

**II NIEPODLEGŁOŚCIOWY MARSZ NORDIC WALKING – 5 KM  
Z OKAZJI  
106 ROCZNICY ODZYSKANIA NIEPODLEGŁOŚCI PRZEZ POLSKĘ  
Dobra, 10.11.2024 (niedziela)**

**REGULAMIN**

**1. Cele zawodów:**

- uczczenie 106 Rocznic Odzyskania Niepodległości przez Polskę,
- popularyzacja marszu Nordic Walking jako najprostszej formy ruchu oraz rekreacji ruchowej, jako jednego z elementów zdrowego trybu życia,
- promowanie aktywności fizycznej świeżym powietrzem w okolicznościach lasu i przyrody,
- umożliwienie sprawdzenia swoich sił i możliwości w rywalizacji sportowej,
- zachęcenie mieszkańców Gminy Dobra i innych miejscowości do uprawiania rekreacji fizycznej,
- promowanie zdrowego odżywiania,
- przeciwdziałanie chorobom cywilizacyjnym: otyłość, miażdżyca, cukrzyca, nowotwory złośliwe, alergie i depresje,
- promowanie idei „Fair Play” czystej i uczciwej rywalizacji jako nadrzędnej wartości w sporcie i życiu codziennym.

**2. Organizator główny:**

Fundacja Aktywni Dobra

- polub fanpage Aktywni Dobra – bądź na bieżąco! - <https://www.facebook.com/AktywniDobra/>
- strona internetowa - <http://aktywnidobra.pl/>
- e-mail: [biuro@aktywnidobra.pl](mailto:biuro@aktywnidobra.pl)

Linki do filmu i zdjęć z poprzednich zawodów:

<https://www.facebook.com/Zachodniopomorska.TVR/videos/533182821656010/>

<https://www.facebook.com/AktywniDobra/>

<http://aktywnidobra.pl/>

**3. Współorganizatorzy:**

- Parafia Rzymskokatolicka p.w. Matki Bożej Królowej Świata w Dobrej
- Powiat Policki
- Nadleśnictwo Trzebież
- Sołectwo Dobra
- Lunar Media

**4. Patronat medialny**

- Dziennik Policki
- TVR Zachodniopomorska Telewizja Regionalna
- Lubuski Portal Biegowy – [www.lubuskiportal.fc.pl](http://www.lubuskiportal.fc.pl)
- Czystefoto

**5. Sponsorzy i partnerzy:**

- Maximus SPA w Dziwnówku
- Magnolia Gabinety Dentystyczne Police - dentysta, stomatolog, protezy, implanty
- Pracownia Fryzjerska DOLCE VITA w Dobrej
- INSTAL GROUP ŁUKASZ ŁUKIN
- PHU ARCHI Grzegorz Śliwiński
- MTQuad Wypożyczalnia Quadów
- Flixhome – domy prefabrykowane
- Skład Budowlany WODKAN w Dobrej
- Krawczyk Nieruchomości - Iwona i Michał Krawczyk
- MilkyWay Fotografia Ania Iwaszczyszyn
- Firma ENSINGER z Dobrej – producent części ze stali szlachetnej i tworzyw kompozytowych
- ANGIELSKI-DOBRA.PL
- ENGELS KLINKIER - cegła klinkierowa ręcznie formowana
- TENZI – profesjonalne środki czystości
- F.H.U. EL-GRAS – HURTOWNIA ELEKTRYCZNA - TOMASZ SKUPIŃSKI, GRZEGORZ WASILEWSKI
- Firma AR-Home+ komfort-ciepło-technologia
- Avipl Teresa Gutkowska – TRANSPORT – LOGISTYKA

