

ŚLĄSKIE OBCHODY DNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO

"VIII Bieg - marsz po zdrowie psychiczne"

REGULAMIN

Organizatorzy:

Szpital Miejski w Rudzie Śląskiej sp z o.o.
MOSiR Ruda Śląska

1. Cel imprezy:

Każdego roku 10 października obchodzony jest Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego. Jest to czas, gdy organizujemy wiele uroczystości oraz akcji promujących i edukacyjnych, a uwaga opinii publicznej w sposób szczególnie koncentruje się na zagadnieniach związanych z tematem zdrowia psychicznego. Śląskie środowiska działające na rzecz osób chorujących psychicznie od wielu lat aktywnie i z zaangażowaniem, włączają się w organizację śląskich obchodów tego święta. Naszym celem, jako głównych organizatorów imprezy jest zwrócenie uwagi na dwie ważne społeczne kwestie - integracja z osobami chorującymi psychicznie oraz wpływ zdrowia fizycznego na dobry stan psychiczny. Naszą intencją jest przeciwdziałanie stygmatyzacji osób chorujących psychicznie, oraz popularyzacja idei higieny psychicznej poprzez aktywność fizyczną.

2. Termin, miejsce i dystans:

24 września 2022 r. – sobota godzina 09:00 Burloch Arena
ul. Bytomska 15, 41-704 Ruda Śląska.

Wydawanie numerów startowych w dniu biegu w godzinach 08:00 – 08:45.

Dystanse:

Bieg główny - 6000 m

Nordic Walking - 4000 m

Bieg główny oraz Nordic Walking mają charakter rekreacyjny – bez pomiaru czasu.

Plan imprezy

09:00 rozpoczęcie imprezy- rozgrzewka

09:30 start Nordic Walking - 4000 m

09:30 start Biegu Głównego - 6000 m

12:00 oficjalne zakończenie

3. Zgłoszenia:

Organizator ustala limit uczestników 200 osób.

4. Nagrody i klasyfikacje:

Każdy z uczestników zawodów otrzyma dyplom i pamiątkowy medal.
Bez klasyfikacji zawodników, bez pomiaru czasu.

5. Punkt wydawania posiłku regeneracyjnego

Przed wejściem obowiązuje nakaz dezynfekcji rąk. Żywność podaje personel medyczny. Obowiązuje zakaz odpoczynku i przebywania w strefie wydawania posiłku.

Uczestnicy zobowiązują się do przestrzegania regulaminu i stosowania się do poleceń obsługi.

6. Postanowienia końcowe:

Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne. Organizator zapewnia opiekę medyczną, napoje w czasie zawodów, posiłek regeneracyjny po biegu, szatnie. Organizator ma prawo nie dopuścić do uczestnictwa osób które wykazują cechy infekcji dróg oddechowych. Podczas biegu obowiązują aktualne zasady sanitarno-epidemiologiczne związane z pandemią.

Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie, o których zobowiązuje się poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy.

Interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.

Dodatkowe informacje można uzyskać pod numerem telefonu 513 163 868 -
Natalia Lonser

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY
ORGANIZATORZY**