

REGULAMIN RAJDU ROWEROWEGO W RAMACH AKCJI „Tydzień dla zdrowia”

1. Cel imprezy:

- 1.1. Upowszechnienie jazdy na rowerze jako formy rekreacji i aktywnego wypoczynku
- 1.2. Zapoznanie dzieci z historią i walorami krajobrazowymi i gospodarczymi najbliższej okolicy
- 1.3. Praktyczne utrwalenie wiedzy z zakresu przepisów ruchu drogowego
- 1.4. Pogłębienie umiejętności jazdy na rowerze

2. Organizator imprezy:

Nauczyciele Wychowania Fizycznego Gimnazjum nr 1 w Piekoszowie

3. Osoby odpowiedzialne za organizację:

Opara Grzegorz, Śladkowski Marcin, Jarosław Haczekwicz

4. Termin i miejsce:

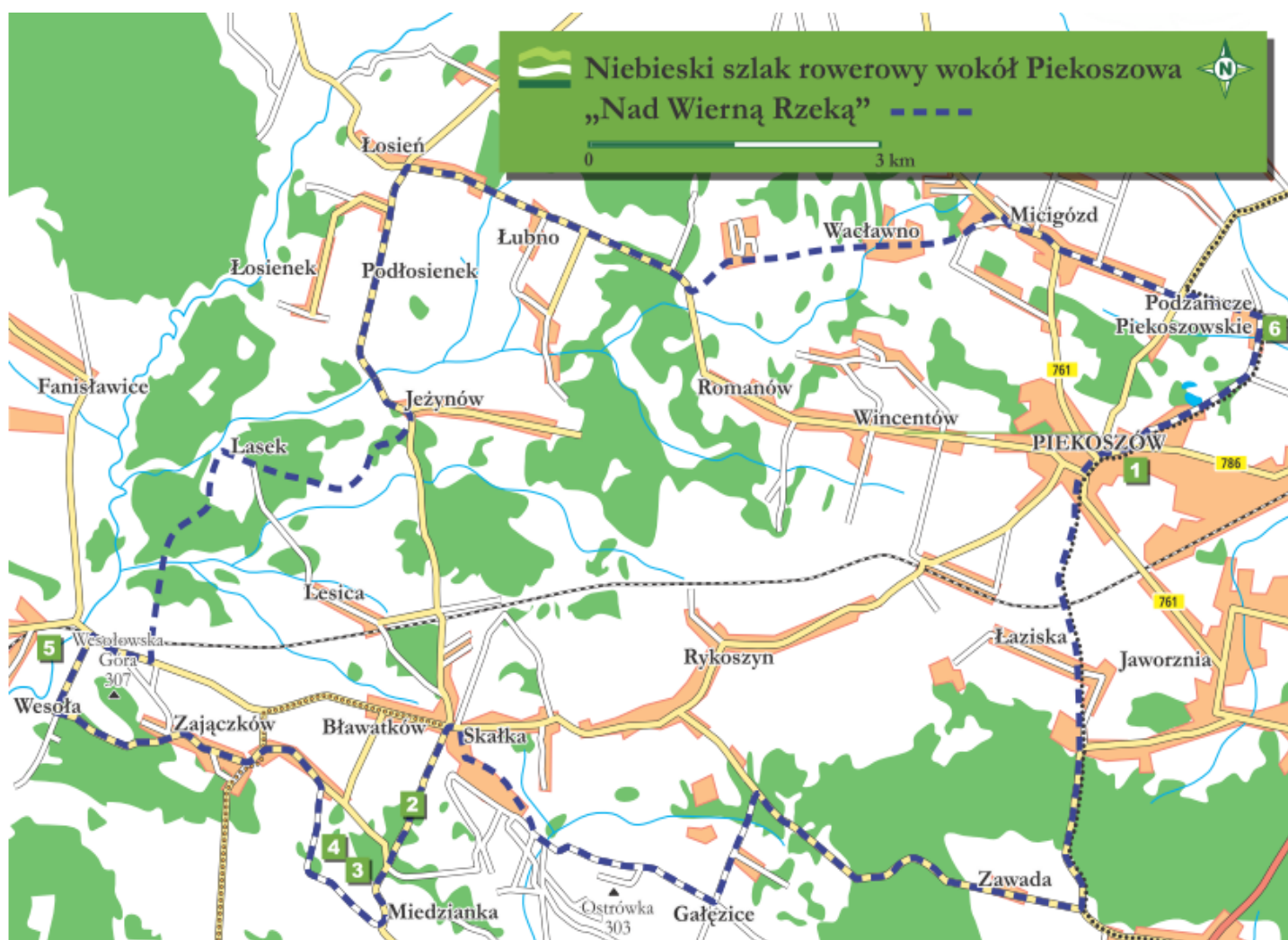
13-05-2015 r., Piekoszów

5. Przebieg:

Piekoszów – Łaziska – Zawada – Miedzianka – Zajązków – Wierna Rzeka – Łosienek – Lubno –
Micigózd – Podzamcze Piekoszowskie – Piekoszów (40 km)

Poziom trudności: **łatwy**,

Czas przejazdu: **ok. 3 godz.**



6. Zasady uczestnictwa:

- 6.1. W Rajdzie mogą uczestniczyć uczniowie Gimnazjum nr 1 w Piekoszowie znajdujący się na **Liście uczestników rajdu rowerowego (Załącznik nr 1)** posiadający sprawny rower zgodnie z wymogami i przepisami o ruchu drogowym.
- 6.2. Każdy uczestnik Rajdu musi posiadać kartę rowerową lub inny dokument upoważniający do kierowania rowerem na drogach publicznych.
