



## REGULAMIN WĘDRÓWKI SZLAKAMI KOSZARAWY WRZESIEŃ 2020

### I Organizator

1. Organizatorem Rajdu jest Gminny Ośrodek Kultury w Koszarawie zwany dalej GOK.
2. Współorganizatorem rajdu jest Wójt Gminy Koszarawa. Koło Gospodyń Wiejskich, Sołtys, Koło PTTK Koszarawa, Ochotnicza Straż Pożarna Koszarawa.
3. Do opracowania trasy wędrowki i jego poprowadzenia GOK wyznacza osoby koordynujące.
4. Osoby koordynujące zadbają o utrzymanie spokojnego, rekreacyjnego tempa wędrowki.
5. W przypadku zaistnienia niekorzystnych warunków atmosferycznych lub innych sytuacji Organizator Wędrowki może zmienić trasę lub rozwiązać Wędrowkę, informując o tym uczestników.

### II Nazwa imprezy i termin

1. Nazwa: II Wędrowka Szlakami Koszarawy Wrzesień 2020.
2. Termin: 13-IX-2020 roku
3. Start: Szkoła Podstawowa w Koszarawie Cichej godz. 14.00
4. Meta: ognisko na terenie Gminnego Ośrodka Kultury, godz. 17.00 ÷ 19.00
5. Trasa: Szlak Piwny, Chatka Studencka, Przyborów – Kościół.
6. Podstawiony autokar w Przyborowie ok godz. 17.00 zabiera uczestników wyprawy pod GOK Koszarawa.

### III Cele rajdu

1. Propagowanie aktywnych form wypoczynku w gronie rodzinnym oraz zdrowego trybu życia.
2. Integracja międzypokoleniowa społeczności lokalnej poprzez sport, turystykę i rekreację.
3. Popularyzacja turystyki górskiej, krajoznawstwa i ochrony środowiska na terenie gminy Koszarawa.

### IV Uczestnictwo

1. Uczestnictwo w Rajdzie jest bezpłatne.
2. Warunkiem uczestnictwa jest brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w imprezie.
3. Dzieci do lat 12 mogą brać udział w Wędrowce wyłącznie pod opieką rodzica lub innego pełnoletniego opiekuna, a dzieci i młodzież od 13 do 18 lat na podstawie pisemnej zgody rodziców lub opiekunów prawnych (w karcie zgłoszenia) i na ich pełną odpowiedzialność.
4. Zainteresowane osoby proszone są o zgłaszanie uczestnictwa do GOK telefonicznie tel. **33 8639 372** lub mailowo [gok@gokkoszarawa.pl](mailto:gok@gokkoszarawa.pl). (wraz z kartą zgłoszenia stanowiącej załącznik do regulaminu) **do 08 września 2020 r.**
5. **Bezwzględny warunkiem udziału w Wędrowce jest również wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych w celu organizacji i przeprowadzenia Wędrowki oraz zgody na wykorzystanie wizerunku (zgoda na przetwarzanie danych osobowych i zgoda na wykorzystanie wizerunku potwierdzone są na Karcie Zgłoszenia).** W przypadku osób niepełnoletnich zgody za nich podpisują rodzice lub prawni opiekunowie.

## **V Inne postanowienia**

1. Uczestnicy biorą udział w Wędrówce na własną odpowiedzialność. Uczestnicy nie są ubezpieczeni przez Organizatora. Mogą oni ubezpieczać się dobrowolnie we własnym zakresie.
2. Uczestnicy Wędrówki ponoszą odpowiedzialność prawną i materialną za poniesione lub spowodowane szkody.
3. Uczestnicy przed wyruszeniem otrzymają słowne informacje o przebiegu trasy z uwzględnieniem miejsc niebezpiecznych, stwarzających zagrożenia, o zaplanowanych miejscach bezpiecznego postoju na odpoczynek, posiłek i poznawanie regionu.
4. Uczestnicy Wędrówki powinni zaopatrzyć się we własnym zakresie w wodę, prowiant na drogę oraz właściwy ubiór.
5. Uczestnicy Wędrówki zobowiązani są do posiadania dokumentu tożsamości.
6. Organizacja wędrówek górskich powinna spełniać następujące warunki:
  - a) uczestników należy stopniowo wprowadzać w coraz wyższe rejony górskie i na trasy o wyższej skali trudności,
  - b) prowadząc grupę w góry uwzględniamy normy wynikające z przesłanek fizjologicznych, dotyczących dystansu, czasu marszu i obciążenia wszystkich uczestników.
7. W czasie trwania wędrówki wszyscy uczestnicy podporządkują się nakazom i poleceniom prowadzącego.
8. Poruszamy się według ustalonego porządku:
  - a) przewodnik idzie pierwszy, nikt nie może go wyprzedzać, on dyktuje tempo marszu,
  - b) uczestnicy idą „gęsiego” w odstępach 1,5 do 2 metrów lub gdy teren na to pozwala, w luźnym szyku po kilka osób obok siebie,
  - c) grupę zamyka opiekun grupy. Za tą osobą nie należy pozostawać,
  - d) grupa nie powinna rozciągać się na długiej przestrzeni.
9. Na zboczach stromych, oślizgłych najsprawniejsi turyści znajdują się na początku i na końcu grupy, pomagając mniej sprawnym.
10. Przy schodzeniu w dół po stromych zboczach i w terenie skalnym należy zwracać uwagę na każdorazowe ustawienie stopy. Nigdy nie zbiegamy w dół.
11. W sytuacjach trudnych nie wzniesamy paniki, rygorystycznie podporządkowujemy się poleceniom prowadzącego wędrówkę:
  - a) mgła – w razie zgubienia szlaku turystycznego cofamy się całą grupą do ostatniego znaku,
  - b) burza – całą grupą schodzimy poniżej grani i przeczekujemy burzę (uczestnicy pozbywają się metalowych przedmiotów, okrywają się pelerynami i w pozycji kucznej przeczekują burzę),
  - c) załamanie pogody (silne ochłodzenie, grad, opady śniegu z deszczem)- schodzimy całą grupą do najbliższego schroniska lub osiedla albo docieramy do planowanego celu najbliższą, najłatwiejszą drogą,
  - d) lęk przestrzeni – pomagają oddelegowani doświadczeni uczestnicy w pokonywaniu niebezpiecznego odcinka – nie dopuszczamy do paniki.
12. W razie wypadku osobom udającym się po pomoc dokładnie określamy miejsce wypadku i rodzaj obrażenia. Wzywamy GOPR. Nigdy nie wolno zostawiać rannego samotnie, nawet gdy znajdujemy się w łatwym terenie górskim. Udzieliwszy poszkodowanemu pierwszej pomocy oczekujemy spokojnie ratowników GOPR –u.
13. W trakcie Wędrówki jego organizatorzy, uczestnicy i media wykonują filmy i zdjęcia uczestników do celów kronikarskich. Uczestnictwo w Wędrówce oznacza zgodę na publikację wizerunku uczestnika na zdjęciach lub filmach.
14. Uczestnictwo w Wędrówce oznacza akceptację Regulaminu Wędrówki.
15. Interpretacja niniejszego Regulaminu należy wyłącznie do Organizatora Wędrówki.
16. **Zobowiązuje się uczestników Wędrówki do przestrzegania aktualnych przepisów sanitarno – epidemiologicznych w związku z pandemią COVID-19. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne skutki oddziaływania korona wirusa. Uczestnicy Wędrówki zobowiązani są do posiadania maseczek ochronnych.**