- Piątnica - Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska
- Szkoła Pływania BOKOSPORT
- XS Studio Formy i Urody w Dobrej
- Bar u Urbana – Lubieszyn 21
- AX MED Normobaria Szczecin
- Restauracja Stylowa w Dobrej
- CDN Piotr Klepacz & Grzegorz Szotta w Dobrej
- Jumar Mierzyn
- 27 SMG ARCHITEKCI sp. z o.o.
- HiCOPY Szczecin
- Biuro Wystaw Targowych – BWT Mróz
- Wiodący Europejski operator logistyczny - Grupa FIEGE
- GF ENERGIA – Paliwa HURT DETAL – Łukasz Górski
- ECOWEST DEVELOPMENT
- MDO GROUP
- Gospodarstwo Rolne - Zbigniew Lwowski z Dobrej
- Lunar Media
- Niwińska-Sarkiewicz – projektowanie ogrodów i wnętrz
- Wielobranżowa Spółdzielnia Inwalidów SELSIN w Szczecinie
- JARO – TRANSPORT & LOGISTICS
- Stowarzyszenie Synergia
- Djadisevents - oprawa muzyczna
- Tweetpol Marcin Barszcz- Instalacje elektryczne
- Pizza Peperoni w Dobrej
- PNEUMAT PIOTR MATYSIAK
- Pracownia Ceramiki „Pani Glinka”

## **6. Imprezy towarzyszące:**

### **III Niepodległościowe Biegi Przelajowe dla Dzieci w 12-ch kategoriach wiekowych:**

- D1 – przedszkolaki (3-4 latka) - dziewczęta – rocznik – 2021-2020 – 150 m – limit – 30 miejsc – godz. 12:10
- D2 – przedszkolaki (3-4 latka) - chłopcy – rocznik – 2021-2020 – 150 m - limit – 30 miejsc – godz. 12:20
- D3 – przedszkolaki (5-6 latka) - dziewczęta – rocznik – 2019-2018 – 250 m - limit – 50 miejsc – godz. 12:30
- D4 – przedszkolaki (5-6 latka) - chłopcy – rocznik – 2019-2018 – 250 m - limit - 50 miejsc – godz. 12:40
- D5 – klasy I-II (7-8 lat) - dziewczęta – rocznik – 2017-2016 – 350 m - limit - 60 miejsc – godz. 12:50
- D6 – klasy I-II (7-8 lat) - chłopcy – rocznik – 2017-2016 – 350 m - limit - 60 miejsc – godz. 13:00
- D7 – klasy III-IV (9-10 lat) - dziewczęta – rocznik – 2015-2014 – 500 m - limit - 60 miejsc – godz. 13:10
- D8 – klasy III-IV (9-10 lat) - chłopcy – rocznik – 2015-2014 – 500 m - limit - 60 miejsc – godz. 13:20
- D9 – klasy V-VI (11-12 lat) - dziewczęta – rocznik – 2013-2012 – 700 m - limit - 30 miejsc – godz. 13:35
- D10 – klasy V-VI (11-12 lat) - chłopcy – rocznik – 2013-2012 – 1000 m - limit - 30 miejsc – godz. 13:45
- D11 – klasy VII-VIII (13-14 lat) - dziewczęta – rocznik – 2011-2010 – 700 m - limit - 20 miejsc – godz. 13:55
- D12 – klasy VII-VIII (13-14 lat) - chłopcy – rocznik – 2011-2010 – 1000 m - limit - 20 miejsc – godz. 14:00

### **II Niepodległościowy Bieg Przelajowy – 5 km w kategorii kobiet i mężczyzn - start - godz. 14:30.**

## **7. Odbiór pakietów:**

- 07.11.2024 r. (czwartek) – XS Studio Formy i Urody w Dobrej, ul. Kameliowa 19 – godz. 17:00-20:00
- 08.11.2024 r. (piątek) – XS Studio Formy i Urody w Dobrej, ul. Kameliowa 19 – godz. 17:00-21:00
- 09.11.2024 r. (sobota) – XS Studio Formy i Urody w Dobrej, ul. Kameliowa 19 – godz. 17:00-20:00
- 10.11.2024 r. (niedziela) – biuro zawodów od godz. 10:00

