**REGULAMIN WOLONTARIATU NA TRASIE BIEGU**

**STREFA TRASA BIEGU**

**WOLONTARIUSZE NA TRASIE BIEGU – GODZ. 09.45-10.45**

**STREFA TRASA BIEGU**
Bezpieczeństwo zawodników jest najważniejsze, więc aż około 80 % wolontariuszy bierze udział w zabezpieczeniu trasy. Czasami trzeba stanowczo poprosić by dzieci nie wchodziły na trasę, by samochód poczekał parę minut na przejazd. Czasami trzeba również wytłumaczyć, że ulica będzie zamknięta na godzinę.

**PAMIĘTAJ!!!**

**To także Ty wspierasz zawodników, gdy opadają z sił i krzyczysz „Do mety już niedaleko!” lub dodajesz otuchy w każdy inny sposób**

**WAŻNE:**

* **Przydział punktów zostanie podany przez Koordynatora – Pawła Szewczyka, w wątku FB (IX Charytatywny Bieg Mikołajkowy – wolontariat).**
* **W sobotę (03.12.2022) w MOK przy Biurze Zawodów, w godzinach 15.00-20.00, będzie Wasz Koordynator Paweł Szewczyk, który odpowie na Wasze wszelkie pytania – na niedzielnej odprawie nie będzie już na to czasu.**
* **Odprawa i sprawdzenie obecności Wolontariuszy: 04.12.2022 r. - MOK – godzina 08.00 – OBECNOŚĆ OBOWIĄZKOWA.**
* **Każdy z Was otrzyma czapkę mikołajową i kamizelkę odblaskową – prosimy o zwrot kamizelki po wolontariacie do Biura Zawodów lub do Koordynatora.**
* **Każdy powinien być na swoim punkcie na 15 minut przed startem imprezy (09:45)**
* **Najważniejsze na trasie jest Wasze bezpieczeństwo, a drugie z kolei bezpieczeństwo chodziarzy i biegaczy. Proszę się w żaden sposób nie narażać.**
* **STOICIE NA CHODNIKACH, NIE WCHODZICIE NA ULICĘ !!!**
* **Jeśli widzicie kogoś, kto stanowi zagrożenie dla biegaczy, dzwońcie na Koordynatora - lub w ostateczności na policję**
* **W razie wypadku w ramach wezwania pomocy dzwonimy do Koordynatora - jak nie odbiera na pogotowie (112)**
* **Pamiętajcie, że jeśli jakaś osoba straci przytomność, jesteśmy zobligowani do udzielenia pomocy przed przyjazdem służb!**
* **Pamiętajcie o dopingu dla biegaczy na każdym punkcie. Zachęcajcie ludzi do dopingowania.**

**Waszym zadaniem jest**:

* **Wskazywać chodziarzom i biegaczom kierunek ruchu,**
* **prosić pieszych na przejściach, żeby chwilę poczekali, jeśli idą lub biegną zawodnicy,**
* **gdy z parkingu zacznie wyjeżdżać samochód poprosić aby zaczekał i nie stwarzał zagrożenia dla chodziarzy i biegaczy,**
* **na chodnikach prosić pieszych, aby zeszli na czas biegu z chodnika,**
* **kibicować chodziarzom i biegaczom, przybijać piątki, DOBRZE SIĘ BAWIĆ!!!!**

Na każdym dużym skrzyżowaniu stoi policja/straż miejska. **To te służby kierują ruchem samochodowym**.

**Gdy wydarzy się coś niepokojącego**: biegacz zasłabnie, potknie się, ktoś z mieszkańców zacznie mieć pretensje, że trwa bieg, itd., dzwońcie do Koordynatora.

Informujcie go o wszystkim.

Informacja kto zamyka bieg zostanie Wam podana na odprawie w niedziele. Gdy skończy się bieg wracacie do MOK-u na posiłek ☺ i coś jeszcze…

Na trasie będą flagi z oznakowaniem kilometrów trasy, pilnujcie ich.

**ZADANIA OGÓLNE**

**Przejścia dla pieszych**

Na przejściach dla pieszych istnieje zwiększone niebezpieczeństwo, że piesi zechcą

przejść na drugą stronę ulicy w czasie, gdy na torze są chodziarze i biegacze. Naszym zadaniem jest poinformować pieszego, by nie wchodził na tor, po którym idą i biegną zawodnicy. Jeśli pieszy chce przejść na drugą stronę tego toru, pomagamy mu dobrać odpowiednią ku temu chwilę. Mówimy mu, zatem, żeby chwilę poczekał, po czym, gdy odległość nadbiegających zawodników jest na tyle duża, że, naszym zdaniem, pieszy przejdzie nie powodując zmiany prędkości ruchu u żadnego chodziarza i biegacza, mówimy mu, żeby (szybko) przeszedł na drugą stronę toru. Uważajmy przy tym na rowerzystów, którzy również przemieszczać się będą w okolicy punktów tego typu, gdyż ze względu na rozwijane większe prędkości, stanowią oni zwiększone zagrożenie dla chodziarzy i biegaczy.

**Kierunek biegu**

Naszym zadaniem jest wskazywanie wyciągniętą ręką kierunku biegu biegaczom oraz ustne informowanie ich mówiąc dla przykładu "W prawo i cały czas prosto", lub "w „lewo”.

**PROSZĘ O POTWIERDZENIE, ŻE ZAPOZNALIŚCIE SIĘ Z INFO, AKCEPTUJECIE I ROZUMIECIE ☺**

Już dziś dziękujemy Wam, że będziecie:)