

WYJĄTKOWY BIEG

Serdecznie zapraszamy w dniu 25.09.2021 do Parku im. Adama Mickiewicza w Łodzi gdzie odbędzie się bieg charytatywny pod hasłem „Rzuć Dachówkę”. Bieg jest trzecim z cyklu na rzecz budowy Wyjątkowego Domu dla osób z zaburzeniami psychicznymi i chorobą Alzheimera.

Co zrobić, żeby zapisać się na bieg?

1. Wejść na stronę <https://time4s.pl/wyjatkowy-dom---rzuć-dachowkę#zapisy> uzupełnić swoje dane i zarejestrować się w Wyjątkowym Biegu. Zawodnicy tej samej drużyny powinni podać taką samą nazwę swojego zespołu.
2. Zaakceptować regulamin oraz opłacić swoje zgłoszenie.
3. 25 września przyjść do Parku im. Adama Mickiewicza w Łodzi i wziąć udział w naszej imprezie.

Nie trzeba być zawodowym biegaczem, aby wystartować w naszym biegu. Liczą się dobre chęci i dobre serce, gdyż czas na przebycie 5 km to aż jedna godzina, więc tę odległość można pokonać nawet w formie spaceru. Warto zachęcić także swoją rodzinę, przyjaciół czy sąsiadów, aby aktywnie spędzili czas i razem z nami uczestniczyli w Wyjątkowym Biegu.

Planowane atrakcje:

- bieg główny dla dorosłych na dystansie 5 km - rywalizacja indywidualna i drużynowa
- biegi towarzyszące dla dzieci na dystansie 250/500 metrów
- animacje dla dzieci, malowanie twarzy, konkursy, trampoliny
- warsztaty slow jogging / nordic walking
- zdrowy poczęstunek dla zawodników

W trakcie biegu można biec, biec z psem, maszerować (również z kijkami nordic walking), uprawiać slow jogging lub jechać na wózku inwalidzkim – każda forma aktywności będzie mile widziana.

Drużyna powinna liczyć minimum 5 osób (w tym minimum 1 kobieta). W przypadku chęci startu drużynowego należy w formularzu rejestracyjnym na bieg wpisać nazwę drużyny- wszyscy zawodnicy tę samą (np. OSP Koluszki, mieszkańcy ulicy Wdzięcznej itp).

Do rywalizacji drużynowej zapraszamy w szczególności: urzędy i instytucje publiczne, polityków, duchownych, służby mundurowe, organizacje pozarządowe, służbę zdrowia, szkoły i kluby sportowe, przedstawiciele biznesu, placówki wspierające osoby z niepełnosprawnościami (np. ŚDSy, WTZy, DDP).

W organizację biegu, wykonanie medali, przygotowanie poczęstunku zaangażowane są osoby z niepełnosprawnościami.

Nagrodą za najlepsze wyniki w cyklu 3 biegów będzie honorowa statuetka „Budowniczy Wyjątkowego Domu” oraz nagrody rzeczowe. Ponadto wyróżnienie otrzymają najliczniejsza drużyna i najszybsza drużyna.

Widzimy się w Parku im. Adama Mickiewicza w Łodzi!

**Zapisy na bieg oraz regulamin na stronie www.time4s.pl
Informacje o kampanii na stronie www.wyjatkowydom.org.pl**

Całość dochodu z biegu zostanie przeznaczona na budowę Wyjątkowego Domu dla osób długotrwale chorujących psychicznie i osób z chorobą Alzheimera.



Medale cyklu biegów wykonane przez osoby z niepełnosprawnościami