- 6.3. Warunkiem uczestnictwa jest posiadanie przez uczestników rajdu niezbędnej wiedzy i umiejętności poruszania się po drogach.
- 6.4. Wszystkich uczestników Rajdu obowiązuje przestrzeganie przepisów Kodeksu Drogowego, o ochronie przyrody, przepisów przeciwpożarowych na terenach leśnych i innych, oraz poleceń organizatorów i służb porządkowych wyróżnionych koszulkami w odmiennym kolorze.
- 6.5. W czasie startu, na całej trasie a także w czasie zakończenia, uczestników obowiązuje kulturalne, sportowe zachowanie, nie zaśmiecanie otoczenia.
- 6.6. Wskazane jest, aby każdy z uczestników dokonał podstawowego przeglądu roweru przed udziałem w rajdzie.
- 6.7. Każdy uczestnik zobowiązany jest do zabezpieczenia przed kradzieżą swojego roweru. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne kradzieże.
- 6.8. Odpoczynki w trasie powinny występować po przejechaniu 10-15 km, ale nie jest to normą i zależy od możliwości grupy.
- 6.9. Łączna ilość przebytych kilometrów w ciągu 1 dnia nie powinna przekraczać 50 km.
- 6.10. Po zakończeniu wycieczki, każdy uczestnik po powrocie na teren szkoły, niezwłocznie udaje się do miejsca swojego zamieszkania.
- 6.11. Zgłoszenie udziału do organizatorów tylko i wyłącznie na karcie zgłoszenia (**Załącznik nr 2**).

