz ruchu, jako najlepszej formy dbania o zdrowie.
5. Rozpowszechnianie idei nordic walking jako najbardziej naturalnej formy ruchu wraz z nauką podstaw techniki.
6. Budowanie i wzmacnianie świadomości ekologicznej wśród uczestników rajdu poprzez zorganizowanie imprezy sportowej zgodnie z zasadami poszanowania środowiska naturalnego.
7. Zacieśnienie współpracy Stowarzyszenia Kultury Fizycznej „WYTRWAM” z Leśnictwem Bielawy Nadleśnictwo Dobrzejewice.
8. Promocja Stowarzyszenia Kultury Fizycznej „WYTRWAM”.
9. Integracja lokalnych i ogólnopolskich środowisk nordic walking.

II. Organizator

Stowarzyszenie Kultury Fizycznej „WYTRWAM”, ul. Konopnickiej 13, 87-100 Toruń

Kontakt: e-mail: biuro@wytrwam.pl, tel. 697 620 829 i 609 303 128

III. Termin, miejsce i trasa rajdu

- 28 czerwca 2025 roku (sobota) godz. 10.00–18.00
- kompleks leśny Bielawy w Toruniu, okolice Gospodarstwa Szkółkarskiego Bielawy Leśnictwo Bielawy Nadleśnictwo Dobrzejewice (ul. Leśny Trakt 5, 87-100 Toruń)
- Trasa:
 - Trasa rajdu w całości przebiegać będzie leśnymi ścieżkami.
 - Oznakowana trasa zostanie wytyczona na pętli długości 3,5 km.
 - Wytyczony dystans uczestnik może pokonać dowolną liczbę razy w ciągu trwania imprezy – jest możliwość przerwy w rajdzie i powrót po niej na trasę.
 - Organizatorowi przysługuje prawo do zmiany trasy, o czym poinformuje uczestników na miejscu.

IV. Zgłoszenia i odbiór pakietów startowych

1. Zgłoszenia należy dokonać poprzez formularz rejestracyjny umieszczony na stronie: https://b4sportonline.pl/na_ksiezyc/ Dodatkowo w dniu rajdu będzie możliwość zgłoszenia swojego udziału w godzinach od 8.30 do 17.00 w biurze rajdu.
2. Pakiety startowe będą do odbioru w dniu rajdu (28 czerwca 2025 r.) w godz. od 8.30 do 17.00 w biurze imprezy na placu przy Gospodarstwie Szkółkarskim Bielawy w Toruniu.

V. Udział w rajdzie

1. Rajd jest bezpłatny – nie będą pobierane opłaty startowe od uczestników.

2. W rajdzie mogą wziąć udział osoby pełnoletnie. Dopuszcza się udział nieletnich oraz dzieci pod opieką dorosłych. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do dostarczenia przy odbiorze pakietu zgody rodzica lub opiekuna na start.
3. Podczas odbioru numeru startowego uczestnicy muszą posiadać dokument, umożliwiający weryfikację zapisanego uczestnika.
4. W czasie rajdu będzie prowadzona klasyfikacja indywidualna i drużynowa liczby zebranych pieczętek. Za każdą przebytą pętlę trasy uczestnik otrzymuje jedną pieczętkę na numerze startowym.
5. Skład drużyny to 3 osoby. Deklaracja przynależności do danej drużyny następuje podczas rejestracji. Istnieje możliwość przypisania do drużyny w dniu rajdu. Do obliczeń rezultatu drużyny bierze się pod uwagę wyniki zebranych pieczętek wszystkich członków drużyny.
6. Podczas marszu uczestnicy rajdu muszą mieć numery startowe przymocowane do koszulek bądź innej odzieży wierzchniej w widocznym miejscu.
7. Warunkiem dopuszczenia uczestnika do marszu będzie złożenie podpisu pod oświadczeniem o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w rajdzie.
8. Uczestnikom rajdu będą towarzyszyć członkowie SKF „WYTRWAM”, ucząc osoby zainteresowane podstawowej techniki nordic walking i wspierając na trasie rajdu.
9. Uczestnik, który schodzi z trasy lub kończy rajd musi zgłosić to obsłudze rajdu i zgłosić się do biura rajdu w celu odnotowania przebytej trasy.
10. Każdy uczestnik rajdu otrzyma pamiątkowy medal rajdu. Uczestnicy indywidualni (najwyższy wynik zebranych pieczętek w kategorii kobiet i mężczyzn) oraz drużyna z najwyższą liczbą zebranych pieczętek dodatkowo otrzymają puchary i upominki.
11. Każda osoba, która przedstawi swój udział w Parkrun Toruń w dniu rajdu, doda do wspólnej puli zebranych kilometrów dystans 5 km. Dystans ten nie wlicza się jednak do współzawodnictwa indywidualnego lub drużynowego, w którym brana jest pod uwagę wyłącznie zebrana liczba pieczętek na numerze startowym w czasie rajdu.

VI. Uczestnictwo online

1. Uczestnik biorący udział w rajdzie online zapisuje się przez formularz rejestracji dostępny na stronie: https://b4sportonline.pl/na_ksiezyc/
2. Trasa będzie zaliczona na podstawie zrzutu z ekranu aplikacji sportowej marszu, wykonanego w dniu imprezy, tj. 28 czerwca 2025 roku i przesłanego organizatorom na adres e-mail: biuro@wytrwam.pl lub Messenger do godz. 18.00.

