

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 (**Uwaga!!! Każdy uczestnik powinien posiadać własne naczynie i łyżkę**),
- okolicznościowa pieczętka,
- potwierdzenie punktów na OTP, KOT, InO,
- fachowa obsługa przodownicka i przewodnicka na trasach,
- możliwość wzięcia udziału w konkursach,
- upominki 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

Podczas imprezy zostanie rozstrzygnięty konkurs na najciekawszy krótki wierszyk prozdrowotny przygotowany przez uczestników rajdu.

Spisane i podpisane wiersze przekazać należy przodownikowi prowadzącemu trasę.

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 są zobowiązani do posiadania własnego naczynia i łyżki.

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatorów.

ZAPRASZAMY !

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

R e g u l a m i n

XXII RAJDU

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



„PAŹDZIERNIK – MIESIĄC WOLNY OD UZALEŻNIEŃ”

Toruń, 5 października 2019r.

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

Toruń 5 października 2019 r.

1. Organizatorzy:

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

2. Współorganizatorzy

- 1) Komenda Miejska Państwowej Straży Pożarnej w Toruniu
- 2) Straż Miejska w Toruniu

3. Termin i miejsce imprezy:

Raid „Jestem wolny ...” odbędzie się w dniu 5.10.2019 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 – 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 – błonia nadwiślańskie.

Długość trasy: ok. 4 km

➤ **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.