**Regulamin Rodzinnej Wycieczki Rowerowej  
 „Rowerem do trzeźwości”**

1. **Cel wycieczki**
2. Celem głównym zadania jest wdrożenie akcentów z zakresu profilaktyki uzależnień w szczególności przeciw narkotykowej i przeciw alkoholowej. Pokazanie problemów związanych z uzależnieniem od alkoholu, narkotyków, dopalaczy.
3. Popularyzacja walorów przyrodniczych, krajobrazowych i historycznych Gminy Raków.
4. Promowanie aktywnego i zdrowego stylu spędzania czasu wolnego poprzez akcentowanie hasła wycieczki „ Rowerem do trzeźwości”.
5. Rozwijanie turystyki rowerowej.
6. Integracja społeczności lokalnej gminy Raków.
7. Popularyzacja przepisów ruchu drogowego w zakresie ruchu rowerów oraz zasad bezpiecznej jazdy na rowerze.

**II. Organizator**

Organizatorami Rodzinnej Wycieczki Rowerowej „Rowerem do trzeźwości” są:

- sołtys sołectwa Smyków Jerzy Domoń, nr **tel. 666 330 510**

- sołtys sołectwa Korzenno

- Stowarzyszenie Aktywni Smykowiacy i Przyjaciele

- KGW „Głuchowianki” w Głuchowie

- Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Rakowie

**Kierownictwo wycieczki:**

Koordynator – Jerzy Domoń

**III. Termin wycieczki**

**Wycieczka odbędzie się 14 czerwca 2025 roku (sobota).**

**IV.Trasa wycieczki**

Trasa wycieczki przebiega przez sołectwa: Celiny, Korzenno, Smyków, Mędrów, Głuchów Lasy, Głuchów.

W załączeniu mapa przebiegu trasy wycieczki.

Nawierzchnia drogi: asfaltowa a na terenach leśnych Nadleśnictwa Łagówi szutrowa i gruntowa. Trasa wycieczki przebiega drogami o niewielkich różnicach wzniesień.

Start odbędzie się przy budynku świetlicy sołeckiej w Celinach. Uczestnicy podzieleni zostaną na grupy nie przekraczające 15 osób. Każda grupa będzie miała opiekuna grupy.

**V. Przebieg wycieczki**

1. **Zbiórka uczestników wycieczki 9.30 przy budynku świetlicy sołeckiej w Celinach.**
2. **Prelekcje dla uczestników z zakresu:**

**- bezpieczeństwa w poruszaniu się rowerem na drogach publicznych**

**- szkodliwości nadużywania alkoholu**

**- szkodliwości zażywania narkotyków**

**Wymienione wyżej tematy omówi dzielnicowy z Komisariatu Policji w Rakowie**

**Prelekcja z zagadnienia udzielania pierwszej pomocy.**

**Temat omówią druhowie z OSP w Rakowie.**

**Start wycieczki godzina 10.30**

1. **Meta wycieczki:**

**Głuchów - plac przy świetlicy sołeckiej.**

1. **Od godziny 15.30 poczęstunek w formie posiłku dla wszystkich uczestników wycieczki, wręczenie upominków i pamiątek.**
2. **Zakończenie wycieczki:**

