

REGULAMIN

V Rajdu Rowerowego oraz Dowolnej Aktywności Fizycznej

Honorowych Dawców Krwi Ziemi Biłgorajskiej

Pod hasłem:

„DOCENIAMY CICHYCH BOHATERÓW” HONOROWYCH DAWCÓW KRWI

14 CZERWCA 2020 r.

I. Cele rajdu

1. Popularyzacja krwiodawstwa i aktywności fizycznej.
2. Zamiarem organizatorów akcji jest połączenie aktywnego wypoczynku ze spotkaniem w gronie przyjaciół, rodziny i znajomych, relaksem i zabawą.
3. Poznanie walorów przyrodniczych i kulturowych Ziemi Biłgorajskiej.
4. Propagowanie zdrowego trybu życia i aktywnej formy wypoczynku.

II. Organizatorzy

Polski Czerwony Krzyż Zarząd Rejonowy w Biłgoraju
oraz Grupa Rowerowa PTTK Biłgoraj

III. Patronat medialny

- portal internetowy: www.bilgoraj.com.pl

IV. Termin, miejsce, trasa i program rajdu

Rajd odbędzie się dnia 14 czerwca 2020 r. /niedziela/

Program szczegółowy rajdu rowerowego grupowego:

Godz. 12.00 - zbiórka uczestników rajdu rowerowego przed budynkiem PCK w Biłgoraju ul. 3-go Maja 79 i wyjazd na trasę- Wola Mała – Wola Duża –Rapy Dylańskie- Zalew Biłgoraj /ok. 20 km/

Godz. 14.00 – zakończenie rajdu nad zalewem Bojary w Biłgoraju oraz pamiątkowe zdjęcie

[/poczęstunek-kielbaski we własnym zakresie/](#)

V. Warunki uczestnictwa:

1. Warunkiem uczestnictwa w rajdzie rowerowym oraz dowolnej aktywności fizycznej jest zapoznanie się z regulaminem rajdu oraz podporządkowanie się decyzjom organizatorów.
2. **Warunkiem uczestnictwa w rajdzie rowerowym i dowolnej aktywności fizycznej jest uiszczenie opłaty w wysokości minimum 5 zł od każdego uczestnika z wykluczeniem dzieci do lat 13. Zebrane pieniądze będą przeznaczone na promowanie honorowego krwiodawstwa.**
3. Pieniądze można wpłacić w kasie biura PCK lub na konto nr. 79 1160 2202 0000 0002 4987 5844 z dopiskiem „darowizna na krwiodawstwo”.
4. Formalnym warunkiem uczestnictwa w **rajdzie rowerowym** jest zapisanie się na listę uczestników **do dnia 14.06.2020 r. włącznie oraz uiszczenie opłaty**. Zapisanie się na listę uczestników stanowi potwierdzenie zapoznania się z niniejszym Regulaminem do przestrzegania jego postanowień. Zgłoszenia należy składać w Biurze PCK w Biłgoraju ul. 3-go Maja 79 tel. 84 686 26 61 e-mail pck.bilgoraj@op.pl, Facebook Klub HDK przy PCK w Biłgoraju.

