**REGULAMIN**

**„I Triathlonu Wigierskiego**”

przeprowadzonego w ramach projektu:

„**Ochrona zadrzewień - promocja rodzimych gatunków drzew północno - wschodniej Polski”,**  
dofinansowywanego przez Islandię, Lichtenstein, i Norwegię ze środków Mechanizmu Finansowego Europejskiego Obszaru Gospodarczego 2009-2014, realizowanego w ramach Programu PL02 - Ochrona różnorodności biologicznej i ekosystemów

**I.**

**Organizator**

Stowarzyszenie Centrum Aktywności Społecznej „PRYZMAT” z/s ul. Noniewicza 92, 16-400 Suwałki, tel. 087/ 5650258, kom. 600 435 144, 791 049 691

**II.**

**Termin**

**24 - 26 lipca 2015r**. piątek – sobota – niedziela, (24 lipca 2015r. – rajd pieszy, 25 lipca 2015r. – spływ kajakowy, 26 lipca 2015r. – rajd rowerowy)

**III.**

**Cele i założenia**

1. Edukacja uczestników w zakresie znaczenia i roli zadrzewień w kształtowaniu różnorodności biologicznej oraz zapoznanie z gatunkami drzew naturalnie występującymi na terenie północno - wschodniej Polski.

2. Promocja rodzimych gatunków drzew charakterystycznych dla terenów północno-wschodniej Polski.

3. Promocja walorów krajobrazowych, przyrodniczych i turystycznych regionu.

4. Popularyzacja turystyki pieszej i rowerowej, promocja aktywności fizycznej oraz zdrowego stylu życia.

**IV.**

**Informacje ogólne**

1. Za wstęp lub korzystanie z wartości przyrodniczych parku i urządzeń infrastruktury turystycznej pobiera się **opłaty w formie karty wstępu** (Rozporządzenie Ministra Środowiska z dnia 18 marca 2013 r. w sprawie parków narodowych lub niektórych ich obszarów, gdzie za wstęp pobiera się opłaty (Dz. U. z dnia 27 marca 2013 r.)). Do kontroli posiadania przez turystów kart wstępów upoważnieni są pracownicy Straży Parku i Służby Parku. **Organizatorzy zapewniają karty wstępu. Uczestnicy obowiązani są do ich okazywania w przypadku kontroli przez odpowiednie służby.**

2. Osoby przebywające na terenie parku zobowiązane są do przestrzegania przepisów dotyczących ochrony przyrody, a w szczególności ustawy z dnia 16 kwietnia 2004 r. o ochronie przyrody (Dz.U.2013.627 j.t.) z późniejszymi zmianami. **Organizatorzy przed rozpoczęciem imprezy pouczą uczestników w niezbędnym zakresie.**

**V.**

**Warunki uczestnictwa**

1. Każdy uczestnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem. Regulamin imprezy jest dostępny na stronie internetowej organizatora [www.drzewa.pryzmat.org.pl](http://www.drzewa.pryzmat.org.pl) lub w jego siedzibie pod adresem ul. Noniewicza 91, 16-400 Suwałki od poniedziałku do piątku w godz. 800-1600.

2. Osoby niepełnoletnie mające ukończone 15 lat muszą przedstawić pisemną zgodę rodziców lub opiekuna prawnego na udział w imprezie (druk stanowi załącznik do niniejszego regulaminu).

3. Osoby poniżej 15 roku życia mogą wziąć udział w rajdzie jedynie pod opieką rodzica lub opiekuna.

4. Udział w imprezie jest bezpłatny.

**VI.**

**Uczestnicy obowiązani są do**

1. Przestrzegania regulaminu oraz obowiązkowego podporządkowania się decyzjom organizatora na każdym etapie Triathlonu.

2. Przestrzegania bezwzględnie przepisów i zasad kodeksu ruchu drogowego.

3. Stosowania się do poleceń, zakazów i nakazów wydawanych przez organizatora, przewodnika, opiekunów poszczególnych grup oraz przedstawicieli WPN.