## **8. Termin i miejsce:**

- Dobra, 10.11.2024 r. (niedziela)
- Start do Niepodległościowego Marszu Nordic Walking – 5 km – godz. 13:30
- Kompleks Sportowy w Dobrej przy ul. Sportowej 9

## **9. Zasady uczestnictwa:**

- w zawodach może wziąć udział każdy pełnoletni zawodnik, który: zgłosi się do marszu przy pomocy formularza zgłoszeniowego oraz podpisze oświadczenie o marszu na własną odpowiedzialność (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095),
- zawodnicy w wieku poniżej 18 lat (którzy w dniu marszu nie osiągnęli jeszcze pełnoletniości) zobowiązani są do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem,
- uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora oraz na wykorzystanie ich wizerunku w celu promocji Niepodległościowego Marszu Nordic Walking na dystansie 5 km w Dobrej oraz dokumentowania zawodów.

## 10. Zgłoszenia/zapisy:

Zgłoszenia należy dokonać drogą elektroniczną poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego,

link do rejestracji poniżej:

<http://aktywnidobra.pl/>

## 11. Termin zgłoszeń/opłaty:

- do 28.10.2024 do godz. 23:59 – opłata 40,00 zł
- od 29.10.2024 do 03.11.2024 do godz. 23:59 – opłata 60,00 zł
- od 04.11.2024 r., zapisy w dniu zawodów w biurze zawodów – opłata 80,00 zł (Kompleks Sportowy w Dobrej przy ul. Sportowej 9) od godz. 10:00 - jeśli wcześniej nie zostanie osiągnięty limit miejsc **(100 osób opłaconych)** i nie gwarantujemy otrzymania pamiątkowego, wyjątkowego i niepowtarzalnego medalu niepodległościowego

**Opłaty po zapisaniu na II Niepodległościowy Marsz Nordic Walking prosimy dokonać, najpóźniej w ciągu 48 godz. na konto:**

Fundacja Aktywni Dobra, ul. Kameliowa 19, 72-003 Dobra - nr konta: 19 1090 2806 0000 0001 5794 3003

W tytule wpłaty prosimy podać:

**Nazwisko i imię z dopiskiem: II Niepodległościowy Marsz Nordic Walking – 5 km**

- np. Kowalski Jan - II Niepodległościowy MNW w Dobrej – 5 km

UWAGA:

Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.

Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dokument potwierdzający tożsamość.

- zgłoszenie jest ważne po dokonaniu opłaty startowej
- organizator ogłasza limit startujących – **100 osób (opłaconych)**

## 12. Dystans oraz trasa marszu:

Dystans – 5 km, trasa płaska, będzie przebiegać wewnątrz i poza Kompleksem Sportowym w Dobrej przy ul. Sportowej 9 (100% - miękkie podłoże).

## 13. Klasyfikacja końcowa i nagrody:

- każdy uczestnik marszu otrzyma pamiątkowy niepodległościowy odlewany medal,
- wśród wszystkich uczestników, którzy ukończą marsz rozlosowane zostaną nagrody rzeczowe/ vouchery,
- klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn (I-VI miejsce) dyplomy, puchary/statuetki,
- w kategorii kobiet i mężczyzn - Mundurowi dla Niepodległej (I-III miejsce) dyplomy, puchary/statuetki, (Państwowa Straż Pożarna, Ochotnicza Straż Pożarna, Służba Więzienna, Policja, Straż Graniczna i Wojsko Polskie)
- w kategorii kobiet i mężczyzn z Gminy Dobra (I-III miejsce) dyplomy, puchary/statuetki,
- najmłodsza uczestnik – dyplom, puchar,
- najmłodszy uczestnik – dyplom, puchar,
- najstarsza uczestniczka – dyplom, puchar,
- najstarszy uczestnik – dyplom, puchar,

