****

**REGULAMIN**

**GMINNEGO RAJDU ROWEROWEGO**

**dla mieszkańców Gminy Lądek**

**pod nazwą : „EKO-NIEDZIELA na rowerze”**

 **Cel rajdu:**

1. Propagowanie aktywnych form wypoczynku, zdrowego stylu życia

2. Stwarzanie warunków do aktywnego wypoczynku

3. Integracja wielopokoleniowa wśród uczestników

4. Obcowanie z naturą

**Organizator:**

GMINNY OŚRODEK KULTURY W LĄDKU

ul:Rynek 26,

62-406 Lądek

 Tel: 665 431 708, gokladek.pl , e-mail: gokladek@vp.pl

**Termin rajdu: 03.07.2022 ( niedziela) zbiórka na rynku w Lądku przy fontannie**

 **od 09.30 – 09.55 START godz: 10.00**

**trasa rajdu:**

**1.START – rynek w Lądku**

**2. Lądek - Dolany drogą 467 zjeżdżamy w drogą polną na wał ppowodziowy**

**3. dalej wałem do przeprawy promowej w Sługocinie**

**4. przeprawa promem przez rzekę, drogą polną w kierunku Zagórowa**

**5. kierujemy się na drogę w kierunku Lądu**

**6. zjazd z drogi polnej na asfaltową droga powiatowa nr 034021 w kierunku Lądu**

**7. za mostem w Lądzie zjazd w ul: Nadwarciańską ( do kościoła)**

**8. w Lądzie z ul: Klasztornej w prawo na drogę 467 zjazd do Parku w NPK w Lądzie**

**9.META – Ośrodku Edukacji przyrodniczej w Lądzie**

**Dystans rajdu ogółem: 25 km przewidziane są 3 przystanki na odpoczynek**

**Warunki uczestnictwa:**

1.Każdy uczestnik przed startem w rajdzie rowerowym ma obowiązek zapoznać się z regulaminem oraz wypełnić odpowiednią Kartę Zgłoszenia i złożyć ją w siedzibie organizatora rajdu do 20 czerwca 2022 r do godz: 15.00 ( wzory kart Zgłoszeń stanowią załącznik do regulaminu).

2. Osoby niepełnoletnie wyłącznie z kartą rowerową i muszą przedstawić pisemną zgodę rodziców/opiekunów prawnych na udział w rajdzie rowerowym. Obowiązkowo w kasku i kamizelce odblaskowej koloru żółtego lub zielonego

3. Osoby poniżej 15 roku życia mogą wziąć udział w rajdzie jedynie pod opieką rodziców/opiekunów którzy biorą za nich całkowita odpowiedzialność. Obowiązkowo w Kasku i w kamizelce odblaskowej koloru żółtego lub zielonego.

4.Uczestnicy rajdu ubezpieczają się we własnym zakresie

5.Udział w rajdzie rowerowym jest bezpłatny

6. Każdy uczestnik musi być wyposażony w zieloną koszulkę odblaskową i podstawowe wyposażenie roweru (sprawny hamulec i dzwonek, oświetlenie z tyłu i przodu) zgodne z obowiązującymi przepisami

**Zasady zachowania uczestników rajdu:**

Rajd będzie odbywać się przy nieograniczonym ruchu drogowym, uczestnicy muszą zachować szczególną ostrożność i znać zasady ruchu drogowego, wobec czego uczestnicy rajdu zobowiązani są do:

1. Przestrzegania Regulaminu rajdu rowerowego oraz obowiązkowego przestrzegania i podporządkowania się decyzjom kierownictwa rajdu oraz poleceniom osób kierującym ruchem
2. Ze względu na rekreacyjny charakter Rajdu oraz uczestnictwo w nim nieletnich nie dopuszcza się współzawodnictwa sportowego na trasie rajdu
3. **Rajd nie jest wyścigiem , więc ściganie się jest zabronione !!!**
4. Posiadanie sprawnego technicznie własnego roweru oraz wyposażenia zgodnego z obowiązującymi przepisami
5. Poruszanie się zgodnie z zasadami ruchu drogowego. Jadąc w kolumnie należy zachować odległość między rowerami 3-5 m, a przy zjazdach 15-30m
6. Liczba rowerów jadących w jednej kolumnie nie może przekraczać 15
7. Podczas jazdy w kolumnie należy zachować min 200 m odległości pomiędzy poszczególnymi grupami kolumny.
8. Każdy uczestnik rajdu zobowiązany jest do jazdy w równym tempie dostosowanym do prędkości innych uczestników, przy zachowaniu ostrożności należy jechać równo i spokojnie w szyku.
9. Przy zjazdach nie należy rozpędzać roweru, nie wolno wyprzedzać, należy kontrolować szybkość i hamowanie.
10. Każdy manewr na drodze musi być przeprowadzony z upewnieniem się o możliwości bezpiecznego jego wykonania oraz odpowiednio wcześniej zasygnalizowany.
11. Podczas postoju nie należy tarasować drogi. Postoje należy organizować poza jezdnią , na parkingu, łące, polanie.
12. Przed wyruszeniem kierownik rajdu omawia trasę przejazdu z uwzględnieniem miejsc niebezpiecznych , stwarzających zagrożenie.
13. Uczestnicy biorą udział w rajdzie na własną odpowiedzialność.

**Na trasie podczas rajdu zabrania się :**

1. Spożywania alkoholu i innych środków odurzających
2. Zaśmiecania trasy rajdu i miejsc przyległych
3. Niszczenia przyrody
4. Indywidualnej jazdy rowerem bez opiekuna
5. Niestosownego zachowania się
6. Zbaczania, oddalania z trasy bez zgody opiekuna, organizatora

 **Odpowiedzialność organizatora;**

1. Organizator Rajdu nie przyjmują odpowiedzialności za wypadki i szkody wynikłe w czasie rajdu, zarówno wobec uczestników jak i osób trzecich.
2. Udział w rajdzie rowerowym jest dobrowolny i każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność, niezależnie od warunków pogodowych zastanych na trasie.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zagubione podczas rajdu i za szkody wyrządzone przez uczestników
4. Organizator nie zapewnia miejsca do przechowywania rzeczy uczestników
5. Organizator przewiduje atrakcje (wyłącznie dla uczestników rajdu) na zakończenie : grill i inne niespodzianki

 **Podczas Rajdu organizator zapewnia:**

1. Pierwszą pomoc medyczną
2. Wodę mineralną posiłek na mecie
3. Zabezpieczenie przez Policję trasy Rajdu w newralgicznych miejscach, współdziałanie służb, organizatora z Policją tel.komórkowymi
4. Organizator decyduje o miejscach odpoczynku i czasie trwania odpoczynku.

 **Postanowienia końcowe:**

1. Wszyscy uczestnicy startując w rajdzie wyrażają zgodę na publikację ich wizerunków w relacjach z przebiegu rajdu , zamieszczonych w mediach oraz w materiałach promocyjnych organizatora
2. Udział w rajdzie jest równoznaczny z zapoznaniem się akceptacją niniejszego Regulaminu.
3. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora. W sprawach spornych decyzja organizatora jest decyzją ostateczną. Nieznajomość regulaminu nie zwalnia uczestnika od jego przestrzegania.
4. W przypadku złych warunków atmosferycznych ( ulewny deszcz, burza, wichura) rajd zostaje odwołany bez powiadomienia

LICZBA MIEJSC OGRANICZONA

KARTY ZGŁOSZENIA do odebrania w GOK w Lądku , ŚWIETLICY w Ciążeniu.