

#### 6. Zgłoszenia:

Zgłoszenia przyjmuje Oddział Miejski PTTK w Toruniu przy ul. Piekary 41 (**do wyczerpania miejsc**). Przy zgłaszaniu grupy należy dostarczyć listę uczestników potwierdzoną przez dyrekcję instytucji zgłaszającej.

Młodzież szkolna może przebywać na imprezie wyłącznie pod opieką osób dorosłych.

Informacje szczegółowe można uzyskać - tel. 56 622-29-21

#### 7. Świadczenia:

- turystyczna grochówka z pieczywem (**należy posiadać naczynie i łyżkę**),
- okolicznościowa pieczętka,
- potwierdzenie punktów na OTP, KOT, InO,
- fachowa obsługa przodownicka na trasach,
- możliwość wzięcia udziału w konkursach,
- suweniry dla uczestników zabaw sportowo– rekreacyjnych.

#### 8. Program Rajdu:

godz. 9.45 - 12.00 pokonywanie tras rajdowych  
godz. 12.00 - 12.40 wydawanie grochówki  
godz. 12.00 - 13.00 zabawy rekreacyjne, konkursy  
godz. 13.00 - 13.20 zakończenie Rajdu

#### 9. Uwagi końcowe:

- ⌚ impreza odbędzie się bez względu na pogodę,
- ⌚ uczestnicy Rajdu ubezpieczają się we własnym zakresie,
- ⌚ organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za szkody spowodowane przez uczestników jak i osoby trzecie,
- ⌚ uczestnicy rajdu muszą posiadać **własne naczynie i łyżkę**,

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatorów.

*ZAPRASZAMY !*

Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Torunia  
Oddział Miejski PTTK im. M. Sydowa w Toruniu

## *Regulamin*

### **XIX RAJDU**

*„Jestem wolny, kocham siebie,  
nie chcę się niszczyć...”*



**„PAŹDZIERNIK 2016 – MIESIĄC WOLNY OD UZALEŻNIEŃ”**

**1 października 2016r.**

## Rajd „Jestem wolny, Kocham siebie, nie chcę się niszczyć ...”

Toruń 1 października 2016 r.



### **Organizatorzy:**

- Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Torunia
- Oddział Miejski PTTK im. M. Sydowa w Toruniu



### **Współorganizatorzy**

- 1) Komenda Miejska Państwowej Straży Pożarnej w Toruniu
- 2) Miejskie Schronisko dla Zwierząt w Toruniu

### **3. Termin i miejsce imprezy:**

Rajd „Jestem wolny ...” odbędzie się w dniu 1.10.2016 r. na trasach pieszych i rowerowej wokół Torunia z zakończeniem na błoniach nadwiślańskich przy Martówce.

### **4. Trasy:**

#### ➤ **Trasa nr I /piesza/**

Zbiórka uczestników - godz. 10.00, os. Rubinkowo I przy sklepie Tesco, na skrzyżowaniu Szosy Lubickiej i Rydygiera.

Przebieg trasy: Rubinkowo – Winnica – Starówka – błonia nadwiślańskie.

Długość trasy: ok. **5 km**

#### ➤ **Trasa nr II /piesza/**

Zbiórka uczestników - godz. 10.30, pętla tramwajowa MZK przy Motoarenie.

Przebieg trasy: pętla MZK przy Motoarenie – Kabel – os. Zieleniec

– Miejskie Schronisko dla Zwierząt /*zwiedzanie*/ – błonia nadwiślańskie.

Długość trasy: ok. **4 km**

#### ➤ **Trasa nr III /piesza/**

Zbiórka uczestników - godz. 10.30, przystanek MZK przy Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym na Bielanych.

Przebieg trasy: Bielany – Lasek Bielański – os. Zieleniec – Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt /*zwiedzanie*/ – błonia nadwiślańskie.

Długość trasy: ok. **4 km**

***Uwaga dla grup zwiedzających Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt:***

***Podkłady higieniczne dla kociąt i szceniąt - mile widziane!!!***

#### ➤ **Trasa nr IV /piesza/ dla dzieci i młodzieży z klas integracyjnych**

Zbiórka uczestników – godz. 11.00, przystanek MZK przy skrzyżowaniu ul.

Danielewskiego i Bydgoskiej /Park Miejski/

Przebieg trasy: przystanek MZK – Park Miejski – Martówka – błonia nadwiślańskie.

Długość trasy: ok. **2 km**

#### ➤ **Trasa nr V /rowerowa/**

Zbiórka uczestników - godz. 10.00, przy ul. Szosa Bydgoska

Parking przy markecie Castorama.

Przebieg trasy: Barbarka – Przysiek – Górsk – Stary Toruń – błonia nadwiślańskie.

Długość trasy: ok. **25 km**

#### ➤ **Trasa nr VI zwiedzanie miasta z przewodnikiem**

Zbiórka uczestników - godz. 9.30, przy Biurze Obsługi Ruchu

Turystycznego, ul. Plac Rapackiego 2

Przebieg trasy: Plac Rapackiego – zwiedzanie miasta – oraz przejście na błonia nadwiślańskie.

Długość trasy: ok. **4 km**

#### ➤ **Trasa nr VII – trasa na orientację (TK) park na Bydgoskim Przedmieściu**

Wydawanie materiałów - w godz. 10.30 – 11.00 plac przy kościele pw.

św. Michała Archanioła, ul. Rybaki 59 w Toruniu

10.35 – 11.55 - pokonywanie trasy na orientację

11.55 – 12.00 - przejście na miejsce zakończenia imprezy

***Liczba uczestników tras jest ograniczona - o przyjęciu grupy na poszczególne trasy decyduje kolejność zgłoszeń.***

### **5. Cel imprezy:**

- propagowanie aktywnego wypoczynku poprzez aktywne uprawianie turystyki
- propagowanie zdrowego i wolnego od uzależnień stylu życia
- wpajanie zasad ochrony przyrody wśród turystów
- rozbudzanie pasji turystycznych i krajoznawczych
- poznawanie Torunia i okolic