**– godz. 16.00**

**Indywidualny powrót do domu uczestników wycieczki.**

**VI. Organizacja wycieczki**

1. Wycieczka ma charakter otwarty o ograniczonej liczbie uczestników.
2. W wycieczce planuje się udział do 50 osób.
3. O udziale w wycieczce decyduje kolejność zgłoszeń.
4. Wycieczka odbędzie się przy nieograniczonym ruchu drogowym.
5. Uczestnicy wycieczki biorą udział w jednej z wyznaczonych na starcie grup.
6. Na czele każdej grupy stoi przewodnik, za którym poruszają się pozostali uczestnicy wycieczki zorganizowani w kolumnach.
7. Nad bezpieczeństwem ruchu uczestników wycieczki czuwają służby porządkowe.
8. Wycieczka zabezpieczona będzie przez druhów OSP w Rakowie przeszkolonych w zakresie udzielania pierwszej pomocy oraz patrol z Komisariatu Policji w Rakowie.
9. Wycieczka prowadzona będzie w tempie dostosowanym do możliwości uczestników.
10. Kolumnę zamyka pojazd OSP z przyczepą.
11. W przypadku braku możliwości dalszej jazdy z powodu awarii lub innej przyczyny, uczestnik informuje organizatora o tym fakcie i jest zabierany włącznie z rowerem przez samochód techniczny.
12. Przypadki konieczności pomocy medycznej zgłaszane są organizatorowi (przewodnikowi grupy), który w zależności od potrzeb, organizuje pomoc przedmedyczną, albo zwraca się o pomoc medyczną.
13. Po zakończeniu wycieczki, jej uczestnicy udają się do domów indywidualnie, we własnym zakresie.

**VII. Warunki uczestnictwa**

1. Uczestnictwo w wycieczce jest nieodpłatne. Jedyny koszt to ubezpieczenia NNW- 5 zł od osoby wpłacane przy zgłoszeniu.
2. W wycieczce biorą udział osoby zamieszkałe na terenie Gminy Raków.
3. W wycieczce biorą udział osoby, które dokonały zgłoszenia na przygotowanej przez organizatora karcie zgłoszenia. Zgłoszenia przyjmuje główny organizator – Jerzy Domoń oraz sołtysi Celin, Papierni, Głuchowa Lasy, Głuchowa, Korzenna, Mędrowa i Drogowli. Osoba, która zadeklarowała opiekę nad niepełnoletnim uczestnikiem rajdu musi być uczestnikiem rajdu.
4. Zgłoszenia udziału w wycieczce przyjmowane są do 26 maja 2025 roku.
5. Osoby dorosłe uczestniczą w wycieczce indywidualnie, a osoby niepełnoletnie pod opieką rodziców lub opiekunów. Organizator wycieczki nie zapewnia opieki nad niepełnoletnimi uczestnikami wycieczki.
6. Osoby niepełnoletnie, powyżej 10 roku życia obowiązane są posiadać kartę rowerową.
7. Każdy z uczestników wycieczki bierze w niej udział na własną odpowiedzialność. Uczestnicy niepełnoletni biorą udział na całkowitą odpowiedzialność opiekunów prawnych.
8. Uczestnicy wycieczki powinni zabrać ze sobą na trasę wycieczki napoje.
9. Uczestnicy powinni być ubrani w sposób odpowiedni do warunków atmosferycznych w dniu wycieczki. Zaleca się używanie podczas wycieczki kasku ochronnego.
10. Każdy z uczestników powinien posiadać sprawny technicznie rower oraz zestaw naprawczy wyposażony w podstawowe klucze do roweru oraz pozwalający na naprawę przebitej opony.
11. Uczestnicy nie mogą być pod wpływem alkoholu, ani jakichkolwiek innych środków odurzających.
12. Uczestnicy zobowiązani są do zapoznania się z treścią regulaminu wycieczki i jego stosowania.

**VIII. Obowiązki uczestników wycieczki**

1. Przestrzeganie regulamin wycieczki.
2. Stosowanie się do poleceń wydawanych przez koordynatora rajdu, opiekuna grupy.
3. Posiadanie niezbędnej wiedzy i umiejętności poruszania się po drogach.
4. Posiadanie karty rowerowej (dotyczy osób niepełnoletnich powyżej 10. roku życia).
5. Poruszanie się na trasie wycieczki zgodnie z zasadami określonymi w pkt. X.
6. Posiadanie sprawnego technicznie roweru.
7. Uczestniczenie w całej wycieczce, od startu do jej oficjalnego zakończenia.
8. Stosowanie się do zakazów:

- spożywania alkoholu i innych środków odurzających,

- używania otwartego ognia,

- poruszania się po uprawach rolnych, szkółkach leśnych i terenach prywatnych,

- posiadania i używania w trakcie trwania wycieczki szklanych butelek, naczyń, itp. oraz ostrych przedmiotów,

- wcześniejszego opuszczania wycieczki bez powiadomienia przewodnika grupy.

