****

****

**REGULAMIN**

**GMINNEGO RAJDU ROWEROWEGO**

**dla mieszkańców Gminy Lądek**

**EKO NIEDZIELA na rowerze**

**„Pożegnanie lata 2023”**

**Cel rajdu:**

**1.** Poznanie uroków naszej Gminy

2. Propagowanie aktywnych form wypoczynku, zdrowego stylu życia

3. Stwarzanie warunków do aktywnego wypoczynku

4. Aktywne zagospodarowanie czasu wolnego

**Organizator:**

**Gminny Klub Cyklisty**  działający przy GOK w Lądku

GMINNY OŚRODEK KULTURY W LĄDKU

ul: Rynek 26,

62-406 Lądek

Tel: 603 812 827 lub 665 431 708 , e-mail: [gokladek@vp.pl](mailto:gokladek@vp.pl) , fb Gminny Ośrodek Kultury w Lądku

**Termin rajdu: 17.09.2023 ( niedziela) zbiórka przy fontannach na rynku w Lądku**

**od 14.00 – 14.15 START godz: 14.15**

**trasa rajdu: tereny gminy Lądek**

**1.START – Rynek przez Ląd ,( 467)**

**2. Ląd – Marina Ląd**

**3. Marina Ląd – Policko**

**4. Policko – Ciążeń/ Małe co nieco**

**5.Dziedzice - Borki**

**6.Borki - Jaroszyn (drogą przy A2)**

**7. zjazd na stadion w Lądku - META**

**Dystans rajdu ogółem: 19,2 km/ odpoczynki na trasie min 3 x (Marina w Lądzie , Dziedzice,stadion )**

**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 14 września 2023 r do godz: 15.00 ( wzory kart Zgłoszeń stanowią załącznik do regulaminu).

2. Osoby niepełnoletnie wyłącznie z kartą rowerową oraz pisemną zgodą 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 całkowitą 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/żółtą koszulkę odblaskową i podstawowe wyposażenie roweru (sprawny hamulec i dzwonek, oświetlenie z tyłu i przodu) zgodne z obowiązującymi przepisami, wodę.

**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. Zabezpieczenie przez Policję trasy Rajdu w newralgicznych miejscach, współdziałanie służb, organizatora z Policją tel. komórkowymi
2. 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.

LICZBA MIEJSC OGRANICZONA

KARTY ZGŁOSZENIA :

- do odebrania w GOK w Lądku

- na stronie internetowej: gokladek.pl