

REGULAMIN

XI Biegu przełajowego w Żórawinie w ramach Gminnej Parafiady 04 maja 2019r.

Udział w biegu crossowym - na dystansie ~5 km w 14 kategoriach wiekowych (po 7 kategorii dla kobiet i mężczyzn):

- K -16, M-16 16 - 19 lat,
- K - 20,M-20 20 - 29 lat,
- K - 30,M-30 30 - 39 lat,
- K - 40,M-40 40 - 49 lat,
- K - 50,M-50 50 - 59 lat,
- K - 60,M-60 60 - 69 lat,
- K - 70,M-70 70 + lat

(K- kategorie dla kobiet, M-kategorie dla mężczyzn)

Termin: 04 maja 2019r.

Trasa: Trasa biegu to trzy pętle po ~1,6 KM po powierzchni miękkiej na terenie kompleksu sportowego w Żórawinie oraz parku.

START : Żórawina Hala Sportowa

META: Żórawina Hala Sportowa

Dystans: ~5 km (nawierzchnia miękka)

UCZESTNICTWO:

Uczestnikiem może być każda zdrowa osoba, która w dniu startu ma ukończone co najmniej 16 lat. Osoby poniżej 18 lat powinny posiadać zgodę rodziców lub prawnych opiekunów.

Do biegu dopuszczone zostaną wyłącznie osoby, które złożą podpisane własnoręcznie oświadczenie o zdolności do udziału w biegu.

W biegu mogą brać udział wszyscy chętni nie mający przeciwwskazań lekarskich do udziału w dyscyplinach sportowych typu wytrzymałościowego.

PLAN MINUTOWY DLA BIEGU GŁÓWNEGO:

- 08:00 -09.45 - Zapisy zawodników do biegu
- 09:45 -10:00 - Odprawa przed biegiem
- 10.00 - Rozpoczęcie biegu
- 10:20 - Pierwsi zawodnicy przybiegają na metę
- 10:45 - Zakończenie biegu
- 11:30 - Rozdanie nagród zawodnikom

PLAN MINUTOWY DLA BIEGU TOWARZYSZĄCEGO - “dla dzieci ”

08:00 - 10:30 - ZAPISY

11:00 Start

11:05 Koniec biegu

NAGRODY:

Nagrody rzeczowe w postaci medali z grawerem otrzyma trzech pierwszych zawodników w kategorii OPEN kobiet i mężczyzn, najszybszy mieszkaniec i mieszkanka Gminy Żórawina oraz najmłodszy i najstarszy mieszkaniec Gminy Żórawina.

Dodatkowo medal otrzyma ostatni uczestnik biegu.

Wszystkim, którzy ukończą bieg zostaną uroczyście wręczone medale.

Zwycięzcy w kategoriach wiekowych również otrzymają odpowiednio opisane nagrody w postaci medali.

LICZBA UCZESTNIKÓW:

Przewidywana ilość uczestników w biegu głównym ~100 osób dorosłych oraz ~ 50 dzieci.

POZOSTAŁE USTALENIA :

- na mecie zawodnikom zostanie posiek regeneracyjny
- bieg odbędzie się bez względu na pogodę,
- zawodnicy startują na własną odpowiedzialność,
- organizator zastrzega sobie wyłączne prawo do interpretacji niniejszego regulaminu,
- organizatorzy nie odpowiadają za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas imprezy,
- protesty rozstrzyga Organizator Biegu (będą rozpatrywane bezpośrednio po biegu),
- uczestnicy nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.

Informacja telefoniczna:

Natalia Olszyńska -> **577-147-757**

Patryk Kałęka -> **577-987-757**

Uczestnikami tej imprezy będą wszyscy chętni .Zapraszamy na kibicowanie i głośny, entuzjastyczny doping oraz ewentualne uczestnictwo.

Podpis

Prezes Klubu “Team Luks Żórawina-Wrocław”
Roman Lisiecki