1. Nie zaśmiecanie trasy i dbanie o środowisko naturalne.

**IX Zasady poruszania się na trasie wycieczki**

1. Uczestnicy wycieczki poruszają się zgodnie z przepisami ruchu drogowego.
2. Wszyscy uczestnicy poruszają się za przewodnikiem, w rzędzie.
3. Ruch odbywa się prawą strona drogi, w odległości 30-50 cm od jej krawędzi, a na drogach leśnych i śródpolnych zachowuje się jedynie ruch prawostronny.
4. Jadąc rzędem należy zachować odległość między rowerami co najmniej 2 m, a przy zjazdach - 5 m.
5. Należy jechać równo i spokojnie. Nie dopuszczalne jest tarasowanie drogi, jazda równoległa i ciągłe zmiany pozycji, a także jazda bez trzymania kierownicy oraz zdejmowanie stóp z pedałów.
6. Każdy manewr na drodze musi być przeprowadzony z upewnieniem się o możliwości bezpiecznego jego wykonania oraz odpowiednio wcześniej zasygnalizowany.
7. Przy zjazdach nie należy rozpędzać roweru, nie wolno też wyprzedzać; szybkość należy kontrolować przez hamowanie.
8. Wszelkie ewentualne naprawy sprzętu i inne sytuacje wymagające postoju uczestników muszą odbywać się w miejscu powstałej awarii w sposób nieutrudniający jazdy innym uczestnikom.
9. Podczas postoju nie należy tarasować drogi.

**X. Świadczenia organizatora na rzecz uczestników wycieczki**

1. Zapewnienie opiekuna grupy na trasie.
2. Zapewnienie bezpieczeństwa podczas trwania wycieczki przez służby porządkowe.
3. Przekazanie uczestnikom wiedzy o zabytkach, historii i walorach przyrodniczych.
4. Dla każdego uczestnika na mecie przewidziany jest pamiątkowy gadżet.
5. Zabezpieczenie pierwszej pomocy medycznej.
6. Zagwarantowanie ubezpieczenia.
7. Zabezpieczenie w sprzęt gaśniczy.
8. Zapewnienie gorącego posiłku na mecie.
9. Zabezpieczenie transportu uczestnika rajdu wraz z rowerem w przypadku braku możliwości kontynuowania jazdy.

**XI. Postanowienia końcowe**

1. Udział w wycieczce jest dobrowolny.
2. Każdy uczestnik bierze udział na własną odpowiedzialność, a niepełnoletni na odpowiedzialność rodziców lub opiekunów prawnych oraz opiekunów podczas trwania rajdu.
3. Uczestnicy ponoszą pełną odpowiedzialność za przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas pokonywania trasy.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania wycieczki.
5. Za szkody wyrządzone przez uczestników wobec innych uczestników jak i osób trzecich organizator nie odpowiada.
6. Organizator nie bierze żadnej odpowiedzialności za ewentualne kolizje i wypadki spowodowane przez uczestników wycieczki, w których brali oni udział.
7. Uczestnik wycieczki wypełniając i podpisując Kartę Zgłoszeniową akceptuje warunki niniejszego Regulaminu.
8. Za skutki naruszenia przepisów ruchu drogowego i innych przepisów prawa uczestnik odpowiada osobiście.
9. Wszyscy uczestnicy wycieczki wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz publikację ich wizerunków w relacjach zamieszczonych w mediach oraz materiałach promocyjnych organizatorów.
10. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do kierownika rajdu.
11. W sprawach spornych decyzja organizatorów jest decyzją ostateczną. Nieznajomość regulaminu nie zwalnia uczestnika od jego przestrzegania.
12. Organizator ubezpiecza uczestników rajdu.
13. Osoba nie stosująca się do postanowień regulaminu może zostać przez koordynatora rajdu lub opiekuna grupy wykluczona z dalszego uczestnictwa w wycieczce.
14. Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za brak karty rowerowej przez niepełnoletnich uczestników rajdu.
15. **Wycieczka w przypadku trudnych warunków atmosferycznych może zostać przełożona.**

W imieniu organizatorów:

Jerzy Domoń