5. Formalnym warunkiem uczestnictwa w **dowolnej aktywności fizycznej** jest zapisanie się na listę uczestników **do dnia 12.06.2020 r. łącznie oraz uiszczenie opłaty**. Zapisanie się na listę uczestników stanowi potwierdzenie zapoznania się z niniejszym Regulaminem do przestrzegania jego postanowień. Zgłoszenia należy składać w Biurze PCK w Biłgoraju ul. 3-go Maja 79 tel. 84 868 26 61 e-mail pck.bilgoraj@op.pl, Facebook Klub HDK przy PCK w Biłgoraju.
6. W rajdzie rowerowym oraz dowolnej aktywności fizycznej mogą uczestniczyć osoby, których stan zdrowia pozwala na udział w nim.
Uczestnicy imprezy będą przestrzegali warunków określonych w ustawie z dnia 2 marca 2020r. o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych (Dz.U. z 2020r. poz. 374) oraz w Rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 25 marca 2020r. zmieniającym rozporządzenie w sprawie ogłoszenia na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej stanu epidemii (t.j. DZ.U. z 2020r., poz. 531) oraz aktualnych zaleceń epidemiologicznych;
7. **Dowolna aktywność fizyczna realizowana w sposób indywidualny odbywać się musi w dniu rajdu rowerowego tj. 14.VI.2020 w dowolnych godzinach.**
8. Dowolna aktywność fizyczna to m.in. przejazd rowerem, na rolkach czy innym pojeździe nie mechanicznym we własnym zakresie, jak również Nordic Walking, biegi, spacer, gry indywidualne i zespołowe, pływanie itp.
9. **Dowolna aktywność fizyczna powinna być udokumentowana zdjęciem z aktywności fizycznej. Należy również przesłać do nas informacje co do nazwy aktywności, długości trasy i/lub czasu trwania aktywności fizycznej.**
10. Osoby niepełnoletnie mogą brać udział w rajdzie rowerowym lub dowolnej aktywności fizycznej pod opieką rodziców, opiekunów prawnych lub osoby dorosłej (za pisemną zgodą rodzica, bądź opiekuna prawnego), którzy biorą na siebie całkowitą odpowiedzialność za ich bezpieczeństwo.
11. Trasy rajdu rowerowego i dowolnej aktywności fizycznej prowadzone są przy nieograniczonym ruchu drogowym.
12. Uczestnicy rajdu rowerowego i dowolnej aktywności fizycznej zobowiązani są do bezwzględnego przestrzegania przepisów ruchu drogowego oraz poruszania się prawą stroną drogi w odległości 30-50 cm od jej krawędzi
13. W trakcie jazdy należy dostosować prędkość do swoich możliwości oraz sytuacji na drodze a przy zjazdach przestrzegać zakazu wyprzedzania.
14. Podczas jazdy rowerem nie należy wypuszczać kierownicy z rąk i zdejmować stóp z pedałów.
15. Każdą zmianę kierunku jazdy należy sygnalizować ruchem ręki, zwłaszcza podczas przejazdu przez skrzyżowanie.
16. W trakcie postoju nie wolno tarasować drogi.
17. Jadąc w kolumnie – „gęsiego”, jeden za drugim – należy zachować minimum 3-5 m odległości między rowerami, a przy zjazdach od 15 do 30 m.
18. Odległość między jadącymi kolumnami nie może być mniejsza niż 200 m.
19. Każdy uczestnik powinien posiadać sprawny technicznie sprzęt na którym będzie się poruszał wyposażony zgodnie z przepisami o ruchu drogowym (między innymi wyposażony w hamulec, dzwonek, szkoło odbłaskowe z tyłu itp.).
20. Wszystkim uczestnikom rajdu rowerowego i poruszających się pojazdami nie mechanicznymi zalecamy kaski ochronne.
21. W trakcie rajdu rowerowego oraz dowolnej aktywności fizycznej zabrania się spożywania napojów alkoholowych i używania środków odurzających.
22. Uczestnicy rajdu rowerowego oraz dowolnej aktywności fizycznej biorą w nim udział na własną odpowiedzialność prawną i materialną.
23. **Liczba uczestników rajdu rowerowego jest ograniczona** i o możliwości wzięcia udziału w nim decydować będzie kolejność zgłoszeń.

24. Nie ma ograniczenia osobowego innej indywidualnej aktywności fizycznej.
25. Dla każdego uczestnika rajdu rowerowego przewidziana jest zapinka i opaska odblaskowa które można odebrać 14.VI.2020 przed wyjazdem.
26. Dla uczestników dowolnej aktywności fizycznej przewidziana jest zapinka i bandamka po dokonaniu opłaty wpisowej oraz przesłaniu informacji takich jak: nazwa aktywności fizycznej, zdjęcie aktywności fizycznej, przebytej trasie i/lub czasie trwania aktywności jaką zrobił w dniu 14.VI.2020 rok w dowolnych godzinach.
27. Istnieje możliwość przesłania drogą pocztową pamiątkowej zapinki i bandamki dla osób, które wezmą udział spoza powiatu biłgorajskiego po dokonaniu przelewu za przesyłkę oraz spełnieniu kryteriów uczestnictwa opisanych w regulaminie.
28. Rajd rowerowy grupowy prowadzą osoby wyznaczone przez organizatorów. Uczestnicy zobowiązani są przestrzegać regulaminu rajdu i poleceń prowadzących rajd.
29. **Uczestnicy rajdu i dowolnej aktywności fizycznej nie są objęci ubezpieczeniem NW.**
30. Nieprzestrzeganie regulaminu rajdu rowerowego oraz samowolna zmiana trasy rajdu lub oddalenie się bez zgody i wiedzy prowadzącego trasę powodują bezwzględne wykluczenie z rajdu.
31. **Ochrona środowiska:** Każdy zawodnik biorący udział w rywalizacji jest zobowiązany do poszanowania środowiska naturalnego.

VI. Postanowienia końcowe

1. Dane osobowe uczestników podlegają ochronie przez ustawę o ochronie danych osobowych. Organizator gromadzi dane osobowe uczestników tylko dla celów rajdu i nie udostępnia ich osobom trzecim. Uczestnik rajdu zgłaszając się zgadza się na wykorzystanie jego danych osobowych do celów rajdu.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialność na rzeczy zgubione podczas imprezy i za szkody wyrządzone przez uczestników.
3. Rajd odbędzie się bez względu na pogodę.
4. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do uzasadnionych zmian dotyczących przebiegu planowanych tras oraz do interpretacji i zmian niniejszego regulaminu.

Imprezę dofinansowano ze środków Powiatu Biłgorajskiego w Biłgoraju

