



**IVV** to międzynarodowa organizacja turystyczna propagująca aktywny wypoczynek na wolnym powietrzu, poprzez organizowanie rajdów pieszych, rowerowych, narciarskich i pływackich. Rajdy te przebiegają według ściśle opracowanych zasad. Oto najważniejsze reguły rajdów IVV:

- start i meta rajdu znajdują się w tym samym miejscu (zwykle jest to szkoła lub inny budynek użyteczności publicznej)
- trasa rajdu jest oznakowana przez organizatorów w taki sposób by turysta mógł ją przebyć samodzielnie (bez towarzystwa przewodnika)
- ponieważ trasa jest oznakowana - można nią wędrować samodzielnie, dostosowując tempo marszu do własnych możliwości
- standardowa długość tras wynosi: 5, 10, 20 km ; organizowane są również tzw. maratony o długości 42 km .
- na trasie znajdują się punkty kontrolne, na których turysta uzyskuje potwierdzenie przejścia trasy (jest tam również możliwość wypicia herbaty i zjedzenia kanapki)
- po dotarciu na metę turysta uzyskuje wpis do specjalnych książeczek turystycznych dokumentujących liczbę przebytych kilometrów oraz ilość zaliczonych rajdów.
- po spełnieniu odpowiednich kryteriów przyznawane są odznaki za liczbę przebytych kilometrów oraz (niezależnie) za ilość zaliczonych imprez.

W Polsce organizacją popularyzującą zasady IVV jest Polska Federacja Popularyzacji Turystyki z siedzibą w Szczecinie. Rocznie, w różnych miastach Polski, organizowanych jest kilkadziesiąt imprez według zasad IVV.

**Siedziba PFPT: ul. Duńska 48 / 3; PL 71-795 Szczecin;**  
**tel.: +48/ 91 426 9330 (priv.) +48/ 601 889413 (handy);**  
**(Mo. - Fr.-7:00-15:00) tel.: +48/ 91 317 4497 ; +48/ 91 317 1315 ;**  
**Fax : +48/ 91 317 1759**  
**e-Mail: [alindecki@pro.onet.pl](mailto:alindecki@pro.onet.pl)**

## Co to jest IVV ?

**IVV** to skrót od Internationaler Volkssportverband, niemiecka nazwa w tłumaczeniu: Międzynarodowa Federacja Sportów dla każdego. Jako stowarzyszenie wolontariuszy ( non-profit ) zostało zarejestrowane w 1972 roku w Monachium.

Oficjalnym językiem organizacji jest niemiecki, dodatkowo uznawany jest również angielski.

We krajach, które należą do IVV., do których zalicza się również Polska, co roku odbywają się cykliczne imprezy na zasadach: IVV.

IVV wydaje corocznie „Kalendarz Imprez”. Kalendarz ten w porządku chronologicznym zawiera imprezy usystematyzowane według listy poszczególnych państw, zrzeszonej w tej międzynarodowej federacji turystycznej.

## Kto może brać udział ?

Nie jest wymagana żadna wiedza fachowa, ani fachowa literatura, aby poznać i zrozumieć obowiązujące reguły uprawiania tego rodzaju aktywności sportowo-rekreacyjno-turystycznej, bowiem zasady te są bardzo proste i jednakowe we wszystkich państwach zrzeszonych w IVV. Wszędzie tam po zakończeniu każdej imprezy, w której wzięliście udział w ramach wybranej przez Was dyscypliny, otrzymacie na mecie „stempel” potwierdzający wasz udział jak i przebyte kilometry. Wszystko bez limitu czasu, gdyż liczy się tylko udział. Nie ma, więc „wygranych” ani „przeegranych”.

Po każdorazowym zaliczeniu kolejnej odpowiedniej liczby imprez bądź kilometrów, otrzymacie międzynarodowe odznaczenia, naszywki i dyplomy.

## Którą dyscyplinę wybrać ?

W ramach IVV realizowane są cztery zasadnicze dyscypliny:

### 1) Marsze piesze:



Zasadniczo występują tu następujące dystanse: 10, 20, 30 km. Ponadto stosowane są specjalne rodzaje marszy pieszych. Takich jak: maraton: 42 km, „marsze gwiazdzone”, „tygodnie marszowe”, „marsze na długich dystansach”: 4x50 km, itp. Każdy uczestnik może kupić książeczkę imprez (do zaznaczania ilości zaliczonych imprez), oraz książeczkę kilometrową (do zaznaczania ilości przebytych kilometrów). W cenie książeczki zawiera się uprawnienie do uzyskania odznaczenia za

zgrupowanie odpowiedniej liczby imprez i przebytych kilometrów. Pierwszy stopień rozpoczyna się na poziomie 10 imprez lub 500 kilometrów.

### 2) Pływanie:

Zasadniczy dystans: 300 m, (czas nieistotny).

### 3) Jazda rowerem:

Zasadnicze dystanse: 25 i 50 (lub więcej) km.

### 4) Narciarstwo:

Dystanse: 10 i 20 (lub więcej) km.

## Jakie obowiązują zasady imprezy ?

Wszystkie trasy są specjalnie (praktycznie każdorazowo) znaczone za pomocą specjalnych wstążek i taśm samoprzylepnych. Na starcie organizatorzy przez kilka godzin przyjmują przybywających z całego świata uczestników i sprzedają im karty startowe. Na trasie znajdują się punkty kontrolne, na których organizatorzy potwierdzają dotarcie do tego miejsca, zaznaczając w odpowiedni sposób na tych kartach startowych. Na mecie marszu, organizatorzy na podstawie tak oznaczonych kart startowych, potwierdzają „stemplem – IVV” zaliczenie imprezy i przebytych kilometrów.

Przyjdź na taką imprezę i sam sprawdź, jakie to proste. Spotkasz na niej wielu aktualnych i przyszłych przyjaciół spośród międzynarodowej rzeszy 10 milionów uczestników naszych imprez. Przyłącz się do nas.