4. Posiadania dokumentu tożsamości (dowód osobisty / paszport / legitymacja szkolna).

5. Czas i miejsce odpoczynku wyznacza opiekun grupy.

6. Wszelkie niedyspozycje zdrowotne bezzwłocznie należy zgłaszać organizatorowi lub opiekunowi grupy.

7. Obowiązują zachowania proekologiczne.

8. Przemieszczania się zwartą grupą i niezbaczania z wyznaczonego szlaku.

9. Przy przekraczaniu jezdni / drogi opiekunowie grup zabezpieczają przejście i przeprowadzają grupę przez ten odcinek.

10. Tempo marszu nadaje opiekun grupy i jest ono dostosowane do tempa najwolniejszego uczestnika.

11. Jadąc w kolumnie należy zachować odległość miedzy rowerami 3-5 m, a przy zjazdach 15-30m.

12. Liczba rowerów jadących w jednej kolumnie nie może przekraczać 15.

13. Podczas jazdy w kolumnie należy zachować min. 200 m odległości pomiędzy poszczególnymi grupami kolumny.

14. Każdy uczestnik rajdu rowerowego zobowiązany jest do jazdy w równym tempie dostosowanym do prędkości innych uczestników, przy zachowaniu ostrożności, należy jechać równo i spokojnie w szyku.

15. Przy zjazdach nie należy rozpędzać roweru, nie wolno wyprzedzać. Należy kontrolować szybkość i hamowanie.

16. Każdy manewr na drodze musi być przeprowadzony z upewnieniem się o możliwości bezpiecznego jego wykonania oraz odpowiednio wcześniej zasygnalizowany.

17. Podczas postoju nie należy tarasować drogi. Postoje należy organizować poza jezdnią, na parkingu, łące lub polanie.

18. Przed wyruszeniem organizator omawia trasę przejazdu z uwzględnieniem miejsc niebezpiecznych, stwarzających zagrożenia.

19. Uczestnicy biorą udział w Triathlonie na własną odpowiedzialność.

20. Niespożywania alkoholu i innych środków odurzających.

21. Udzielać pomocy w razie potrzeby innym uczestnikom.

22. Podczas spływu kajakowego uczestnik ma obowiązek płynięcia w zapiętej kamizelce asekuracyjnej.

23. Dbać o powierzony sprzęt turystyczny.

24. Uczestnicy korzystający z rowerów własnych zobowiązują się do ich dostarczenia do miejsca startu najpóźniej w dniu rozpoczęcia imprezy tj. 24.07.2015r. do godz. 9.00.

Ponadto:

25. Każdy uczestnik we własnym zakresie, według indywidualnych potrzeb wyposaża się w: śpiwory (ewentualnie inne okrycie do spania), karimaty, materace, odzież i obuwie stosownie do warunków pogodowych (w tym płaszcze przeciwdeszczowe), środki higieny osobistej, preparaty przeciwsłoneczne.

26. Worki foliowe do zabezpieczenia bagażu podręcznego zabieranego przez uczestników do kajaków według indywidualnych potrzeb.

27. Organizatorzy zapewniają posiłki podczas imprezy szczegółowo opisane w dziale X regulaminu. Indywidualne potrzeby wykraczające poza zakres opisany w dziale X, uczestnicy zaspakajają we własnym zakresie.

28. Organizatorzy nie pokrywają wydatków związanych z dokonywaniem indywidualnych zakupów podczas każdego etapu imprezy (w tym również zakupów produktów spożywczych oferowanych przez okolicznych mieszkańców podczas spływu na rzece, np. kawy, herbaty, napoi, drożdżówek etc.).

**VII.**

**Organizatorzy gwarantują**

1. Karty wstępu na teren Wigierskiego Parku Narodowego.

2. Koszulki, czapki i chusty (z logiem projektu i organizatora) dla każdego uczestnika Triathlonu.

3. Opiekę przewodników.

4. 2 noclegi wraz z wyżywieniem (również wodę i suchy prowiant).

