



REGULAMIN III RAJDU ROWEROWEGO - GRYBÓW I OKOLICE

Rajd Rowerowy – Grybów i okolice nie jest wyścigiem rowerowym. Rajd ma umożliwić poznanie pięknych zakątków Ziemi Grybowskiej oraz ukazać widoki na otaczające nas Beskidy i Tatry. Rajd będzie w większości przebiegał trasami gdzie został oznaczony Okrężny Szlak Rowerowy

Podczas rajdu obowiązuje całkowity zakaz spożywania napojów alkoholowych, używania słów uważanych powszechnie za wulgarne i obraźliwe. Podczas rajdu zaleca się także powstrzymanie od palenia papierosów.

TERMIN I TRASY

08 lipca 2018 roku

Trasy zostały wyznaczone większości po Okrężnym Szlaku Rowerowym po Ziemi Grybowskiej

Trasa A rekreacyjna ok. 25 km: Grybów, Biała Nizna, Stróże, Wilczyska, Chodorowa, Krużłowa Nizna, Stara Wieś, Ptaszkowa CSZ

Trasa B średnio - zaawansowana ok. 40 km: Grybów, Biała Nizna, Stróże, Wilczyska, Wojnarowa, Korzenna, Trzycież, Koniuszowa, Piątkowa, Nowy Sącz, Kamionka Wielka, Ptaszkowa CSZ

Trasa C zaawansowana ok. 60 km: Grybów, Ptaszkowa CSZ Okrężnym Szlakiem Rowerowym po Ziemi Grybowskiej

ORGANIZATOR

PTG „SOKÓŁ –ŚWIAT PRACY” Oddział Miasta Grybów i Gminy Grybów i Centrum Sportów Zimowych w Ptaszkowej.

ZGŁOSZENIA I INFORMACJE

Wszyscy uczestnicy wypełniają Kartę Zgłoszenia wraz z oświadczeniem o zapoznaniu się z regulaminem rajdu (o jego przestrzeganiu, o zgodzie na przetwarzanie danych osobowych do celów organizacyjnych rajdu) oraz oświadczeniem o dobrym stanie zdrowia. Dodatkowe oświadczenie podpisują rodzice lub opiekunowie osób, które nie ukończyły 18 – go roku życia. **Karta Zgłoszenia dostępna jest na FB - Sokół Grybów.**

ŚWIADCZENIA ORGANIZATORA

Udział jest płatny w dniu rozpoczęcia rajdu. **Zgłoszenia do 6 lipca.**

dzieci i młodzież szkolna oraz druhowie PTG „Sokół” – **5zł/os**

pozostali uczestnicy – **10zł/os**

osoby które zgłoszą się w dniu rajdu – **20zł/os**

Organizatorzy zapewniają:

- udział wozu technicznego na trasie wraz z pomocą w drobnych naprawach rowerów
- napoje chłodzące
- poczęstunek i wspólne grillowanie na zakończenie imprezy

WARUNKI UCZESTNICTWA

Każdy przed udziałem w rajdzie powinien zapoznać się z niniejszym Regulaminem, zaakceptować jego warunki wypełniając kartę zgłoszenia. Samodzielnie, w Rajdzie mogą wziąć udział osoby pełnoletnie. Dopuszcza się możliwość udziału osób niepełnoletnich tylko i wyłącznie pod opieką rodziców lub prawnych opiekunów, którzy podpisują odpowiednie oświadczenie w karcie zgłoszenia (wypełniając część B i C). Każda z osób biorąca udział w Rajdzie musi bezwarunkowo znać przepisy o Ruchu Drogowym. Osoby niepełnoletnie muszą posiadać kartę rowerową. Każdy z uczestnik rajdu oświadcza, że jego stan zdrowia umożliwia jazdę rowerem oraz że ponosi pełną odpowiedzialność za szkody wynikłe z własnego zachowania zarówno w stosunku do siebie jak i innych uczestników rajdu. Uczestnik rajdu powinien posiadać sprawny technicznie rower, który zapewni bezawaryjną jazdę po trasie rajdu. Rower powinien posiadać wyposażenie zgodnie z przepisami o Ruchu Drogowym,

a w szczególności: sprawne hamulce, światło z przodu (białe) i z tyłu (czerwone) oraz sygnał dźwiękowy. Dodatkowo należy zabrać ze sobą jedną zapasową dętkę i zestaw łątek. W przypadku nietypowego demontażu kół czy regulacji innych elementów roweru także odpowiednie narzędzia (mogą być przewożone w samochodzie technicznym). **Jazda obowiązkowo odbywa się w kasku rowerowym. Nieprzestrzeganie regulaminu, poleceń organizatora, postawy niezgodnej z celami rajdu może spowodować wykluczenie z przejazdu.**

SPOSÓB PRZEJAZDU

Trasa rajdu przebiegać będzie zarówno po drogach leśnych jak i po drogach publicznych w zależności od wariantu trasy. Poruszamy się w grupach nie liczniejszych niż 15-sto osobowe, w kolumnie (jeden za drugim) z bezwzględnym przestrzeganiem zasad Ruchu Drogowego. Każdy z uczestników zostanie przyporządkowany do odpowiedniej grupy. Nie będzie możliwości jej zmiany bez uzgodnienia z prowadzącym grupę. Jazda odbywa się w tempie wyznaczonym przez prowadzącego grupę. Zabrania się wyprzedzania innych uczestników rajdu jak również gwałtownego przyspieszania czy hamowania. W czasie jazdy odstęp pomiędzy rowerami w grupie powinien być nie większy niż 1 m. Odległość pomiędzy grupami powinna być nie mniejsza niż 200 m. O miejscu i czasie trwania odpoczynku grupy w trakcie jazdy decyduje przewodnik grupy w porozumieniu z jej uczestnikami. W razie awarii roweru, jakichkolwiek dolegliwości zdrowotnych czy innych sytuacji zmuszających do zatrzymania się należy niezwłocznie powiadomić prowadzącego grupę, który zdecyduje o dalszym postępowaniu. Rajd odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne. W związku z tym uczestnicy powinni posiadać ubranie przeciwdeszczowe przystosowane do jazdy rowerem.

ZALECENIA ORGANIZATORA

Strój uczestnika powinien zapewniać swobodę ruchu i wygodną jazdę, a także być dostosowanym do warunków atmosferycznych (np. okrycie przeciwdeszczowe, ciepła odzież, okulary przeciwsłoneczne, krem z filtrem UV).

Więcej informacji można uzyskać u organizatora pod numerami telefonu

508 102 633 dh Tomek lub **888 823 345 dh Jarek**