7. Zasady poruszania się po drogach publicznych w czasie trwania rajdu:

- 7.1. Liczebność - 2 opiekunów na grupę 10-13 uczniów (zgodnie z prawem o ruchu drogowym w kolumnie rowerów nie może jechać więcej niż 15 osób), odległość jadących kolumn rowerzystów powinna wynosić min. 200 metrów.
- 7.2. Wszyscy uczniowie muszą posiadać kartę rowerową.
- 7.3. Prowadzący wycieczkę jedzie na początku, za nim najslabsi w grupie, następnie pozostali uczniowie, drugi opiekun jedzie na końcu grupy.
- 7.4. Tempo jazdy powinno być dostosowane do możliwości najslabszego uczestnika;
- 7.5. Odstępy pomiędzy jadącymi do 3-5 m, a przy zjazdach 15-30 m;
- 7.6. Uczestnicy wycieczki jadą jeden za drugim (nie wolno jechać obok siebie), jak najbliżej prawej krawędzi drogi, zgodnie z przepisami ruchu drogowego;
- 7.7. W trakcie jazdy należy dostosować prędkość do swoich umiejętności oraz sytuacji na drodze, a przy zjazdach przestrzegać zakazu wyprzedzania
- 7.8. Opiekun wycieczki posiada apteczkę pierwszej pomocy oraz narzędzia do ewentualnej naprawy rowerów, także zapasowe dętki i wentyle oraz pompkę;
- 7.9. Uczestnicy powinni posiadać ubiór odpowiedni do jazdy oraz kask ochronny na głowę;
- 7.10. W przypadku zmęczenia, awarii lub złego samopoczucia każdy uczestnik powinien poinformować kierownika i niezwłocznie zatrzymać się usuwając na prawą stronę z toru ruchu.
- 7.11. Podczas awarii roweru można go wziąć na hol stosując mocny sznurek o długości 3-4 metrów, jednym końcem przywiązujemy go do roweru holującego (do ramy przy siodełku), a drugi koniec należy okręcić o kierownicę roweru holowanego, aby odłączenie było jak najprostsze.
- 7.12. Holowania powinna dokonywać osoba silna i tylko przez kilka km, później powinna nastąpić zmiana.

7.13. Podczas jazdy w lesie należy zwracać szczególną uwagę na gałęzie i wystające korzenie.

7.14. Przejścia dla pieszych pokonujemy pieszo, przeprowadzając rower.

8. Zabrania się uczestnikom rajdu rowerowego:

8.1. Jazdy bez trzymania co najmniej jednej ręki na kierownicy roweru oraz nóg na pedałach,

8.2. Zajeżdżania drogi innym uczestnikom rajdu i użytkownikom drogi,

8.3. Zwalniania lub zatrzymywania bez uzasadnionej przyczyny,

8.4. Wyprzedzania innych uczestników rajdu,

8.5. Wjeżdżania na chodniki utrudniając poruszanie się pieszym.

9. Zgłoszenia:

9.1. Zgłoszenia przyjmowane są przez nauczycieli wychowania fizycznego w formie pisemnej zgody rodziców na udział dziecka w rajdzie (**Załącznik nr 2**)

9.2. Udział w rajdzie jest równoznaczny z zapoznaniem się i akceptacją niniejszego regulaminu.

9.3. **Organizator, wszystkie osoby z nim współpracujące, a także osoby związane z przeprowadzeniem i organizacją rajdu rowerowego nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpią przed, w trakcie lub po rajdzie w wyniku zachowań niezgodnych z powyższym regulaminem oraz przepisami o ruchu drogowym. A tym samym uczestnicy oraz ich opiekunowie prawni ponoszą pełną odpowiedzialność cywilną i prawną za wszystkie powstałe szkody.**

9.4. Uczestnik może zostać wykluczony z udziału w trakcie trwania Rajdu w wyniku niedostosowania się do poleceń organizatorów oraz opiekunów, nieprzestrzegania regulaminu jak i przepisów o ruchu drogowym.

9.5. Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w zgłoszeniu dla potrzeb organizacji Rajdu Rowerowego, zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 roku o ochronie danych osobowych. (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926 z późn.zm.)

9.6. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora. W sprawach spornych decyzja Organizatora jest decyzją ostateczną. Nieznajomość regulaminu nie zwalnia uczestnika od jego przestrzegania.

10. Przewidywany harmonogram Rajdu Rowerowego:

8:15 – zbiórka przy ZPO w Piekoszowie,

8:30 – wyjazd spod szkoły na trasę rajdu,

12.00 – organizacja ogniska,

13:00 – przyjazd do szkoły.

