

## Правила участия и рекомендации по экипировке участников экстремального забега "Стальной характер"

### 1. Общее положение.

1.1. Все участники экстремального забега "Стальной характер " (далее – Забег) обязаны соблюдать Регламент экстремального забега «Стальной характер» (далее – Регламент), а также настоящие "правила участия" (далее "Правила");

1.2. Перед началом проведения Экстремального забега все участники должны расписаться в ведомости об ознакомлении с настоящими "Правилами" и ответственности за свою жизнь и здоровье, а также ознакомиться и согласиться с Регламентом;

1.3. Участникам Экстремального забега присваиваются номера участников Экстремального забега. При необходимости организаторами Экстремального забега, выдаются бэйджи или браслеты, которые могут быть изъяты оргкомитетом Экстремального забега;

1.4. Организаторы забега не несут ответственность за сохранность личных вещей и оборудование участников Экстремального забега;

1.5. Участникам следует быть вежливыми по отношению к организаторам и другим участникам забега, оказывать поддержку в преодолении препятствий, кому она необходима;

1.6. За нарушение настоящих правил Организатор оставляет за собой право отстранить команду от участия в забеге.

### 2. Права и обязанности участников.

2.1. Участникам Экстремального забега запрещается:

- повреждать и уничтожать имущество площадки и прилегающей к ней территории;
- покидать Экстремальный забег без уведомления капитана команды или представителей оргкомитета;
- употреблять ненормативную лексику, быть в алкогольном и наркотическом опьянении;
- препятствовать другим участникам забега в преодолении этапов
- нарушать нормы поведения и нормы общественного порядка;
- использовать шипованную обувь во время забега.

2.2. Участники Экстремального забега имеют право:

- принимать участие в Экстремальном забеге;
- получить медицинскую помощь во время участия в экстремальном забеге;

- досрочно покинуть площадку, уведомив капитана команды;
- получать актуальную информацию о проекте, акциях и других событиях и мероприятиях проекта популяризации здорового образа жизни "Здравый смысл";
- использовать фото- и видеоматериалы в своих личных целях, в том числе для размещения в социальных сетях.

### **3. Меры безопасности и ответственность участников**

3.1. Во время проведения Экстремального забега участники должны соблюдать меры безопасности и выполнять все распоряжения капитана команды или представителя оргкомитета;

3.2. В случае чрезвычайного происшествия участники Экстремального забега обязаны сообщить о ЧП представителям Оргкомитета.

### **4. Дополнительные условия участия в Экстремальном забеге.**

4.1. Участникам рекомендуется быть одетыми в удобную для забега одежду и обувь - одежда должна выбираться с учетом погодных условий и того, что может прийти в негодность;

4.2. Рекомендуется наличие перчаток и высокой обуви, плотно прилегающей к голеностопу, одежда также должна плотно прилегать к телу и быть удобной;

4.3. Правила прохождения препятствий будут доведены до участников и капитанов команд на мандатной комиссии;

4.4. Все участники должны быть здоровы и допущены к спортивным занятиям. При хронических/вирусных заболеваниях участие в экстремальном забеге категорически запрещено;

4.5. Номер участника должен быть нанесен так, чтобы его было четко видно, на протяжении всего забега;

4.6. При нарушении участниками настоящих правил, Регламента экстремального забега "Стальной характер", организаторы оставляют за собой право внести данных лиц в "Чёрный список" и отказать им в участии в мероприятии;

4.7. При наличии травм и повреждений у участника, решение о занятии на тренировке является сугубо личным. Организаторы не несут ответственности за последствия данных решений.