

REGULAMIN

II EDYCJI SZKOLNEJ AKCJI ROWEROWEJ

„ZAKRĘCONA CZWÓRKA – MISTRZ KILOMETRÓW”

1 MAJ – 4 CZERWIEC 2023 R.



CEL AKCJI:

- popularyzacja turystyki rowerowej jako formy rekreacji oraz aktywnego wypoczynku
- propagowanie zdrowego stylu życia i aktywności fizycznej
- współzawodnictwo zgodnie z zasadami fair play
- poznanie terenów kurpiowszczyzny



CZAS TRWANIA AKCJI:

- 1 maj - 4 czerwiec 2023 r.



UCZESTNICZY:

- akcja jest przeznaczona dla uczniów ZSZ Nr 4 w Ostrołęce



WARUNKI UCZESTNICTWA:

- posiadanie sprawnego technicznie roweru
- uczestnik bierze udział w akcji na własną odpowiedzialność
- każdy uczestnik biorący udział w akcji zobowiązuje się do zachowania bezpieczeństwa podczas jazdy na rowerem
- zainstalowanie aplikacji rejestrującej jazdę na rowerze (naszą propozycją byłaby aplikacja Aktywne Miasta, która przyda Wam się podczas kolejnej akcji 😊) oraz przesyłaj screeny z każdej wycieczki rowerowej
- każdy kto prześle screena będzie wciągnięty na listę i traktowany jako uczestnik akcji

- screeny proszę przysyłać z własnego konta szkolnego Office 365 na maila mlitwa@zsz4.ostroleka.edu.pl

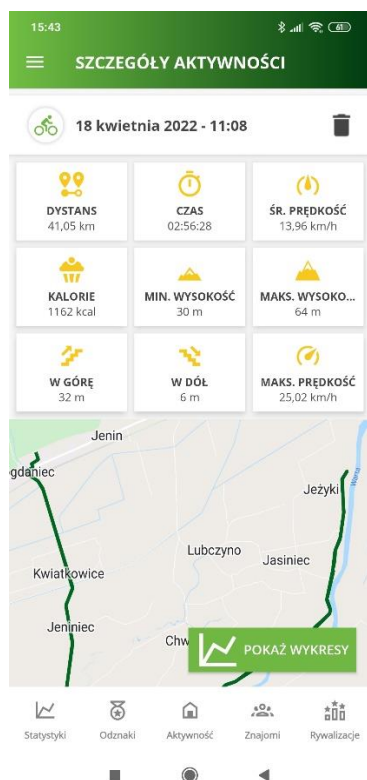


PRZEBIEG AKCJI:

- korzystaj z roweru jak najczęściej rejestrując każdą przejażdżkę. To Ty decydujesz kiedy, ile i gdzie będziesz jeździć.
- przysyłaj screeny z aplikacji z każdej przejażdżki rowerowej (na screenie musi być widoczna data, kilometry, czas jazdy, aktywność rowerowa. Screeny bez tych podstawowych danych nie będą uwzględniane, chyba że po konsultacji z organizatorami).

Poniżej przykłady jak powinny wyglądać screeny:

Aktywne Miasta



aplikacja Garmin



PAMIĘTAJ!!!! Przesyłaj screeny przynajmniej raz w tygodniu. Screeny można przysyłać pojedynczo po każdej aktywności lub wszystkie z całego tygodnia w jednej wiadomości na koniec tygodnia – niedziela.



NAGRODY:

- nagrody otrzymają trzy osoby, które przejadą najwięcej kilometrów
- podczas trwania akcji przeprowadzony zostanie dodatkowy konkurs:

„Relacja z wyjazdów” :

- ❖ wykonaj prezentację w dowolnym programie graficznym (minimum 15 slajdów).
- ❖ w prezentacji udokumentuj przejechany miesiąc na rowerze ze swoimi screeny oraz zdjęciami miejsc swojej jazdy. Możesz również napisać o walorach jazdy na rowerze i zamieścić ciekawe propozycje tras.
- ❖ Prezentację prześlij na adres mailowy: **kkowalska1@zsz4.ostroleka.edu.pl**

w terminie do 11 czerwca 2023 r.



DODATKOWE INFORMACJE:

- aktualne tabele z wynikami będą dostępne na stronie szkoły oraz na szkolnym facebooku. Co tydzień będą aktualizowane dane z Waszych raportów;
- zachęcamy również do przesyłania zdjęć z tras, które będziemy zamieszczać na stronie szkoły i facebook'u

ŻYCZYMY DOBREJ ZABAWY!!!!!!

ORGANIZATORZY:

MAŁGORZATA LITWA

KATARZYNA KOWALSKA