Nieprzestrzeganie powyższego regulaminu może spowodować konsekwencje w postaci obniżenia oceny z zachowania i wykluczenia z późniejszych imprez turystyczno-krajoznawczych.

Lista uczestników rajdu rowerowego:

1. Termin i miejsce:

13-05-2015 r., Piekoszów

2. Przebieg:

Piekoszów – Łaziska – Zawada – Miedzianka – Zajączków – Wierna Rzeka – Łosienek – Łubno –
Micigózd – Podzamcze Piekoszowskie – Piekoszów (40 km)

Ja niżej podpisany oświadczam, iż zapoznałem się z regulaminem Rajdu rowerowego i zobowiązuję się do jego przestrzegania.

LP.	Nazwisko i imię	podpis uczestnika
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		

**KARTA ZGŁOSZENIA DLA OSOBY NIELETNIEJ
RAJD ROWEROWEGO W RAMACH AKCJI
„Tydzień dla zdrowia”**

Wyrażam zgodę na udział osoby niepełnoletniej – mojego dziecka

Dane rodzica:

Nazwisko i imię:

PESEL:

Zam:.....

tel. kontaktowy rodziców

Wyrażam zgodę na jazdę mojego dziecka bez kasku ochronnego

wpisać TAK lub NIE

na udział w Rajdzie Rowerowym, który odbędzie się w dniu 13 maja 2015 r.

Jednocześnie oświadczam, że regulamin rajdu jest mi znany i akceptuję go.

(Regulamin znajduje się na stronie internetowej Gimnazjum nr 1 w Piekoszowie <http://gimnazjum.zpopiekoszow.pl> lub jest dostępny w sekretariacie szkoły ZPO nr 1 w Piekoszowie)

.....
(data i czytelny podpis rodzica lub opiekuna)

1. Nazwisko: (uczestnika – dziecka)

.....

2. Imię (imiona):.....

3. Data ur.

4. Adres: kod, miejscowości, ulica, nr domu/mieszkania

.....

5. PESEL.....

6. tel. kom. (uczestnika – dziecka).....

W wyniku zachowań niezgodnych z Regulaminem Rajdu oraz przepisami o ruchu drogowym organizator, wszystkie osoby z nim współpracujące, a także osoby związane z przeprowadzeniem i organizacją rajdu rowerowego nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpią przed, w trakcie lub po rajdzie. A tym samym uczestnicy oraz ich opiekunowie prawni ponoszą pełną odpowiedzialność cywilną i prawną za wszystkie powstałe szkody. Przez akceptację niniejszej deklaracji uczestnik zrzeka się prawa dochodzenia prawnego lub zwrotnego od organizatora lub jego zleceniobiorców w razie wypadku lub szkody związanej z rajdem w wyniku tych zachowań. Przyjmuję do wiadomości, że w razie wypadku nie mogę wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora. Przyjmuję do wiadomości, że należy przestrzegać zarządzeń służb porządkowych oraz warunków regulaminu rajdu. Zgadzam się z warunkami uczestnictwa w rajdzie mojego dziecka. Przyjmuję do wiadomości i wyrażam zgodę na to, że zdjęcia i nagrania filmowe z Rajdu Rowerowego mogą być wykorzystane przez organizatora. Zobowiązuję się do odebrania niezwłocznie mojego dziecka z trasy rajdu które swoim zachowaniem nie przestrzega Regulaminu lub przepisów o ruchu drogowym zgodnie z pkt 9.4 Regulaminu. Swym podpisem potwierdzam, że zapoznałem/am się ze wszystkimi warunkami regulaminu rajdu oraz wypełniłem formularz zgłoszeniowy zgodnie z prawdą oraz kompletnie. Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w zgłoszeniu dla potrzeb organizacji Rajdu Rowerowego, zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 roku o ochronie danych osobowych. (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926 z późn.zm.)

.....
(data i czytelny podpis rodzica lub opiekuna)