

FORMULARZ PROPOZYCJI PROJEKTU

URZĄD MIEJSKI
w Kiszyniu
5096
2018-04-03

Imię i nazwisko zgłaszającego	
Miejsce zamieszkania	
Dane kontaktowe	

NAZWA PROJEKTU:

BIEG EKSTREMALNY MAZURSKIEGO KOMANDOSA - Run Of The Masurian Wolf

KATEGORIA PROJEKTU:

☒ Sport ☐ Kultura ☐ Ekologia ☐ Edukacja ☐ Infrastruktura, architektura i urbanistyka

OPIS PROJEKTU, LOKALIZACJA, ZAKRES RZECZOWY, SZACUNKOWA WARTOŚĆ

Bieg ekstremalny z okazji Święta Wojsk Lądowych w dniach 13-14 września.

W roku 2017 organizowałem I edycję tego biegu tylko dla żołnierzy Wojska Polskiego i eFP Battle Group Poland. Nie mieliśmy środków finansowych na organizację przeszkód ale pomysł, upór oraz pomoc żołnierzy 15BZ pozwoliły na zorganizowanie dość trudnej i ciekawej trasy. Bieg cieszył się dużym zainteresowaniem a opinie uczestników skłoniły nas do organizacji w 2018 roku II edycji tego biegu otwartej dla każdego. Mamy szansę dorównać biegom komandosa i zorganizować bieg, który na stałe wpisze się w kalendarz imprez w m. Giżycko a może nawet przyciągnie ludzi w okresie poza sezonem.

Bieg rozpoczynałby się na Ośrodku Szkolenia 15BZ gdzie zawodnicy mieliby do pokonania określony odcinek przeszkody wodnej, następnie tor szkolenia pododdziałów specjalnych i odbyliby strzelanie biathlonowe na strzelnicy wojskowej. Dalej drogą w kierunku Pierkunowa pokonanie ok 1km bagien i bieg przez Pierkunowo na Plac Ćwiczeń Świdry gdzie ustawione będą kolejne przeszkody.

Pieniądze pozwolą na modernizację torów przeszkód, konstruowanie nowych przeszkód, wynajęcie profesjonalnego pomiaru czasu a także zakup nagród, statuetek oraz gadżetów do pakietów promocyjnych a co za tym idzie zorganizowania imprezy dla większej ilości zawodników.

Szacunkowa wartość projektu: ok. 35.000 zł

- pomiar czasu i numery startowe - ok 7.000 zł
- budowa przeszkód - ok 20.000 zł
- zakup nagród i gadżetów - ok 5.000 zł
- zabezpieczenie akwenu wodnego - ok 3.000 zł

UZASADNIENIE REALIZACJI PROJEKTU

Biegi ekstremalne stanowią atrakcyjną, gwarantującą zastrzyk adrenaliny alternatywę dla klasycznych imprez biegowych. Stąd, z roku na roku przybywa chętnych, którzy chcą zmierzyć się z własnymi ograniczeniami i przeżyć ekstremalną przygodę.

Dlaczego warto spróbować swoich sił w tego typu wydarzeniu?

1. Gdzie kończy się bieg, a zaczyna przygoda

Wielu uczestników biegów ekstremalnych to osoby poszukujące przełamania rutyny i nowych, sportowych wyzwań - dla których klasyczny bieg i powtarzalne treningi to po prostu za mało. W porównaniu do tradycyjnych imprez biegowych, zawody ekstremalne wiążą się z dużo bardziej urozmaiconą trasą, ogromną zabawą i skokiem adrenaliny czekającym praktycznie na każdym kroku. Strzelanie, czołganie się, strome podbiegi czy przedzieranie się przez błoto i bagna, to tylko niektóre z przeszkód, z którymi muszą zmierzyć się na trasie. Dodatkowym atutem jest klimatyczna sceneria i atmosfera takich imprez, zapewniająca biegaczom poczucie udziału w przeżyciu na miarę przygody.

