



# 52. Festiwal Chodu i Nordic Walking

## Puchar Poczty Polskiej

Gdańsk , 26 sierpnia 2017r.

Gdańsk, 2017r.

### REGULAMIN

#### BEZPŁATNY PROLOG „Chód z Listonoszem”

##### I. ORGANIZATOR

1. Organizatorem PROLOGU „Chód z Listonoszem” w ramach 52. Festiwalu Chodu i Nordic Walking - Puchar Poczty Polskiej jest KL „LECHIA” Gdańsk 80-221 Gdańsk, ul. Traugutta 29; tel. 48 58/344-16-93; t. mob. +48 501 642 013; e-mail: s.lange@onet.pl
2. Współpraca: Miasto Gdańsk i Województwo Pomorskie, Radio Gdańsk, Trojmiasto.pl.
3. Strona internetowa [www.kl-lechia.pl](http://www.kl-lechia.pl) ; [www.biegdominika.com/Puchar Poczty Polskiej](http://www.biegdominika.com/Puchar_Poczty_Polskiej)

##### II. ZAŁOŻENIA OGÓLNE

Celem Festiwalu Chodu jest promowanie prozdrowotnych aspektów chodu wśród różnych grup społecznych oraz zachęcenie do rekreacji fizycznej osób nieaktywnych sportowo. Zapraszamy **Rodziców z Dziećmi, Młodzieży i Osoby Starsze**, którzy cenią aktywny wypoczynek stworzymy do udziału w **Prologu „Chód z Listonoszem” na dystansie 1000m**. Do udziału zachęcamy wszystkich, którzy mogą maszerować, w tym z kijkami/nordic walking.

**Nie ma opłat startowych w Prologu. Pierwszych zapisanych 600 osób na STARCIE otrzyma koszulkę promocyjną, w której wystąpi w Chodzie. Na mecie pierwszych 600 osób otrzyma Pakiet regeneracyjny. Po Prologu odbędzie się losowaniu nagród z kart startowych wrzuconych do pojemników.** W Marszu nie przewidujemy indywidualnych zwycięzców. Zwycięzcami będą wszyscy, którzy dołączą do nas, staną na starcie i osiągną metę marszem. „Chód z Listonoszem” poprowadzą sportowcy w tradycyjnych strojach listonoszy. Uczestnicy mogą przekazać dobrowolną wpłatę / sugerowana kwota 10 zł / na cel charytatywny ustalony przez Radio Gdańsk !

##### III. TERMIN i MIEJSCE

1. 52. Festiwal Chodu - Puchar Poczty Polskiej odbędzie się **26 sierpnia 2017r./sobota/; g.13:00-18:00**  
**14:35 - Start BEZPŁATNEGO PROLOGU „Chodu z Listonoszem”**
2. START i META: Podwale Staromiejskie przy Pomniku Tym co za polskość Gdańska
3. DŁUGOŚĆ TRASY: 1000m /1 x pętla o długości 1000 m/
4. OPIS TRASY: Pętla prowadzi ulicami: Podwale Staromiejskie, Tartaczna, Osiek, Refektarska, Stolarska, Igielnicka i zamyka się na wysokości Pomnika. Trasa płaska o przewyższeniu 0m. Podłoże: 100% asfalt.
5. LIMIT CZASU: W Prologu „Chód z Listonoszem” limit czasu pokonania trasy wynosi 20 minut !! Uczestnicy ustawiają się na starcie kolejno wg własnych osiągnięć w strefach startowych wyznaczonych przez Organizatora.

#### IV. ZASADY UCZESTNICTWA

1. W „Chodzie z Listonoszem” mogą startować wszyscy bez względu na wiek !!
2. Wszyscy uczestnicy zostaną zweryfikowani w Biurze Biegu, gdzie odbiorą Kartę Startową.
3. **Pierwszych zapisanych 600 osób na STARCIE Chodu otrzyma w Biurze koszulkę promocyjną, w której są zobowiązani wziąć udział w Chodzie. Pierwszych 600 osób na mecie otrzyma Pakiet regeneracyjny. Kartę Startową na mecie należy wrzucić do przygotowanych pojemników. Z Kart losowane będą liczne upominki dla uczestników.**
4. Podczas weryfikacji każdy uczestnik/-czka/ musi złożyć podpis pod oświadczeniem o braku przeciwwskazań lekarskich i starcie w Marszu na własną odpowiedzialność. Każdy uczestnik/-czka/ zobowiązany jest podpisać przy weryfikacji w Biurze Festiwalu oświadczenie marketingowe. Udział w Prologu „Chód z Listonoszem” jest równoznaczny z wyrażeniem zgody na wykorzystanie danych osobowych i wizerunku uczestników w mediach przez Organizatora, Partnerów i Sponsorów 52.Festiwalu Chodu i Nordic Walking - Puchar Poczty Polskiej.

#### V. ZGŁOSZENIA i OPŁATY- **bez opłat wpisowych !!**

1. Zgłoszenia do Prologu „Chód z Listonoszem” przyjmowane są drogą elektroniczną poprzez arkusz zgłoszeniowy na stronie [www.domtel-sport.pl/zgloszenia/spis\\_masowe.php](http://www.domtel-sport.pl/zgloszenia/spis_masowe.php) lub na stronie [www.biegdominika.com /Puchar Poczty](http://www.biegdominika.com/PucharPoczty) do 25.08.2017r. lub fizycznie w terminie do **26.08.2017r.**
2. **Uczestnicy Prologu „Chód z Listonoszem” nie wnoszą opłat startowych !!**
3. **Uczestnicy przy odbiorze koszulki i karty startowej proszeni są o przekazanie dobrowolnej minimalnej kwoty np. 5-10 zł na cel charytatywny ustalony przez Radio Gdańsk S.A.**
4. Po dokonaniu zgłoszenia Organizator umieści nazwisko i imię na liście startowej.
5. Dla osób zgłoszonych powyżej 600 osób Organizator nie gwarantuje koszulki !
6. Koszulki nie odebrane w Biurze Festiwalu do **godziny 14:00 w dniu 26 sierpnia 2017r.** zostaną przekazane kolejnym osobom oczekującym na udział w Prologu.
7. Zgłoszenia do Chodu Kobiet i Mężczyzn oraz Młodzików i Juniorów wg odrębnych regulaminów.

#### VI. BIURO FESTIWALU i MIEJSCE ODBIORU KOSZULEK

1. Biuro: w miejscu Festiwalu /Zespół Szkół Łączności, ul. Podwale Staromiejskie/
  - **25 sierpnia 2017r.; godz. 15:00 - 21:00**
  - **26 sierpnia 2017r.; godz. 09:00 - 14:00**
2. Prolog odbędzie się bez pomiaru czasu.
4. Koszty organizacyjne pokrywa Organizator. Koszty osobowe uczestnictwa zawodnicy.
6. Organizator zabezpiecza ubezpieczenie ogólne NNW i OC.
6. Organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej weryfikacji Regulaminu.

#### VII. KLASYFIKACJE i NAGRODY

1. Pierwszych zapisanych 600 osób na STARCIE Chodu otrzyma pamiątkową koszulkę.
2. Pierwszych 600 osób na mecie Chodu otrzyma Pakiet regeneracyjny.
3. Po „Chodzie z Listonoszem” z Kart Startowych wrzuconych na mecie do pojemników odbędzie się losowanie upominków /upominki firmowe Poczty Polskiej, gadżety elektroniczne, inne/.

**Dyrektor Festiwalu**  
**Stanisław Lange**