

## OTWARTY WOJEWÓDZKI RAJD NORDIC WALKING „CZTERY PORY ROKU” 2021 r.

### III (Sztafetowy) Rajd Nordic Walking o Puchar Starosty Powiatu Działdowskiego 2021r.

#### 1.Cel:

- upowszechnianie sportu jako zdrowego stylu życia w formie aktywnego wypoczynku.
- propagowanie rajdów Nordic Walking na terenie Gminy Iłowo-Osada, powiatu działdowskiego.
- edukacja poprzez sport.

#### 2.Data i miejsce: 16.10.2021r. godz.10:00 – stadion Narzym

Miejsce - Narzym Biuro zawodów czynne w dniu zawodów od godziny 9:00.

Program minutowy marszu Nordic Walking:

9:30 – zapisy

9:45 – rozgrzewka

9:55 – otwarcie zawodów

10:00 – start na dystansie 6000m.

11:30 – dekoracja

Zgłoszenia: sekretariat GOKiS w Iłowie-Osadzie, nr tel. 23 654 10 61 e-mail gok.ilowo@wp.pl

#### 3.Organizator:

Wójt Gminy Iłowo - Osada

Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Iłowie - Osadzie.

Warmińsko-Mazurskie Zrzeszenie LZS

#### 4.Dystans: 6 km. Jesienny Rajd Nordic Walking – Cztery Pory Roku

#### 5.Trasa rajdu: Trasa rajdu przebiega drogami leśnymi.

#### 6.Zawody sztafetowe:

Po przyjeździe trasy 6 km odbędą się zawody sztafetowe

W sztafecie bierze udział reprezentacja 4 osobowa - 2 kobiety, 2 mężczyzn  
3 kobiety, 1 mężczyzna  
4 kobiety

Zawodnicy startują na dystansie 4 x 1000m.

O zwycięstwie decyduje kolejność miejsc poszczególnych sztafet.

Rajd odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne. Uczestnicy mają obowiązek poruszani się tylko wytyczoną przez organizatora trasą oraz muszą bezwzględnie podporządkować się wszystkim poleceniom osób zabezpieczających trasę.

## **7.Nagrody:**

- puchary za zajęcie miejsca I – III dla ekip.
- medale okolicznościowe dla zawodników za zajęcie miejsca I – III.
- puchary dla poszczególnych ekip.
- medale dla uczestników rajdu.
- nagrody rzeczowe

## **8.Postanowienia końcowe:**

- uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora oraz na wykorzystywanie ich wizerunku.
- organizator zastrzega sobie prawo zmian, które zostaną podane do wiadomości w dniu zawodów.

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.

W zawodach mogą uczestniczyć wszyscy chętni, którzy posiadają aktualne badania lekarskie.

Organizator nie odpowiada za urazy i kontuzje poniesione przez uczestników przed, w trakcie i po zawodach.