*ZAŁĄCZNIK nr 3*

**REGULAMIN**

**MARSZU NORDIC WALKING w dniu 15 czerwca 2018 r.**

**w ramach CENTRALNEGO RAJDU PIONKOWSKIEGO Z OKAZJI 90-LECIA ZORGANIZOWANEGO RUCHU TURYSTYCZNEGO W ZAGOŻDZONIE - PIONKI**

**CEL**

1. Propagowanie Nordic Walking jako aktywnej formy wypoczynku wśród mieszkańców Pionek i okolic.

**TERMIN I MIEJSCE**

1. Marsz odbędzie się w dniu 15 czerwca 2018r. o godz. 10:00 .
2. Start przy siedzibie Nadleśnictwa Kozienice w Pionkach ul. Partyzantów 62, wyznaczona trasa będzie liczyła około 5,5 km.
3. Limit czasu na pokonanie trasy wynosi 1,5 godziny.
4. Uczestnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosownie do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.
5. Marsz będzie prowadzony w formie rekreacyjnej, bez klasyfikacji oraz mierzenia czasu uczestnikom. Obowiązuje jedynie limit na pokonanie trasy.
6. Uczestnicy mają obowiązek stosowania się do poleceń organizatora.

**PROGRAM**

10:00 – 10:10 Powitanie uczestników **MARSZU NORDIC WALKING – PIONKI 2018**

wraz z rejestracją.

10:10 – 10:15 Zajęcia rozgrzewające.

10:15 – 12:00 Wymarsz na trasę - „Czarną drogą” do Królewskich Źródeł.

12:00 – 14:00 Dotarcie na polanę.

14:00 Powrót do Pionek .