**Рекомендации по экипировке участников и**

 **правила поведения**

**Условия участия в пробежке:**

- участники должны быть одеты в спортивную одежду;

- участники должны быть обуты в кроссовки для занятий бегом;

- при прохождении регистрации участники должны дать письменное согласие соблюдать правила участия.

 При отсутствии надлежащей экипировки участники не будут допускаться на мероприятие.

Обращаем Ваше внимание, что все участники должны быть здоровы и допущены к спортивным занятиям. При хронических/ вирусных заболеваниях участие в Забеге категорически запрещено.

**Во время проведения пробежки запрещается:**

* приносить, хранить, употреблять и распространять наркотические вещества и любые спиртные напитки (включая пиво);
* изменять местонахождение оборудования на мероприятиях, проводимых в рамках пробежки, без указания организаторов;
* курить в неположенных местах;
* нарушать нормы поведения в общественных местах;
* употреблять ненормативную лексику.

**Участники пробежки должны:**

* быть взаимно вежливыми и дисциплинированными;
* выполнять распоряжения организаторов, связанные с организацией пробежки, дисциплиной.