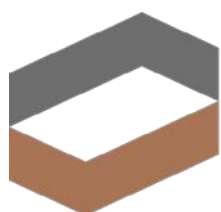


Festiwal Różnej Aktywności Fizycznej

Żyj Zdrowo i na sportowo

Atrakcje dla dzieci i dorosłych

Sponsor Strategiczny



KGHM
POLSKA MIEDŹ

REGULAMIN

Wszystkie urządzenia są dostępne 15-16 czerwca od 9.00 do 21.00
– wstęp wolny.

Uczestnicy Mistrzostw zgodnie z programem otrzymają pamiątkowe upominki.
Zwycięzcy w poszczególnych konkurencjach (ergometry wioślarskie, tory przeszkód,
triathlon, piłka nożna) otrzymają specjalne nagrody
(I miejsce kobiet/ dziewcząt i I miejsce mężczyzn/ chłopców)

Biuro zawodów znajdować się będzie na terenie festiwalu. Biuro przyjmuje zgłoszenia do udziału w Mistrzostwach oraz pisemne oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność.
Za osoby niepełnoletnie biorące udział w zawodach pisemną zgodę podpisuje opiekun.

Sobota 15.06

10.30

Piramida Zdrowia

Porady dotyczące zdrowego stylu życia - odżywianie
konsultanci firmy Wellness Patrycja Niedbalska, Maciej Kupś

13.00 – 15.00

Otwarte Mistrzostwa na Ergometrach

Test Wioślarski zostanie przeprowadzony na urządzeniu o nazwie ergometr wioślarski.
Polega na tym, aby przepłynąć wyznaczony dystans 200 metrów w jak najkrótszym czasie.
Zwycięzcą zostaje zawodnik/zawodniczka, który pokona dystans 200 m i osiągnie najlepszy czas.

15.00 – 17.00

Otwarte Mistrzostwa na Torze Przeszków

Zawodnicy startują po dwie osoby.

Zwycięzcą zostaje zawodnik/zawodniczka, który pokona tor przeszków w jak najkrótszym czasie.

17.00

Trening z Fitness & Squash Complex

Trening mający na celu pokazanie, że trening można zrobić zawsze i wszędzie, dlatego nie warto szukać wymówek ! Czekamy na Ciebie! Udział w treningu oznacza brak przeciwwskazań do ćwiczeń.

Niedziela 16.06

10.30

Piramida Zdrowia

Porady dotyczące zdrowego stylu życia - odżywianie

konsultanci firmy Wellness Patrycja Niedbalska, Maciej Kupś

13.00 – 15.00

Otwarte Mistrzostwa w Piłce Nożnej

Mecze odbywają się w systemie „jeden na jeden”. Zwycięzcą zostaje zawodnik/zawodniczka, który w czasie 2 minut, zdobędzie większą ilość goli. Zwycięzca przechodzi do następnego etapu, gdzie będzie walczył ze zwycięzcą kolejnej „dwójki”, aż do wyłonienia finalisty.

15.00 – 17.00

Otwarte Mistrzostwa w Triathlonie

Pływanie 1 konkurencja

Zostanie przeprowadzone na urządzeniu o nazwie ergometr wioślarski. Polega na tym, aby przepłynąć wyznaczony dystans 300 m w jak najkrótszym czasie, następnie przejdzie pływanie do 2 kolejnej konkurencji

Jazda rowerem

Odbywać się będzie na rowerze stacjonarnym. Polega na tym, aby przejechać wyznaczony dystans 1 km w jak najkrótszym czasie i po pokonaniu wyznaczonego dystansu przejdzie do 3 konkurencji

Bieganie

Polega na tym, aby przebiec wyznaczony dystans 200 m w jak najkrótszym czasie.

W zmaganiach jednocześnie weźmie udział 3 zawodników. Zwycięzcą zostanie ten zawodnik, który uzyska najlepszy czas na mecie.

17.00

Strong by Zumba.

Strong by Zumba to efektywny program treningowy zawierający ćwiczenia kardio, ćwiczenia wzmacniające oraz elementy sztuk walki perfekcyjnie zsynchronizowany z muzyką. Zajęcia poprowadzi certyfikowany instruktor STRONG BY ZUMBA Magda Sanojca. Udział w treningu jest jednoznaczny z brakiem przeciwwskazań do treningu.

18:00 Pierwsze oficjalne zawody triathlonowe F&S COMPLEX.

Każdy uczestnik oświadcza, że zapoznał się z regulaminem zawodów i akceptuje jego warunki.

Wyraża zgodę na wykorzystywanie danych osobowych zawartych na karcie zgłoszeniowej (zgodnie z warunkami określonymi w rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE) przez Organizatora w zakresie i przez okres niezbędny dla organizacji, przeprowadzenia i promocji zawodów, wyłonienia zwycięzców i odbioru nagród (cel przetwarzania). Przetwarzanie danych, obejmuje także publikację wizerunku

zawodnika, imienia i nazwiska wraz z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje, jego kategorię wiekową, płeć, uzyskany podczas zawodów wynik – w każdy sposób, w jaki publikowana lub rozpowszechniana będzie taka informacja dla potrzeb organizacji zawodów. Zawodnik oświadczam, że jest świadomy zagrożeń, ryzyka i obciążeń fizycznych jakie wiążą się ze startem w zawodach. Jest świadomy swojego stanu zdrowia, tym samym że nie istnieją żadne przeciwwskazania medyczne do wzięcia udziału w zawodach, bierze w nim udział dobrowolnie, ponosząc z tego tytułu pełną i wyłączną odpowiedzialność. Zobowiązuje się zachować szczególną ostrożność i swoim postępowaniem nie stwarzać zagrożenia dla innych uczestników zawodów. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za uczestników biegu, którzy nie poinformowali o złym stanie zdrowia, który uniemożliwiłby udział w imprezie.

Organizator nie zapewnia Uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci lub szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem Uczestnika w imprezie, oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności

Podane dane osobowe będą być udostępniane innym odbiorcom, tj. podwykonawcom naszych usług, którzy przetwarzają dane osobowe na zlecenie Administratora i wyłączanie zgodnie z jego zaleceniami we wskazanym celu i zakresie [powierzenie danych osobowych do przetwarzania na podstawie art. 28 ust. 3 RODO]. Podane dane osobowe nie będą przekazywane do państwa trzeciego, ani nie będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany w tym również w formie profilowania. Administratorem danych jest: SPORT GÓRSKI JERZY GÓRSKI, ul. PIASTA KOŁODZIEJA 12/5, 67-200 GŁOGÓW, NIP: 693 134 18 87