

Otwarte Mistrzostwa
Amatorów Dolnego śląska
w narciarstwie biegowym- Zieleniec 2015

REGULAMIN

I. ORGANIZATORZY:

- Stowarzyszenie Zieleniec,
- Ośrodek Kultury i Sportu Duszniki Zdrój,
- Szkoła Narciarstwa Biegowego Centrum Śnieżnik Międzygórze.

II. CELE BIEGU:

- popularyzacja narciarstwa biegowego jako prozdrowotnej formy ruchu,
- promocja turystyczno- rekreacyjnych walorów Dolnego Śląska na pograniczu Polsko-Czeskim w Górach Orlickich,
- przedłużenie sezonu zimowego,
- doskonalenie techniki biegu stylem klasycznym i tyżwowym,
- umożliwienie sprawdzenia możliwości kondycyjnych i sprawności fizycznej organizmów uczestników biegu.

III. TERMIN I MIEJSCE:

Bieg odbędzie się w dniu 14 i 15 marca 2015r. w Ośrodku Sportów Zimowych Zieleniec na trasie od tzw. „Kamienia” wzdłuż granicy polsko- Czeskiej do Masarikowej Chaty.

IV. SPOSÓB PRZEPROWADZENIA BIEGU:

Bieg zostanie przeprowadzony stylem klasycznym- 14.03.2015r. i dowolnym- 15.03.2015r. ze startu wspólnego zgodnie z Narciarskim Regulaminem Sportowym PZN i Wytycznymi Sportowymi na sezon zimowy 2014/2015 i niniejszym regulaminem w następujących grupach:

- open kobiety- 10km; open mężczyźni- 10km (rok urodzenia 2001 i starsi),

- marszbieg rodzinny w składzie 3- osobowym na dystansie 3km. (skład dowolny- rodzice i jedno dziecko, dwoje dzieci i jeden rodzic),
- bieg przebierańców w stylu retro na dystansie 3km. (dotyczy sprzętu narciarskiego i przebrania).

V. Nagrody:

- za pierwsze trzy miejsca w grupie open kobiet i open mężczyzn medale i nagrody finansowe w następujących kwotach:

I miejsce 300zł.,

II miejsce 200zł.,

III miejsce 100zł.

- za ukończenie biegu rodzinnego zostaną rozlosowane bezpłatne pobyty tygodniowe w wybranych Ośrodkach pobytowych w Zieleńcu,
- wszystkim uczestnikom biegu na mecie zostaną wręczone okolicznościowe medale za ukończenie biegu,
- dodatkowo wśród wszystkich osób, które ukończą bieg zostaną rozlosowane nagrody rzeczowe i bezpłatne pobyty tygodniowe w wybranych ośrodkach Zieleńca; dotyczy to również biegu przebierańców.

VI. ZGŁOSZENIA:

- **ze względów organizacyjnych liczba zgłoszeń jest ograniczona do 120 osób włącznie,**

- adres Biura Zawodów: - do dnia 12.03.2015r. zgłoszenia będą przyjmowane na adres:

e-mail: ski@spazieleniec.pl

VII. ZASADY UCZESTNICTWA:

- w biegu może wziąć udział każda osoba, która ukończyła 18 lat, a osoby niepełnoletnie startują za pisemną zgodą rodzica lub prawnego opiekuna,
- organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia OC i NNW, uczestnicy startują na własną odpowiedzialność i zobowiązani są do ubezpieczenia się we własnym zakresie,
- zgłoszenia będą przyjmowane w następujący sposób:

za udział w biegu będą przyjmowane zgłoszenia dnia 12.03.2015r.; opłata startowa w biurze zawodów- 30zł. od każdej osoby; emeryci renciści 20zł. po okazaniu dokumentu emeryta

lub rencisty; bieg rodzinny- 15zł. od każdej osoby; od dnia 13.03.2015r. opłata startowa ulegnie zwiększeniu o 10zł.

VIII. PROGRAM BIEGU:

13.03.2015r.:

- godz. 18:00- 20:00 wydawanie numerów startowych i pobieranie opłaty startowej
- godz. 19:00- 22:00 biesiada narciarska.

14.03.2015r.

- godz. 8:00- 11:00 dodatkowe wydawanie numerów startowych i pobieranie opłaty startowej,
- godz. 11:10 wyjście na miejsce startu,
- godz. 12:00 równoczesny start do biegu stylem klasycznym na dystansach 10km. i 3km.,
- godz. 17:00 wręczenie medali w ramach Amatorskich Mistrzostw Dolnego Śląska i losowanie nagród,
- godz. 18:00- 20:00 wydawanie numerów startowych i pobieranie opłat startowych na drugi dzień zawodów,
- 19:00- 22:00 biesiada narciarska.

15.03.2015r.

- godz. 8:00- 10:00 dodatkowe wydawanie numerów startowych i pobieranie wpisowego,
- godz. 10:10 wyjście na miejsce startu,
- godz. 11:00 start do biegu stylem dowolnym,
- godz. 14:30 wręczenie medali, okolicznościowych dyplomów i losowanie nagród.

- 9:30– 10:45- zapisy, odbiór numerów startowych, uiszczenie opłaty startowej w Biurze Zawodów,
- godz.-11:25 – oficjalne otwarcie biegu,
- 11:30- start do biegów głównych: kobiety 6km., mężczyźni 10km,

- godz. 11:35- start do biegu dzieci,
- godz. 12:45- 13:15- losowanie nagród rzeczowych,
- godz.14:30- wręczenie medali, oficjalne zakończenie biegu.

IX. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- udział w biegu jest jednoznaczny z akceptacją wszystkich zapisów niniejszego regulaminu,
- uczestnik biegu wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb biegu oraz na rozpowszechnianie swojego wizerunku na materiałach filmowych i fotograficznych z biegu,
- uczestnik biegu startuje na własną odpowiedzialność; zaleca się posiadanie aktualnych badań lekarskich,
- organizator nie ponosi odpowiedzialności za zniszczenia nart powstałe w trakcie biegu,
- organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy,
- organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie i programie biegów, o których poinformuje biuro zawodów w dniach 13 i 14.03.2015r. i przed rozpoczęciem biegu,
- wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do jury zawodów,
- organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn,
- uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony (niedozwoloną trasą lub techniką) zostaną zdyskwalifikowani,
- zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu bądź innych środków odurzających,
- zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie się podczas trwania imprezy,
- organizator zastrzega sobie prawo do przesunięcia terminu biegu w przypadku niekorzystnych warunków atmosferycznych.

Za organizatorów:

Jerzy Rybczyński- Kierownik Mistrzostw