

REGULAMIN „MARSZOBIEG PO ZDROWIE” KATEGORIA DOROŚLI

1. Zabawa ma na celu zaktywizowanie wszystkich dorosłych podczas pracy zdalnej poprzez ruch.
2. Z 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:
 - a. Składa się z 5 zawodników
 - b. Musi posiadać nazwę
 - c. Mogą ją tworzyć nauczyciele, pracownicy szkoły, rodzice lub wspólnie nauczyciele z rodzicami.
 - d. Termin zgłoszenia drużyny do rywalizacji - 3 grudnia (czwartek) do p. Kamili Półtorzyckiej na adres kamila.poltorzyczna@sp2zabki.pl
6. Termin wykonywania zadania: 5-13 grudnia
7. Wyniki wykonania zadania muszą być udokumentowane poprzez zrzut z ekranu, prt screen lub zdjęcie. Na ekranie widoczna musi być liczba kilometrów/metrów, tempo (lub czas wykonania zadania) i data.
8. Każda drużyna podlicza swoje wyniki i wysyła je wraz z dokumentacją w postaci zdjęć do p. Kamili Półtorzyckiej na adres kamila.poltorzyczna@sp2zabki.pl
9. 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.
10. Trening można wykonać wielokrotnie jednego dnia.
11. Liczba kroków w przypadku braku zapisanej aktywności w zegarku lub aplikacji nie będzie przeliczana na metry, nie jest zupełnie brana pod uwagę w rywalizacji.
12. Podczas zabawy należy przestrzegać bezpieczeństwa oraz wszelkich wytycznych dotyczących poruszania się poza domem w czasie pandemii.
13. Sprawy sporne rozstrzygać będzie komisja złożona z nauczycieli WF.

Życzymy miłej zabawy i... jak najwięcej kilometrów!