

REGULAMIN REKREACYJNEGO MARSZU NORDIC WALKING

„Marsz Nordic Waling – rekreacja w zgodzie z naturą”

I. Cel imprezy

- Promocja **aktywnego i zdrowego** trybu życia.
- Popularyzacja techniki **nordic walking** jako formy rekreacji.
- Integracja **społeczności lokalnej** i rodzin.
- Propagowanie **turystyki pieszej** oraz walorów przyrodniczych regionu.

II. Organizator

- Organizatorem marszu jest Centrum Edukacji Ekologicznej w Ełku.

V. Warunki uczestnictwa

- Marsz ma charakter **otwarty** dla wszystkich chętnych.
- Osoby niepełnoletnie mogą startować wyłącznie za **zgoda rodzica** lub pod opieką dorosłych.
- Każdy uczestnik startuje na **własną odpowiedzialność** i potwierdza dobry stan zdrowia, oświadcza to podpisując listę obecności.
- Warunkiem startu jest posiadanie **własnych kijów** do nordic walking, bądź wypożyczenie z biura CEE w Ełku.

VI. Bezpieczeństwo na trasie

- Uczestnicy poruszają się zgodnie z przepisami **Kodeksu Drogowego** (jeśli trasa przecina drogi publiczne).
- Obowiązuje zakaz **biegania** oraz skakania z kijami.
- Należy zachować **bezpieczny odstęp** (minimum 1,5–2 metry), aby nie uderzyć nikogo kijem.
- Na trasie obowiązuje bezwzględny zakaz **śmiecenia** oraz niszczenia przyrody.
- Zabrania się udziału osobom pod wpływem **alkoholu** lub innych środków odurzających.

IX. Postanowienia końcowe

- Marsz odbywa się bez względu na **warunki atmosferyczne** (z wyłączeniem klęsk żywiołowych).
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za **rzeczy zagubione** lub pozostawione bez opieki.
- Udział w marszu oznacza zgodę na **publikację wizerunku** (zdjęcia, wideo) w celach promocyjnych.
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy wyłącznie do **Organizatora**.