

## REGULAMIN BIEGU „ SURVIVAL TEAM CHALLENGE – WARRIOR STICK 2” 17.06.2018r.

### I. CELE IMPREZY

- integracja osób uprawiających różne aktywności fizyczne
- propagowanie współpracy, odpowiedzialności, wysiłku fizycznego i dobrej zabawy
- promowanie filipińskich sztuk walk

### II. ORGANIZATOR

Stowarzyszenie Szkoła Sztuk Walki i Samoobrony KOBRA

Koordinator Arkadiusz Górek tel. 609-051-879, prowadzi zapisy wyłącznie telefonicznie

### III. CHARAKTERYSTYKA

Wydarzenie nastawione na dobrą zabawę, do której pretekstem jest wysiłek fizyczny. Na trasie 5 km. znajdują się przeszkody, które weryfikują sprawność, kondycję, siłę i odporność psychiczną uczestników. Można pokonać całą trasę dwukrotnie. Biegnie się parami wybranymi przez siebie lub dobranymi przez organizatora. Najmłodszy pokonują trasę całą grupą i są prowadzeni przez pilota-opiekuna

### IV. TERMIN I MIEJSCE IMPREZY

Początek i koniec biegu znajduje się w lesie na terenie prywatnym w Jasienicy Mazowieckiej. Wyzwanie podejmujemy w niedzielę 17. 06. 2018 r. o godz. 12:00. Dla ułatwienia dotarcia do celu ustalamy miejsce zbiórki uczestników na parkingu PKP w Jasienicy o 11:00, skąd wspólnie przetransportujemy się samochodami do punktu startu.

### V. PRZESZKODY

Na trasie biegu znajdują się przeszkody, których liczba i stopień trudności będzie zaskoczeniem:

a) naturalne: błoto, woda, wzniesienia, drzewa, piach

b) sztuczne: ćwiczenia, zadania i wiele niespodzianek

Istnieje ryzyko urazów, skaleczeń, otarć ciała oraz nie unikniemy zmoczenia i ubrudzenia.

### VI. UCZESTNICTWO

- w imprezie mogą brać udział osoby, które zgłoszą chęć uczestnictwa u koordynatora
- stan zdrowia i przygotowania fizycznego powinien być odpowiedni do tego typu wysiłku
- osoby od 16 lat biorą udział na własną odpowiedzialność czym poświadczają podpisem odpowiedniego oświadczenia przed startem.
- osoby do 16 lat biegną na odpowiedzialność rodziców, którzy potwierdzają udział dziecka podpisem na oświadczeniu i mogą towarzyszyć im podczas wyzwania na całej trasie
- udział jest bezpłatny, ale limit miejsc jest ograniczony do 70 osób

### VII. ŚWIADCZENIA

- każdy otrzyma pamiątkowy medal
- na miejscu ognisko, drobny poczęstunek, herbata
- zapewniamy wyposażoną apteczkę

### VIII. KLASYFIKACJA

- nie prowadzimy pomiaru czasu i nie ważna jest kolejność
- liczy się dobra zabawa i dotarcie do mety z uśmiechem na twarzy