VII. Program imprezy (sobota 28 czerwca 2025 roku)

Harmonogram:

8.30 – otwarcie biura rajdu

10.00 – oficjalne otwarcie i start rajdu

17.00 – zakończenie przyjmowania wyników wirtualnych

17.15 – wypuszczenie na trasę ostatnich uczestników rajdu

18.00 – zakończenie imprezy

18.15 – ogłoszenie wstępnego wyniku przebytego dystansu oraz nazwisk uczestników (i drużyn), którzy przeszli największą pętlę

18.30 – wręczenie pucharów dla najlepszego nordic walkera i nordic walkerki w kategorii kobiet, mężczyzn oraz drużyny, która przeszła najdłuższy dystans.

W czasie rajdu dodatkowo będzie działać: wypożyczalnia kijów, loteryjka i kawiarenka, pełniąca funkcję posiłku regeneracyjnego.

Organizator zastrzega możliwość wprowadzenia zmian w harmonogramie.

VIII. Wyniki

1. Czas przejścia trasy rajdu przez poszczególnych uczestników nie będzie rejestrowany elektronicznie. Liczone będą jedynie przebyte okrążenia – po każdym okrążeniu będzie przybijana pieczętka na numerze startowym.
2. Ogłoszony zostanie wspólny dystans, który został pokonany łącznie przez wszystkich uczestników piątej edycji rajdu IDZIEMY NA KSIĘŻYC (w tym wyników wirtualnych i kilometrów uzyskanych na Parkrun Toruń) oraz zsumowany dystans wszystkich edycji.
3. Na potrzeby współzawodnictwa będzie prowadzona klasyfikacja liczby zdobytych pieczętek w kategoriach: kobiety, mężczyźni i drużyny.

IX. Zasady bezpieczeństwa

1. Podczas rajdu będzie obowiązywał rygor sanitarny zgodny z aktualnie obowiązującymi przepisami, o których organizator będzie na bieżąco informował.
2. Rajd ma na celu przede wszystkim bezpieczne i aktywne spędzenie czasu przez uczestników. wobec czego wymagane jest stosowania się do zaleceń organizatorów w kwestiach zachowania bezpieczeństwa na trasie rajdu, jak i w okolicach biura rajdu i innych punktach związanych z jego organizacją.
3. Uczestnicy rajdu powinni zachować się zgodnie z zasadami obowiązującymi na terenie leśnym, tj.: parkować pojazdami w wyznaczonych miejscach, nie zakłócać ciszy, płoszyć zwierząt, zaśmiecać terenu, niszczyć roślin oraz nie uszkadzać tablic i znaków informacyjnych.

X. Ochrona danych osobowych

1. Dane osobowe uczestników biegów będą przetwarzane w celach przeprowadzenia imprezy.
2. Uczestnik wyraża zgodę na wykorzystywanie i przetwarzanie danych osobowych zawartych w formularzu zgłoszeniowym w zakresie związanym z organizacją rajdu (zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE)
3. Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania.
4. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, lecz ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w rajdzie.
5. Zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady z uczestnikami mogą być wykorzystane przez prasę, radio, telewizję i w innych mediach zgodnie z ustawą z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. z 2016 r. poz. 666).

XI. Postanowienie końcowe

1. Rajd odbywać się będzie bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Organizator zapewnia sanitariaty na miejscu rajdu.
3. Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki.
4. Podczas imprezy obowiązuje całkowity zakaz spożywania alkoholu oraz innych środków odurzających. Organizator nie dopuści do startu uczestnika pod wpływem ww. środków.
5. Młodzież poniżej 18 roku życia startuje za pisemną zgodą rodzica/opiekuna
6. Wszystkich uczestników startujących w RAJDZIE IDZIEMY NA KSIĘŻYC obowiązuje niniejszy regulamin.
7. Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian oraz ostatecznej interpretacji regulaminu, który będzie dostępny w biurze rajdu.

9. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za błędy w oświadczeniach woli i deklaracjach przekazywanych przez uczestnika (dotyczy m.in. przekazywanych danych osobowych uczestnika, deklaracji odnośnie stanu zdrowia itp.).

XII. Przepisy związane z marszem techniką nordic walking

1. Każdy uczestnik rajdu powinien korzystać z prawidłowych kijów do nordic walking o prawidłowo dobranej do siebie długości. Posiadanie kijów składanych wymaga od uczestnika zwrócenia uwagi na dokładne dokręcenie części składowych kija.
2. Organizatorzy umożliwiają pożyczenie kijów na czas przejścia trasy rajdu.
3. Uczestnicy rajdu zobowiązani są zwrócić szczególną uwagę na bezpieczeństwo podczas całej aktywności, aby nie uderzyć, nie ukłuć kijkiem innego uczestnika lub nie nastąpić na kij osoby idącej przed nim.
4. Definicja marszu nordic walking, którą powinni stosować uczestnicy rajdu: marsz nordic walking (NW) to przemieszczanie się z zachowaniem naprzemiennej pracy rąk i nóg, z jednoczesnym odpychaniem się kijami pod kątem ostrym od podłoża, przy jednoczesnym zachowaniu stałego kontaktu przynajmniej jednej stopy z podłożem. Zabroniona jest faza lotu, czyli brak styczności z podłożem.