**Test Coopera z ICSTiR**

1. CELE IMPREZY

1. Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu,

2. Promocja biegania wśród mieszkańców Iławy,

3. Upowszechnianie aktywnego spędzania czasu wolnego,

4. Określenie stanu kondycji fizycznej uczestników Testu Coopera na podstawie międzynarodowych norm.

II. ORGANIZATORZY

1. Iławskie Centrum Sportu, Turystyki i Rekreacji
2. TERMIN I MIEJSCE

1. Test Coopera odbędzie się 19.06.2021 r. (sobota) na bieżni Stadionu Miejskiego

2. Biuro Zawodów czynne w dniu imprezy w godzinach 9:00 – 13:00

3. Początek Testu Coopera zaplanowany jest na godz. 10:00, 19.06.2021 r.

Serie startują co ok. 20 minut w grupach maksymalnie 20 osobowych. Ostatni bieg odbędzie się o godz. 13:00

4. Test Coopera to próba wytrzymałościowa polegająca na 12-minutowym nieprzerwanym biegu lub marszu - uczestnicy starają się pokonać w tym czasie jak najdłuższy dystans.

1. UCZESTNICTWO

1. Każdy uczestnik Testu Coopera ma obowiązek zapoznać się z regulaminem imprezy   
i zobowiązany jest do jego przestrzegania.

2. W teście prawo startu mają wszyscy, którzy nie posiadają przeciwwskazań lekarskich (na podstawie złożonych deklaracji).

3. W przypadku osób, które do dnia imprezy nie ukończyły 18 lat wymagane jest posiadanie pozwolenia rodzica lub opiekuna na udział w zawodach.

4. Warunkiem dopuszczenia zawodnika pełnoletniego do biegu będzie własnoręczne podpisanie Oświadczenia zawierającego akceptację warunków regulaminu, deklarację dobrowolnego uczestnictwa w biegu i zaświadczenie o braku przeciwwskazań lekarskich do udziału w Imprezie w Biurze Zawodów.

5. Wszyscy uczestnicy zapisani na bieg muszą dokonać w dniu startu weryfikacji w Biurze Zawodów najpóźniej 20 minut przed wyznaczonym startem.

6. Podczas weryfikacji uczestnicy muszą posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem służący do kontroli daty urodzenia.

7. Uczestnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność.

1. ZGŁOSZENIA
2. Zgłoszenia przyjmowane będą poprzez elektroniczny formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej [www.icstir.miastoilawa.pl](http://www.icstir.miastoilawa.pl)
3. OPŁATY
4. Udział w Teście jest bezpłatny.
5. ŚWIADCZENIA

1. Każdy z uczestników zawodów przy weryfikacji otrzyma numer startowy.

2. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą Test Coopera otrzymają imienny certyfikat potwierdzający pokonany dystans i butelkę wody.

1. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zawody odbędą się bez względu na pogodę,

2. Podczas biegu uczestnicy muszą mieć numery startowe przypięte w widocznym miejscu na klatce piersiowej.

3. Zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie.

4. Na temat wszelkich zmian w związku z imprezą organizator będzie informował za pomocą strony internetowej [www.icstir.miastoilawa.pl](http://www.icstir.miastoilawa.pl)

5. Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.

6. Organizator zapewnienia opiekę medyczną podczas biegu.

7.  Uczestnictwo w imprezie jest jednoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie swoich danych osobowych przez Organizatora i akceptacją RODO.  
8. Uczestnictwo w imprezie jest jednoznaczne z wyrażeniem zgody na to, aby zdjęcia, nagrania filmowe, wywiady, a także wyniki z danymi osobowymi uczestników mogły być wykorzystywane przez prasę, radio, telewizję, a także w celach marketingowych Organizatora oraz sponsorów imprezy.

9. W sprawach nieujętych regulaminem rozstrzyga Organizator.

10. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.