

STYCZNIOWY SPONTAN - zimowa kąpiel dla fanów Światowego Festiwalu Morsowania
08.01.2023 r. - plac i plaża centralna przy Molo w Kołobrzegu

REGULAMIN

I. ORGANIZATOR:

- Kołobrzesci Klub Morsów działający przy Regionalnym Stowarzyszeniu Turystyczno Uzdrowskim w Kołobrzegu z siedzibą przy ul. Warzelniczej 1 w Kołobrzegu.

II. CEL WYDARZENIA:

- Celem zadania jest edukacja i profilaktyka zdrowotna, promocja i dbanie o zdrową kondycję organizmu poprzez korzystanie z naturalnych zasobów Kołobrzegu w postaci zimnych solankowych kąpiei morskich, inhalacji powietrza nasyconego w tym dużą ilością zdrowego jodu oraz ogólną aromatoterapią morskiego klimatu. Wydarzenie polegać będzie na organizacji kąpiei w zimnej wodzie zwanej morsowaniem na plaży centralnej, poprzedzonej prelekcją na temat profilaktyki i dbania o zdrowie poprzez naturalne budowanie odporności organizmu, wzmocnienie układu limfatycznego, poprawa sprężystości skóry, integracja społeczna. Propagowanie zdrowego stylu życia i aktywności sportowych na świeżym powietrzu z wykorzystaniem naturalnych walorów mikroklimatu Kołobrzegu, promocja Gminy Miasto Kołobrzeg, promocja województwa Zachodniopomorskiego – Pomorze Zachodnie.

III. TERMIN I MIEJSCE:

- 08.01.2023 r. w godzinach od 11:00 do 13:00 - otwarta przestrzeń plac i plaża przy Molo - bulwar im. Jana Szymańskiego na działce 1/7 (na wysokości S.U. BAŁTYK) oraz dojścia i dojazdu do placu działka nr 43/7 obręb 4.

Program wydarzenia:

11:00 – przywitanie uczestników

11:15 – prelekcja o morsowaniu jako działania profilaktycznego na rzecz poprawy zdrowia

11:40 – rozgrzewka

11:55 – morso-sesja fotograficzna

12:00 - kąpiel w spienionych falach Bałtyku

12:15 – rozgrzewka po kąpiei

12:30 – kilka słów o wpływie morsowania na organizm człowieka

13:00 – zakończenie

IV. UCZESTNICY:

Wydarzenie ma charakter otwarty. Uczestnictwo jest dobrowolne i bezpłatne. Każdy to zdecyduje się uczestniczyć w wydarzeniu robi to na własną odpowiedzialność, mając na uwadze niebezpieczeństwa i ryzyka wynikające z charakteru imprezy, które mogą polegać m.in. na ryzyku utraty (pogorszenia) zdrowia lub życia. W imprezie powinny uczestniczyć wyłącznie osoby posiadające dobry stan zdrowia, nieposiadające przeciwwskazań medycznych.

V. ZGŁOSZENIA:

Organizator nie prowadzi zgłoszeń i rejestracji. Udział jest dobrowolny, bezpłatny, na własne ryzyko, odpowiedzialność.

VI. NAGRODY, WYRÓŻNIENIA:

Dla pierwszych 500 uczestników przygotowana jest okolicznościowa przypinka, gorąca herbata po kąpiei.

VII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- w przypadku złych warunków atmosferycznych impreza może zostać przeniesiona na inny termin.
- impreza ma charakter rekreacyjno – sportowy.

- impreza nie wylania zwycięzcy, polega na wspólnej kąpieli w morzu.
- Organizator nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w imprezie.
- Uczestnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność.
- Uczestnicy biorący udział w imprezie ubezpieczają się na własną odpowiedzialność.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.
- Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w imprezie.
- W uzasadnionych przypadkach, w szczególności w przypadku podejrzenia niewystarczająco dobrego stanu zdrowia lub stanu psychofizycznego, albo w przypadku podejrzenia pozostawiania uczestnika w stanie pod wpływem alkoholu lub środków odurzających,
- Organizator ma prawo odmówić uczestnikowi udziału w imprezie.
- we wszystkich sprawach spornych decyduje organizator imprezy.