

ZARZĄDZENIE NR 25/2025
Dyrektora Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach

z dnia 10 lipca 2025 r.

w sprawie **ustalenia Regulaminu Ścieżki Biegowej**

Na podstawie § 4 ust. 6 pkt 10 Statutu Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach nadanego uchwałą Nr XXVII/351/2020 Rady Miejskiej w Suwałkach z dnia 23 grudnia 2020 r. w sprawie statutu Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach, zarządzam co następuje:

§ 1.

Ustalam Regulamin Ścieżki Biegowej w brzmieniu określonym w załączniku do niniejszego zarządzenia, zwany dalej Regulaminem.

§ 2.

Wykonanie niniejszego zarządzenia powierzam kierownikowi Zespołu Obiektów Nr III Ośrodka Sportu i Rekreacji w Suwałkach.

§ 3.

Zarządzenie wchodzi z dniem podpisania.

Dyrektor Ośrodka Sportu
i Rekreacji w Suwałkach

mgr Waldemar Borysewicz

REGULAMIN ŚCIEŻKI BIEGOWEJ

Każdy korzystający z wyznaczonej ścieżki biegowej zobowiązany jest do przestrzegania postanowień niniejszego regulaminu.

I. Postanowienia ogólne

1. Ścieżka biegowa to wytyczona i oznaczona trasa/pętla biegowa.
2. Ścieżka biegowa ma długość 5 000 m i posiada oznaczenia co 1 km /piktogram/
3. Ścieżka biegowa jest przeznaczona do uprawiania sportu i rekreacji biegowej.
4. Osoby korzystające ze ścieżki biegowej poruszają się zgodnie z oznaczeniami znajdującymi się na ścieżce biegowej – zaleca się ruch jednokierunkowy zgodnie z umieszczonymi strzałkami.
5. Na początku ścieżki biegowej znajduje się jej mapa pogładowa.
6. Korzystając ze ścieżki biegowej na tym terenie zobowiązany jesteś do przestrzegania nie tylko niniejszego regulaminu, ale również regulaminu tego terenu.
7. Szanuj zieleń i infrastrukturę pamiętaj, że nie jesteś sam. Zabronione jest pozostawianie na ścieżce biegowej śmieci i odpadków.
8. Trenując, pamiętaj o zachowaniu ogólnych zasad bezpieczeństwa, uwzględniając, że na tym terenie mogą poruszać się inne osoby trenujące, piesi, rowerzyści, osoby na rolkach czy hulajnogach. Mimo, że ruch pojazdów samochodowych na tym obszarze jest ograniczony, to jednak pojazdy samochodowe mogą pojawić się na Twojej trasie.
9. Osoby poniżej 13 roku życia mogą trenować na ścieżce biegowej wyłącznie pod opieką osób dorosłych.

II. Przygotowanie do biegu

1. Przed startem treningu biegowego należy przeprowadzić rozgrzewkę (5–10 min), a po jego zakończeniu sesję rozciągania i rozluźniania.
2. Przystępując do treningu biegowego pamiętaj, aby wziąć pod uwagę wszystkie okoliczności, które mogą mieć wpływ na bezpieczeństwo. Przede wszystkim dostosuj go do swojego aktualnego stanu zdrowia oraz panujących warunków atmosferycznych, ukształtowania ścieżki biegowej, warunków terenowych itp.
3. Korzystając ze ścieżki biegowej przyjmujesz do wiadomości, iż bieganie, jak każdy inny sport, wiąże się z pewnym ryzykiem, które może mieć wpływ na Twoje zdrowie i życie. Dlatego cały czas monitoruj sytuację i unikaj ryzykownych zachowań – biegasz na własną odpowiedzialność.
4. Biegając w grupie zachowaj odpowiednie odstępy między biegącymi osobami.

III. Postanowienia końcowe

1. Nie ponosimy odpowiedzialności za korzystanie z ścieżki biegowej niezgodnie z niniejszym regulaminem.
2. Zastrzegamy możliwość czasowego wyłączenia ścieżki biegowej lub jej odcinków z użytkowania w celu prowadzenia prac konserwacyjnych lub organizacji imprez sportowych.
3. Niniejsza ścieżka biegowa jest zarządzana przez Ośrodek Sportu i Rekreacji w Suwałkach, ul. Wojska Polskiego 2, 16-400 Suwałki, tel. 87 566-32-82, e-mail: sekretariat@osir.suwalki.pl.

4. Działanie zrealizowano w ramach projektu „Sportowe pogranicze – promocja sportu i zdrowego stylu życia w regionie pogranicza” (ang. „Sports borderland”) w ramach Programu Współpracy Interreg VI-A Litwa-Polska 2021-2027.