

WIRTUALNY BIEG KORCZAKA

Regulamin „Wirtualny Bieg Korczaka” dla dorosłych

- W „Wirtualnym Biegu Korczaka” mogą brać udział **tylko osoby** z opłaconym pakietem startowym na 3 Bieg Korczaka w konkurencji Nordic Walking na 5 km i Bieg na 5 km, które do dnia 04.04.2020 włącznie nie wycofają swojego udziału w 3 Biegu Korczaka zgodnie z Komunikatem Specjalnym z dnia 10.03.2020.
- Po 29.03.2020 ze strony:

<https://www.facebook.com/BiegKorczaka/> w poście „Numer Wirtualnego Biegu Korczaka 04.04.2020”

lub ze strony:

<http://soswdnr.pl/> należy pobrać wzór numeru startowego do samodzielnego wydruku (może być wydruk czarno-biały) i wpisać swoje imię i nazwisko oraz zaznaczyć konkurencję NW lub Bieg. Można też posiłkować się obrazem ze smartfona.

- **Wirtualny Bieg Korczaka jest tylko dla osób chętnych, które same poprzez zgłoszenie swoich wyników zgłoszą się do udziału w zabawie a przez to zgadzają się z Regulaminem „Wirtualnego Biegu Korczaka” i same udostępniają swoje dane osobowe i swój wizerunek.**
- W dniu 04.04.2020 należy przebiec w pojedynkę dystans 5 km lub przejść w pojedynkę z kijami 5 km (czyli konkurencje na którą dana osoba była zgłoszona w 3 Biegu Korczaka) oraz zrobić sobie zdjęcie z numerem startowym (**twarz może być zasłonięta**). Ważny jest tylko sam fakt przebiegnięcia lub przemaszerowania 5 km (czas nie jest istotny).
- Dystans należy pokonać najlepiej w pojedynkę (**mile widziane towarzystwo psów, kotów, tchórzofretek i innych zwierząt domowych wymagających spaceru na zewnątrz**) lub z najbliższą rodziną **pozostającą we wspólnym gospodarstwie domowym (maksymalnie 2 osoby)** z zachowaniem zasad obowiązujących w aktualnej sytuacji w kraju i przestrzegając aktualnych zaleceń Rządu Rzeczypospolitej Polskiej. Osoby poddane kwarantannie nie mogą brać udziału w biegu (chyba, że uczynią to w swoim domu!)
- **Nalegamy, aby dystans pokonać w przydomowym ogródku, w domu lub na bieżni. Ważne jest, aby zachować aktywność ruchową w tym trudnym dla Nas wszystkich czasie.**
- Do dnia 05.04.2020 do godz. 23:59 należy umieścić na stronie <https://www.facebook.com/BiegKorczaka/> pod postem „Wirtualny Bieg Korczaka 04.04.2020_NW/Bieg” w komentarzu zdjęcie (**twarz może być zasłonięta**) z podpisanym numerem startowym z hasztagiem #BiegKorczaka (plus ewentualnie nazwisko i imię albo inicjały) jeżeli nazwa profilu na fb tego nie zawiera)
- Do dnia 05.04.2020 do godziny 23.59 należy wysłać na adres mailowy marcin.hawrylak@soswdnr.pl maila zatytułowanego: **Nazwisko i Imię_Wirtualny Bieg Korczaka_NW lub Bieg** (np. Jan Kowalski_Wirtualny Bieg Korczaka_NW) z danymi:

- Imię i Nazwisko (wymagane):

- konkurencja (Bieg/NW):

- zdjęcie zegarka biegowego lub zrzut ekranu albo zdjęcie Aplikacji typu Endomondo i tym podobne w formacie jpg lub png (koniecznie w załączniku).

- zdjęcie zamieszczone na fb w formacie jpg lub png (koniecznie w załączniku).

- Każdy uczestnik Wirtualnego Biegu Korczaka po zweryfikowaniu dystansu, konkurencji, zdjęcia z komentarza i opłaty startowej 3 Biegu Korczaka otrzyma na maila dyplom z imieniem i nazwiskiem w formacie pdf do samodzielnego wydrukowania lub zachowania w formie pliku pdf.
- Wśród uczestników Wirtualnego Biegu Korczaka zostaną wylosowane 4 egzemplarze książki Marcina Lewandowskiego „Mój Bieg” z unikatową dedykacją dla uczestnika 3 Biegu Korczaka datowaną na 04.04.2020. Losowanie odbędzie się według klucza:

- 1 książka wylosowana zostanie wśród biegaczek,

- 1 książka wylosowana zostanie wśród biegaczy,

- 1 książka wylosowana zostanie wśród kijkarek,

- 1 książka wylosowana zostanie wśród kijkarzy,

Nagrody w postaci książek „Mój Bieg” Marcina Lewandowskiego ufundowało Stowarzyszenie na Rzecz Osób Niepełnosprawnych Ruchowo AMICUS, współorganizator 3 Biegu Korczaka. Zachęcamy do przekazania 1%, numer KRS 0000224754

- O trybie i dacie losowania poinformujemy po 05.04.2020.
- Każdy uczestnik z potwierdzonym dyplomem (wydrukowanym lub na smartfonie może ponadto uzyskać:

- 50% zniżki na badanie stóp w Pracowni Ortopedycznej Ortofach (ul. Cegielskiego 5c w Szczecinie, tel. 914856499, 914238200),

- 20% zniżki na pełną ofertę Cafe Venezia w Policach (ul. Roweckiego 5a w Policach, tel. 533 434 504)

Organizatorzy

SOSW Nr 1 dla Dzieci Niepełnosprawnych Ruchowo w Policach

Stowarzyszenie na Rzecz Osób Niepełnosprawnych Ruchowo AMICUS