



# REGULAMIN akcji „Obudź borsuka”

## § 1. Postanowienia ogólne

1. Niniejszy regulamin określa zasady akcji „Obudź borsuka”
2. Organizatorami są: Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Olsztynie oraz Wydawca Olsztyn Sp. z o. o.
3. Celem akcji jest popularyzacja i upowszechnianie zdrowego stylu życia połączonego z ekologią – zachęcenie do aktywności, zdrowego odżywiania i zmian nawyków, które przyczynią się do poprawy zdrowia, kondycji fizycznej i samopoczucia.
4. Akcja trwa od 21.03.2017 do 21.05.2017.
5. Akcja „Obudź borsuka” będzie podzielona na dwie części.
  - pierwsza - to treningi, szkolenia, motywacyjne działania, które będą organizowane na terenie Olsztyna - od marca do maja. Grafiki zajęć dostępne na naszych stronach internetowych. Uczestnicy spoza Olsztyna mogą sami we własnym zakresie „podjąć walkę z widoczną nadwagą” i potwierdzić to Organizatorom np. poprzez zdjęcia, pieczątki z miejsc aktywności fizycznej i inne, które udowodnią zaangażowanie uczestnika.
  - druga - finał w dniu 21.05.2017 podczas wspólnej imprezy plenerowej pn.: ekoSTART, która odbędzie się 21 maja na olsztyńskim lotnisku Dajtki, podczas 13 Rotariańskiej Majówki Lotniczej. W tym dniu chętni uczestnicy akcji „Obudź borsuka” pobiegą, przejdą lub w inny sposób pokonają wyznaczoną trasę finałową (ok. 2 km - tzw. „Bieg borsuka”).

## § 2. Uczestnictwo w akcji

1. Uczestnikiem akcji może być osoba pełnoletnia, z widoczną nadwagą, której **BMI\* wynosi powyżej 25** i nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w tym wydarzeniu.
2. Uczestnik nie ponosi kosztów związanych z udziałem w akcji.
3. Prawo do udziału w akcji przysługuje osobom fizycznym, które ukończyły 18 lat, z wyłączeniem pracowników organizatora i stałych współpracowników.

## § 3. Zasady uczestnictwa

1. Aby wziąć udział w akcji „Obudź borsuka” należy:
  - pobrać i wypełnić formularz zgłoszeniowy
  - zgłoszenia przyjmujemy elektronicznie od 21 marca do wyczerpania miejsc.
  - formularz zgłoszeniowy znajduje się na stronach internetowych organizatorów: [www.fitniefat.pl](http://www.fitniefat.pl) a także [www.wfosigw.olsztyn.pl](http://www.wfosigw.olsztyn.pl) (aktualności) na Facebooku - ekoSTART Warmia i Mazury, na Facebooku - wydarzenie „Obudź borsuka”. Formularz należy po wypełnieniu podpisać i zeskanować oraz przesłać pod wskazany w formularzu adres e-mail [ekostart@fundusz.olsztyn.pl](mailto:ekostart@fundusz.olsztyn.pl)
2. W odpowiedzi na zgłoszenie, jako potwierdzenie, uczestnik otrzyma „Kartę Uczestnika”. Wypełnioną kartę należy przesłać elektronicznie w terminie do 17 maja 2017 r. na adres e-mail podany w karcie.
3. Zgłoszenie do akcji oznacza akceptację przez Uczestnika warunków niniejszego Regulaminu, który jest jedynym dokumentem i źródłem zasad akcji.
4. Organizator ustala liczbę uczestników akcji - do 50 osób (łącznie kobiet i mężczyzn). Decyduje kolejność zgłoszeń. Zgłoszenia przyjmujemy od 21 marca.

## § 4. Nagrody

1. Nagroda główna zostanie wylosowana spośród uczestników akcji „Obudź borsuka”, którzy zgłosili się zgodnie z zasadami uczestnictwa, o których mowa w § 3 i wystartują w „Biegu borsuka” w dniu 21.05.2017 r. podczas wspólnej imprezy plenerowej pn.: ekoSTART, która odbędzie się 21 maja na olsztyńskim lotnisku Dajtki, podczas 13 Rotariańskiej Majówki Lotniczej.
2. Nagrodą główną jest turnus odchudzający na Oddziale Leczenia Otyłości Szpitala Miejskiego Zespólnego w Olsztynie.
3. Zwycięzca nagrody głównej zobowiązany jest do pokrycia zryczałtowanego podatku dochodowego pobieranego z tytułu wygranej o której mowa w § 4 ust. 1 pod rygorem utraty prawa do nagrody.
4. Organizator przewiduje nagrody dodatkowe, które rozlosowane zostaną podczas imprezy plenerowej pn.: ekoSTART, spośród uczestników akcji „Obudź borsuka”.
5. Warunkiem uczestnictwa w losowaniu nagród jest spełnienie przez uczestników wszystkich postanowień niniejszego Regulaminu.

## § 5. Zasady

1. Uczestnik zajęć aktywnych powinien posiadać strój sportowy.
2. Każdy uczestnik startuje w aktywnościach na własną odpowiedzialność.
3. Podczas akcji obowiązuje zakaz spożywania napojów alkoholowych, środków odurzających, niszczenia przyrody i zaśmiecania.
4. Udział w akcji jest jednoznaczny ze zgodą na publikację wizerunku uczestnika w mediach i mediach społecznościowych.
5. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za urazy powstałe podczas treningu i zajęć we własnym zakresie.

## § 6. Postanowienia końcowe

Organizator jest uprawniony do zmiany postanowień niniejszego Regulaminu, o ile nie wpłynie to na pogorszenie warunków uczestnictwa w Konkursie. Dotyczy to w szczególności zmian terminów poszczególnych czynności konkursowych oraz zmian specyfikacji nagrody.

**\*BMI** wskaźnik masy ciała – współczynnik powstały przez podzielenie masy ciała podanej w kilogramach przez kwadrat wysokości podany w metrach. Zakresy wartości BMI: mniej niż 16 - wygłodzenie / 16 - 16.99 – wychudzenie / 17 - 18.49 – niedowaga / 18.5 - 24.99 - wartość prawidłowa  
25 - 29.99 – nadwaga  
30 - 34.99 - I stopień otyłości  
35 - 39.99 - II stopień otyłości  
powyżej 40 - otyłość skrajna

Bądź na bieżąco odwiedzaj strony [www.fitniefat.pl](http://www.fitniefat.pl) [www.wfosigw.olsztyn.pl](http://www.wfosigw.olsztyn.pl)  
Bądź na bieżąco polub nas na fb [ekoSTART Warmia i Mazury](https://www.facebook.com/ekoSTART-Warmia-i-Mazury)