**REGULAMIN „MARSZOBIEG PO ZDROWIE” 2024**

**KATEGORIA DOROŚLI**

1. Zabawa ma na celu zaktywizowanie wszystkich dorosłych poprzez ruch.
2. W rywalizacji biorą udział wszystkie chętne dorosłe osoby.
3. Zadaniem drużyny jest tylko i wyłącznie poprzez marsz lub bieg uzyskanie jak największej liczby kilometrów w terminie rywalizacji.
4. Wszyscy zawodnicy pracują wspólnie na wynik swojej drużyny, a wynik po zakończonej rywalizacji będzie wynikiem średniej na jednego zawodnika.
5. DRUŻYNA:
6. Składa się z 5 zawodników
7. Musi posiadać nazwę
8. Mogą ją tworzyć nauczyciele, pracownicy szkoły, rodzice lub wspólnie nauczyciele z rodzicami.
9. Termin zgłoszenia drużyny do rywalizacji – 5kwietnia (piątek) do p. Kamili Półtorzyckiej na adres [kamila.poltorzycka@sp2zabki.pl](mailto:kamila.poltorzycka@sp2zabki.pl)
10. Termin wykonywania zadania: 6-14 kwietnia 2024r.
11. Wyniki wykonania zadania musza być udokumentowanie poprzez zrzut z ekranu, prt screen lub zdjęcie. Na ekranie widoczna musi być liczba kilometrów/metrów, tempo (lub czas wykonania zadania) i data.
12. Każda drużyna podlicza swoje wyniki i wysyła je wraz z dokumentacją w postaci zdjęć do p. Kamili Półtorzyckiej na adres [kamila.poltorzycka@sp2zabki.pl](mailto:kamila.poltorzycka@sp2zabki.pl)
13. Nie dopuszcza się „nabijania” kilometrów poprzez inną formę ruchu niż marsz lub bieg np. w postaci jazdy na rolkach, hulajnodze lub rowerze. Każda taka próba skutkować będzie dyskwalifikacją drużyny.
14. Trening można wykonać wielokrotnie jednego dnia.
15. **Liczba kroków** w przypadku braku zapisanej aktywności w zegarku lub aplikacji **nie będzie przeliczana na metry**, nie jest zupełnie brana pod uwagę w rywalizacji.
16. **Najlepsza drużyna otrzyma voucher pieniężny ufundowany przez Radę Rodziców Sp2 z przeznaczeniem na cel charytatywny, który wskaże zwycięska ekipa.**
17. Podczas zabawy należy przestrzegać bezpieczeństwa.
18. Sprawy sporne rozstrzygać będzie komisja złożona z nauczycieli WF.

*Życzymy miłej zabawy i… jak najwięcej kilometrów!*