5. Sprzęt w postaci rowerów (również elektrycznych), kajaków, namiotów.

6. Kamizelki odblaskowe.

7. Kamizelki asekuracyjne.

8. Preparaty przeciw komarom i kleszczom.

9. Opiekę ratowników wodnych.

10. Opiekę ratownika medycznego.

11. Ubezpieczenie NNW.

12. Opis trasy.

13. Przewóz bagaży z miejsc startowych do miejsc noclegowych.

14. Dowóz rowerów z m. Krzywe do m. Studziany Las, z której rozpoczyna się rajd rowerowy.

**X.**

**Organizacja szczegółowa**

**1. Dzień I -** **24.07.2015r. -** rajd pieszy z m. Krzywe do m. Burdyniszki (ok. 10 km).

Trasa rajdu będzie wiodła ścieżkami edukacyjnymi (z przewodnikiem) i szlakami turystycznymi Wigierskiego Parku Narodowego i Ostoi Wigierskiej oraz krótkimi odcinkami dróg asfaltowych. **Organizatorzy zapewniają** **przewóz bagaży** (namiotów, śpiworów, etc.) z m. Krzywe do m. Burdyniszki. Przed wymarszem każdy z uczestników otrzyma wodę do picia.

**Szczegółowy plan dnia:**

**9.00 –** zbiórka w „Dziupli” – oznaczonym logiem imprezy miejscu ogniskowym zlokalizowanym przy siedzibie Wigierskiego Parku Narodowego w Krzywem. Rozpoczęcie imprezy: rejestracja uczestników, przedstawienie organizatorów i sponsorów imprezy, **rozdanie kart wstępu** **na teren Wigierskiego Parku Narodowego**, instruktaże związane z zasadami obowiązującymi podczas rajdu, omówienie zasad bezpieczeństwa podczas pokonywania krótkich odcinków dróg publicznych, sformowanie grup rajdowych.

**10.00** – wymarsz z m. w Krzywem do Starego Folwarku,

**14.00** – obiad w m. Stary Folwark,

**15.00** – zwiedzanie Muzeum Wigier,

**16.00** – odpoczynek (ścieżki edukacyjne przy Muzeum Wigier / plaża gminna / sklep – możliwość dokonania zakupów według indywidualnych potrzeb),

**17.00** – wymarsz z m. Stary Folwark do m. Burdyniszki,

**18.00** – zakwaterowanie w bazie noclegowej oraz polu namiotowym w m. Burdyniszki, rozstawianie namiotów (las - na miejscu, własne jezioro Mozguć - 300 m, Jezioro - Dowcień (300m), Wigry (1,5km), Pierty, Żubrowo, Białe, Kąpielisko, 300 m - Dowcień, 3km - Wigry PTTK, Rzeka - Czarna Hańcza (200 m), Sklep spożywczy - 1,5 km)

**19.00** – kolacja i spotkanie przy ognisku, pieczenie kiełbasek, omówienie planu na dzień II.

**2. Dzień II -** **25.07.2015r. –** spływ kajakowy z m. Burdyniszki do m. Studziany Las (ok. 20 km).

**Organizatorzy zapewniają** **przewóz bagaży** (namiotów, śpiworów, etc.) z m. Burdyniszki do m. Studziany Las. Spływ kajakowy rozpoczyna się we wsi Burdyniszki. Następnie biegnie przez miejscowości: Mikołajewo i Maćkowa Ruda. Po drodze liczne pola namiotowe (możliwość postoju w zależności od potrzeb). Na tym odcinku rzeka charakteryzuje się wysokimi szuwarami, podmokłymi brzegami oraz bogatą roślinnością przybrzeżną, nurt rzeki jest leniwy. Za Maćkową Rudą nurt przyśpiesza. Po drodze wsie Buda Ruska i Wysoki Most (rzeka biegnie pod mostem - droga Maćkowa Ruda - Pogorzelec). Za Wysokim Mostem rzeka wpływa do Puszczy Augustowskiej. Dalej miejscowość Ciemny Las, gdzie kończy się Wigierski Park Narodowy i Studziany Las, gdzie rzeka rozlewa się, nurt jest nadal bystry. **Przewidywane są przynajmniej 3 postoje w miejscach oznaczonych flagami masztowymi (Maćkowa Ruda, Buda ruska, Wysoki Most).**