2. Jesteś zwycięzcą!

Dla większości uczestników biegów ekstremalnych nie liczy się wysokie miejsce w klasyfikacji czy nagrody. Największą wygraną jest tak naprawdę... ukończenie biegu i co się z tym wiąże, przełamanie swoich barier, słabości i udana walka z własnymi ograniczeniami. Nie tylko fizycznymi. Biegi z przeszkodami nie należą do najłatwiejszych biegów. Wymagają od uczestników długofalowych, konsekwentnych przygotowań, wytrwałości oraz odporności psychicznej. Okazuje się, że nierzadko, problemem w pokonaniu trasy jest nie tyle brak sprawności fizycznej, ale lęk przed zaliczeniem danej przeszkody. Dlatego samo przekroczenie mety to ogromna satysfakcja i najlepsze zwieńczenie wielomiesięcznych treningów.

3. Nie tylko dla biegaczy

Nie musisz być zapalonym biegaczem i mieć na swoim koncie zaliczonej korony maratonów, by startować w biegach ekstremalnych. Kluczem do sukcesu w tego typu imprezach jest przede wszystkim ogólna sprawność. Wśród osób decydujących się na start można znaleźć osoby, dla których ćwiczenia ograniczały się dotąd do sporadycznego joggingu, miłośników crossfitu, ćwiczeń siłowych, a nawet żołnierzy przyzwyczajonych do ekstremalnego wysiłku. Wbrew pozorom, bardzo dużą część uczestników stanowią kobiety, które nierzadko okazują się dużo bardziej wytrzymałe psychicznie od mężczyzn. Z myślą o wszystkich, którzy chcą spróbować swoich sił w biegu ekstremalnym, niezależnie od kondycji i doświadczenia, często dostępne są różne stopnie trudności tras. Uwzględniają one zarówno zróżnicowane długości dystansów, jak i liczbę przeszkód.

4. Współpraca zamiast rywalizacji

W naszym biegu konieczny jest start w grupie (dwuosobowej). Na start grupowy decydują się przede wszystkim firmy, które wystawiają do biegu swoje drużyny korporacyjne. Często wspólny start pracowników w biegu ekstremalnym jest dla nich swego rodzaju sprawdzianem oraz okazją do rozwijania kompetencji przydatnych w codziennych, biznesowych obowiązkach, takich jak umiejętność pracy w grupie, zarządzania czasem, szybkiego podejmowania decyzji czy nastawienia na cel. Duch rywalizacji jest przełamany współpracą – zawodnicy wspierają się wzajemnie przy pokonywaniu najcięższych przeszkód. - Nic nie łączy tak jak wspólny wysiłek. Dlatego udział w takiej imprezie bardzo często jest początkiem długoletnich znajomości.

5. Powrót do natury

Nieodłącznym aspektem biegu będzie błoto, adrenalina i ogromne zmęczenie. Dla osób, które na co dzień funkcjonują w sterylnych warunkach i wyciągają rano z szafy wyprasowane koszule czy buty na obcasach, takie „sponiewieranie się” podczas biegu to doskonały sposób na reset. Swoisty powrót do naturalnych, pierwotnych instynktów towarzyszy wielu uczestnikom biegów ekstremalnych, dając im dodatkową motywację i jeszcze większą radość. Właśnie w takich warunkach uaktywnia się też instynkt przetrwania, wyzwalający w zawodnikach wspomnianą wcześniej chęć pomocy i poczucie wspólnoty.

UWAGI DO AKTUALNEJ EDYCJI GIŻYCKIEGO BUDŻETU OBYWATELSKIEGO

nie zgłaszam

PROPOZYCJE DO KOLEJNEJ EDYCJI GIŻYCKIEGO BUDŻETU OBYWATELSKIEGO

nie zgłaszam

ZALĄCZNIKI, INNE INFORMACJE I DOKUMENTY

1. Lista oparcia projektu (minimum 15 osób)

2.

3.

UWAGI:

- projekt może złożyć wyłącznie mieszkaniec Giżycka, który ukończył 16 lat,
- lista poparcia danego projektu obejmuje minimum 15 osób (wyłącznie mieszkańcy Giżycka, którzy ukończyli 16 lat),
- zakres obowiązkowych danych na liście poparcia to: nazwa projektu, imię, nazwisko, adres, podpis osoby popierającej.