



# LEŚNA LIGA NORDIC WALKING 2025

## REGULAMIN

### 1. CEL IMPREZY

- 1.1. Upowszechnianie marszu Nordic Walking jako najprostszej formy rekreacji oraz aktywnego stylu życia.
- 1.2. Wspieranie aktywności ruchowej prowadzonej na świeżym powietrzu, w naturalnym leśnym środowisku.
- 1.3. Promocja walorów przyrodniczych i turystycznych lasów Nadleśnictwa Kwidzyn, miasta Kwidzyn, powiatu kwidzyńskiego, Gminy Sadlinki oraz Gminy Prabuty.

### 2. ORGANIZATOR: FUNDACJA AKTYWNIE PRZEZ LAS

### 3. PATRONAT HONOROWY: NADLEŚNICZY NADLEŚNICTWA KWIDZYN

### 4. PARTNERZY: MIASTO KWIDZYN, STAROSTWO KWIDZYN, GMINA SADLINKI, GMINA PRABUTY.

### 5. MIEJSCA SPOTKAŃ I TERMINY.

- 5.1. Arboretum Miłosna. Leśnictwo Miłosna – Miasto Kwidzyn.
  - Termin: **10 maja**
- 5.2. Wiata Koła Łowieckiego DANIEL. Leśnictwo Bogusz – Gmina Sadlinki.
  - Termin: **24 maja**
- 5.3. Parking leśny Stary Młyn (GPS 53.75218, 19.14911) - Leśnictwo Gonty – Gmina Prabuty.
  - Termin: **07 czerwca**
- 5.4. Parking Leśny Sadlinki (GPS 53.65346, 18.88949) - Leśnictwo Dziwno – Gmina Sadlinki.
  - Termin: **21 czerwca**
- 5.5. Wiata Koła Łowieckiego DANIEL. Leśnictwo Bogusz – Gmina Sadlinki.
  - Termin: **21 września**
- 5.6. Arboretum Miłosna. Leśnictwo Miłosna – Miasto Kwidzyn.
  - Termin: **4 października**

**UWAGA!** Starty do wszystkich w/w edycji odbędą się o godzinie 11:00.

### 5. WARUNKI UCZESTNICTWA

- 5.1. W marszu NW uczestniczyć mogą osoby niepełnoletnie – od rocznika 2011 i więcej.
- 5.2. Uczestnictwo osób niepełnoletnich wymagać będzie wyrażenia pisemnej zgody Opiekuna Prawnego.
- 5.3. Marsze odbywać się będą na ogólnych zasadach obowiązujących przy zawodach w wolnej formule, czyli bez udziału sędziów.
- 5.4. Każdy Uczestnik przed przystąpieniem do Marszu składa pisemne Oświadczenie (według wzoru Organizatora) o braku jakichkolwiek przeciwwskazań zdrowotnych oraz, że udział w Marszu bierze na własną odpowiedzialność.

### 6. BEZPIECZEŃSTWO I ZASADY OBOWIĄZUJĄCE UCZESTNIKÓW

- 6.1. Każdy Uczestnik Marszu akceptuje fakt, iż trasa przebiega ścieżkami leśnymi i drogami gruntowymi, które wymagają zachowania szczególnej ostrożności.
- 6.2. Marsz nie jest objęty ubezpieczeniem. Każdy Uczestnik powinien ubezpieczyć się indywidualnie na własny koszt, w szczególności od NNW.
- 6.3. Uczestnik podpisując Oświadczenie w związku z udziałem w Marszu zrzeka się roszczeń odnośnie dochodzenia odszkodowania od Organizatora w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu, czy odszkodowania z innego tytułu (zgodnie z zapisem w pkt. 5.4).



# LEŚNA LIGA NORDIC WALKING 2025

## REGULAMIN

### 7. POMIAR, LIMIT CZASU, LIMIT UCZESTNIKÓW

- 7.1. Pomiar czasu marszu mierzony będzie ręcznie przy użyciu zegara elektronicznego.
- 7.2. Limit czasowy ukończenia marszu wynosi około 1,5 godz. Uwaga! Kierujemy się zasadą, że czekamy na ostatniego uczestnika zawodów !
- 7.3. Marsze rozgrywane będą na pętłach o długościach od 6,0 do 8,0 km.
- 7.4. Limit uczestników w edycjach 1, 2, 3, 4, 5 = **50 osób**. W finałowej edycji limit = **70 osób**.

### 8. ZGŁOSZENIA, OPŁATA

- 8.1. Zgłoszenia i zapisy do poszczególnych edycji Marszów realizowane będą na stronie [www.datasport.pl](http://www.datasport.pl)
- 8.2. Opłata startowa za udział w Marszach edycji 1, 2, 3, 4, 5 = **40 zł**.
- 8.3. Opłata startowa za udział w finałowej 6 edycji Marszu = **60 zł**.
- 8.4. Opłata startowa nie podlega zwrotowi.
- 8.5. Zwrot opłaty startowej przysługuje tylko w przypadku odwołania Marszu przez organizatora.