**Szczegółowy plan dnia:**

**9.00 –** śniadanie na polu namiotowym w Burdyniszkach,

**10.00** **–** przygotowanie do wypłynięcia, wydanie suchego prowiantu, instruktaże związane z zasadami bezpiecznego zachowania na wodzie, sformowanie grup,

**11.00 – 18.00** – Czarna Hańcza – dokładny opis szlaku:

* Wodowanie kajaków na rzece Czarna Hańcza w pobliżu ujścia z jeziora Postaw,
* Maćkowa Ruda, most na drodze do Wysokiego Mostu. We wsi sklep.
* Wieś Buda Ruska. Kładka na drodze do Maćkowej Rudy. Budę Ruską założyli w XVIII w. staroobrzędowcy mieszkający w "budach" leśnych skąd nazwa miejscowości. Niżej po lewej stronie pole biwakowe.
* Ujście Pawłówki, dopływu łączącego 5 jezior.
* Wysoki Most. Pierwsza z trzech Stanic Wodnych PTTK "Wysoki Most". Dalej po prawej śródleśne pole biwakowe na wysokiej skarpie. Malowniczy odcinek rzeki wijącej się leniwie i cicho między kępami lasu, szerszej i węższej na przemian, z bogatą roślinnością przybrzeżną.
* Studziany Las, wieś na śródleśnej polanie z drewnianymi, kolorowo malowanymi ścianami chałup.

**18.00** – zakwaterowanie w bazie noclegowej oraz polu namiotowym w m. Studzianym Lesie, rozstawianie namiotów

**19.00** – obiadokolacja

**20.00** – film o WPN i spotkanie przy ognisku, pieczenie kiełbasek, sauna, omówienie planu na dzień III.

**3. Dzień III -** **26.07.2015r. –** rajd rowerowy z m. Studziany Las do m. Krzywe (ok. 25 km).

**Organizatorzy zapewniają** **przewóz bagaży** (namiotów, śpiworów, etc.) z m. Studziany Las do m. Krzywe.

**Szczegółowy plan dnia:**

**9.00 –** śniadanie na polu namiotowy w Studzianym Lesie,

**10.00** **–** przygotowanie do wyjazdu, instruktaże związane z zasadami bezpiecznego zachowania w ruchu drogowym, sformowanie grup,

**11.00 –** 14.00 – przejazd do m. Stary Folwark

**14.00** – obiad

**15.00** – przejazd do m. Krzywe,

**15.30** – uroczyste zakończenie imprezy.

**VIII.**

**Odpowiedzialność organizatora**

1. Organizatorzy Triathlonu nie przyjmują odpowiedzialności za wypadki i szkody wynikłe w czasie rajdu, zarówno wobec uczestników jak i osób trzecich.

2. Udział w imprezie jest dobrowolny i każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność, niezależnie od warunków pogodowych zastanych na trasie.

3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zgubione podczas imprezy.

**IX.**

**Postanowienia końcowe**

1. Udział w Trathlonie jest równoznaczny ze zgodą na publikowanie zdjęć i wizerunków uczestników na stronie

internetowej oraz w materiałach promocyjnych

2. Udział w Trathlonie jest równoznaczny z zapoznaniem się i akceptacją niniejszego Regulaminu,

3. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora. W sprawach spornych decyzja organizatora jest decyzją ostateczną.

4. Nieznajomość regulaminu nie zwalnia uczestnika od jego przestrzegania.

5. CAS PRYZMAT zastrzega sobie prawo do zmiany treści regulaminu i terminów w nim zawartych w każdym momencie trwania Triathlonu. O każdej zmianie organizator obowiązany jest powiadomić uczestników imprezy.

6. W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem mają zastosowanie przepisy Kodeksu cywilnego.