

# Regulamin Biegu WOŚP „Policz się z cukrzycą” i Marszu „Nordic Walking” 26 stycznia 2025 r.

## **I. Organizator:**

KS Start Pułaski Warka, Wareckie Morsy.

Współorganizatorzy i partnerzy: Sztab WOŚP w Warce, Gminna Instytucja Kultury „Dworek na Długiej”, Centrum Sportu i Rekreacji w Warce, KIFATO POLSKA.

## **II. Cel:**

Popularyzacja biegania wśród dorosłych, młodzieży i dzieci. Kształtowanie wiedzy na temat cukrzycy, zbiórka na zakup pomp insulinowych dla kobiet ciężarnych.

## **III. Termin i Miejsce:**

26 stycznia 2025 r., godzina 9:45. Start i meta na Skwerze Morsa, ul. Mostowa, Warka

## **IV. Trasa:**

ścieżki pieszo rowerowe wzdłuż Pilicy

## **V. Harmonogram:**

9:15 otwarcie biura biegu, rejestracja uczestników

9:30 rozgrzewka

9:45 bieg dzieci klasy 0-4 - 400 m

10:00 bieg dzieci klasy 5-8 - 1000 m

10:15 bieg dorosłych - 3 km

11:00 morsowanie z Wareckimi Morsami

## **VI. Uczestnictwo:**

Bieg lub marsz ma charakter symboliczny bez rywalizacji.

Udział w imprezie może wziąć każdy chętny po zapisaniu się w biurze biegu WOŚP.

## **VII. Dystanse:**

400 m dzieci klasy 0-4, 1000 m dzieci i młodzież klasy 5-8, dorośli 3 km, marsz – 3 km.

## **VIII. Upominki i Nagrody:**

Bieg lub marsz ma charakter symboliczny, każdy uczestnik otrzymuje po ukończeniu pamiątkowy medal oraz dyplom.

## **VIII. Postanowienia końcowe:**

- bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne;
- uczestnicy biorą udział na własną odpowiedzialność.