### 9. ZASADY KLASYFIKACJI LEŚNEJ LIGI NW

- 9.1. W każdej edycji marszu pierwsza piątka uczestników na mecie (osobno w kategorii kobiet i mężczyzn) zdobywa: za I miejsce 15 pkt, za II - 14, za III -13, za IV - 12, za V - 11.
- 9.2. Uczestnicy uplasowani na pozostałych miejscach, tj. od VI do ostatniego, zdobywają po 10 pkt.
- 9.3. Prowadzona będzie także dodatkowa klasyfikacja w kategorii małżeńskiej.
- 9.4. O kolejności miejsc w całym cyklu decydować będzie największa ilość zdobytych punktów.
- 9.5. Zestawienie wyników Leśnej Ligi NW będą publikowane po każdej edycji na stronach: [www.biegiwlesie.pl](http://www.biegiwlesie.pl) ; oraz [www.facebook.com/aktywnieprzezlas](https://www.facebook.com/aktywnieprzezlas)

### 10. NAGRODY LEŚNEJ LIGI NW

#### 10.1. W pierwszych 5 edycjach marszów, organizator zapewnia:

- 10.1.1. Numer startowy
- 10.1.2. Pamiątkowy medal na mecie (każdy medal będzie tworzył 1 element całości składającej się z 6 części).
- 10.1.3. Posiłek regeneracyjny (zupa, kiełbaska i chlebek).
- 10.1.4. W przypadku pozyskania środków, wręczenie drobnych upominków.

#### 10.2. W ostatniej finałowej edycji marszu, organizator zapewnia:

- 10.2.1. Pakiet startowy z koszulką dla uczestników, którzy wystartowali wcześniej w co najmniej 3 edycjach.
- 10.2.2. Sportowe trofea dla pierwszej szóstki kobiet i mężczyzn całego cyklu w kategorii indywidualnej.
- 10.2.3. Sportowe trofea dla pierwszej szóstki całego cyklu w kategorii małżeńskiej.
- 10.2.4. Pamiątkowy medal (ostatni 6 element pełnego medalu leśnej ligi).
- 10.2.5. Sportowe niespodzianki i nagrody dla najaktywniejszych uczestników wszystkich 6 edycji.
- 10.2.6. W przypadku pozyskania środków, wręczenie drobnych upominków dla uczestników finałowej edycji.
- 10.2.7. Posiłek regeneracyjny (zupa, kiełbaska i chlebek), gorące napoje i coś słodkiego.



# LEŚNA LIGA NORDIC WALKING 2025

## REGULAMIN

### 11. POZOSTAŁE INFORMACJE I POSTANOWIENIA KOŃCOWE

11.1. Marsze rozegrane będą bez względu na warunki atmosferyczne.

11.2. Relacja z marszów, wyniki, galeria zdjęć, itp. udostępniane będą na stronach:

[www.biegiwlesie.pl](http://www.biegiwlesie.pl) ; [www.facebook.com/aktywnieprzezlas](https://www.facebook.com/aktywnieprzezlas)

11.3. Każdy Uczestnik podpisując Oświadczenie do udziału w Marszu wyraża zgodę na nieodpłatną publikację wizerunku, w szczególności wraz z podaniem imienia i nazwiska miejsca zamieszkania, roku urodzenia oraz klubu sportowego, w tym w relacjach z zawodów zamieszczonych w mediach, a także w reklamach, materiałach promocyjnych Organizatora, w tym na internetowych stronach www i w mediach społecznościowych.

11.4. Organizator wykorzysta przekazane mu dane osobowe, zgodnie z obowiązującymi przepisami, wyłącznie do celów związanych z realizacją Marszów, w szczególności w zakresie zapisów, podania wyników, na stronach : [www.facebook.com/aktywnieprzezlas](https://www.facebook.com/aktywnieprzezlas), [www.biegiwlesie.pl](http://www.biegiwlesie.pl) ; stronach o tematyce biegowej/sportowej oraz innych celach bezpośrednio związanych z organizacją i promocją zawodów, wyłonienia zwycięzców i przyznania nagród.

11.5. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas Marszów.

11.6. Przypadki nieuwzględnione w niniejszym Regulaminie rozstrzyga Organizator.

11.7. Kontakt z Organizatorem:

FUNDACJA AKTYWNIE PRZEZ LAS

e-mail: [aktywnieprzezlas@gmail.com](mailto:aktywnieprzezlas@gmail.com)

tel. 605-557-365