

北京工程勘察设计协会

关于举办“不负春光好，一起向未来”

奥森 5km/10km 乐跑活动的通知

各会员单位：

奥森四月芳菲尽，乐跑踏青好时节。中国建筑科学研究院为弘扬“用心做事、用情沟通，建研设计、设计未来”的企业文化精神，丰富广大职工的工作和生活，特开展 2022 年春季“奥森/10km 乐跑”活动。北京工程勘察设计协会应邀携手会员单位共同参与此项活动，请各单位有意愿的跑步爱好者积极报名参加。现将有关事项通知如下：

一、活动集合的时间和地点

1、时间：2022 年 4 月 13 日（星期三）下午 14:30。

2、地点：奥森南园南门外。

二、活动结束时间：下午 17:00。

三、活动项目

1、南园：5 km 乐跑；

2、南园+北园：10km 乐跑。

四、报名要求：

1、年龄在 60 岁（男）/55 岁（女）以下，身体健康。

2、报名人员的各项条件应符合北京市新冠疫情防控要求，持有合格的通行绿码。

五、活动要求

（一）有以下疾病患者禁止参加

1、先天性心脏病和风湿性心脏病患者；

2、高血压和脑血管疾病患者；

3、心肌炎和其他心脏病患者；

4、冠状动脉病患者和严重心律不齐者；

5、血糖过高或过低的糖尿病患者；

6、其他不适合此项活动的疾病患者；

7、孕妇。

（二）免责声明

1、本活动遵循“自愿参加、自愿报名、互帮互助”的原则。参加者必须对自己的安全负责。活动中发生意外，发起者和同行者有义务组织救援或改变行程，但不承担任何法律和经济责任，特此声明！

2、凡参加者都应遵循“尽力救助，风险自担”的原则参加活动。凡报名参加者均视为具有完全民事行为能力的人。如活动中，发生意外事故，突发气候变化和急性疾病等不可测因素造成身体损害时，组委会成员和同行者有义务尽力救助。但如果造成了不可逆转的损害，活动发起者和组织者及同行者不承担任何法律和经济责任。

3、凡报名参加活动的各位朋友，均视为具有完全认知能力的民事主体。所以应根据我们的免责声明中的风险提示及对户外活动的认知，请结合自身状况而选择是否参与活动。

六、报名方式：电子报名（扫描下方二维码）。**报名截止时间：**2022年4月12日，人数仅限50名。



活动联系人：孙晓娟 010-68015437

霍晓贝 010-68016541

姜爱丽 010-68022699

北京工程勘察设计协会

2022年4月8日