## 14. Pakiet startowy:

- każdy uczestnik marszu otrzyma pamiątkowy, wyjątkowy i niepowtarzalny medal niepodległościowy,
- każdy uczestnik marszu otrzyma w pakiecie startowym: numer startowy, agrałki, karteczkę startową z imieniem i nazwiskiem, którą należy oddać po przekroczeniu linii mety dla sędziego, butelka wody mineralnej, bon na posiłek regeneracyjny: ciepła zupa, pieczywo, herbata oraz owoce – szwedzki stół.
- organizator zapewni uczestnikom bezpłatną fotorelację zdjęciową - **fanpage Aktywni Dobra**
- wśród wszystkich uczestników, którzy ukończą marsz rozlosowane zostaną nagrody rzeczowe/vouchery.

## 15. Zasady finansowania:

- koszty organizacji pokrywa organizator

## 16. Postanowienia końcowe:

- zawody odbywać się będą bez względu na warunki atmosferyczne,
- obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników,
- organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki,
- organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec Uczestników Marszu. Jednocześnie informuje, iż nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w marszu,
- organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce,

decyzje personelu medycznego dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania marszu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne,

- uczestnik posiada aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w marszu lub podpisze własnoręcznie oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w marszu,
- młodzież poniżej 18 roku życia startuje za pisemną zgodą rodzica/opiekuna,
- organizator zastrzega sobie prawo do zmian w treści regulaminu oraz jego interpretacji,
- przepisanie pakietu możliwe jest do dnia 05.11.2023 r.,
- wszystkie kwestie sporne nie opisane w regulaminie rozstrzyga Organizator.

### **17. Rozpowszechnienie i udostępnienie wizerunku:**

- uczestnik wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo wizerunku. Uczestnik udziela Organizatorowi i podmiotom/partnerom współpracującym niewyłącznej, nieograniczonej terytorialnie i czasowo licencji na wykorzystanie utrwalonego wizerunku na następujących polach eksploatacji:
- utrwalanie i zwielokrotnienie jakąkolwiek znaną techniką oraz rozpowszechnianie w dowolnej formie,
- udostępnianie sponsorom oraz oficjalnym partnerom egzemplarza lub kopii, na której utrwalono wizerunek, w celu wykorzystania do promocji sponsora lub oficjalnego partnera w zakresie jego udziału w imprezie,
- wprowadzenie do pamięci komputera i do sieci multimedialnej, zwielokrotnianie zapisu utrwalonego wizerunku,
- publiczne wystawienie, wyświetlenie, odtwarzanie oraz nadawanie i reemitowanie, a także publiczne udostępnianie w taki sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i w czasie przez siebie wybranym,
- zamieszczanie i publikowanie w prasie, na stronach internetowych, plakatach i billboardach, emisja w przekazach telewizyjnych i radiowych,
- publikowanie zdjęć uczestnika z udziału w biegu w postaci zdjęć z trasy.

### **18. Kontakt:**

Dyrektor Społeczny III Niepodległościowych Biegów Przelajowych w Dobrej:  
Bogusław Kozioł, tel. 509989109, e-mail: [biuro@aktywnidobra.pl](mailto:biuro@aktywnidobra.pl)

Prezes Zarządu Fundacji Aktywni Dobra:  
Małgorzata Cibor, tel. 603716398, e-mail: [biuro@aktywnidobra.pl](mailto:biuro@aktywnidobra.pl)

Wiceprezes Zarządu Fundacji Aktywni Dobra:  
Bartosz Bryskiewicz, tel. 504573194, e-mail: [biuro@aktywnidobra.pl](mailto:biuro@aktywnidobra.pl)

Wiceprezes Zarządu Fundacji Aktywni Dobra:  
Dominika Trześniowska, tel. 660696914, e-mail: [biuro@aktywnidobra.pl](mailto:biuro@aktywnidobra.pl)