



„V RAZEM do CELU”

Marszem, Biegiem i Rowerem
o puchar Starosty, Burmistrza i

So 1 tysa

REGULAMIN

Organizator:

LUKS „ROSPONDEK” przy PSP ŻYROWA

Współorganizator:

„STARTER” Zdieszowice

Grupa KAPIJA Sport Zdieszowice

Stowarzyszenie „Nasze Dziedzictwo” Żyrowa

Partnerzy:

Starostwo Krapkowice

Miasto Zdieszowice

Sołtys Wsi Oleszka

Media:

TVP OPOLE, Radio Park, Tygodnik Krapkowicki

Cel imprezy:

1. Popularyzacja i upowszechnianie biegania, jazdy rowerem i marszu z kijkami jako sposobu na aktywny wypoczynek i prozdrowotne oddziaływanie na człowieka
2. Promocja Wsi Oleszka i terenów wokół
3. Wkład w promocję imprez sportowych w województwie opolskim
4. Integracja rodzin poprzez sport i aktywny wypoczynek.

Termin i miejsce:

29 września 2018 r. Sobota Oleszka w pobliżu Zdieszowic.

Start i Meta oraz biuro zawodów: teren rekreacyjny w centrum Oleszki

Biuro zawodów: od 10:00 do 11:00

Start wspólny dla wszystkich trzech dyscyplin godzina **11:30**

ok. 13:00 Biegi dla dzieciaków - „Krasnali” (od 200 do 600 metrów)

Dekoracja uczestników: ok. 13:45

Warunki Uczestnictwa:

Nordic Walking - startuje każdy kto potrafi kije utrzymać w rękach!

ROWERZYŚCI powyżej 16 lat KASK OCHRONNY i SPRAWNY ROWER!!!

BIEGACZE osoby od 14 -tego roku życia (rodzice/opiekunowie osób niepełnoletnich muszą podpisać w biurze zawodów zgodę na udział dziecka)

Wpłata za udział 20 zł do 24 września 2018 r.

na konto: LUKS „Rospondek” Raiffeisen Bank

numer konta: **68 1750 0012 0000 0000 3349 8896**

Opłata startowa w dniu zawodów wynosi 40 zł. Płatne w biurze w dniu zawodów. od 10:00 do 11:00

Chętni do udziału w zawodach dokonują rejestracji internetowej do 24 września 2018 r.

Limit uczestników trzech dyscyplin = 100 osób.

Pod linkiem: online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=4110

Można również zapisać się na zawody w dniu 29 września 2018 roku od 10:00 do 11:00 na miejscu

W ramach wpisowego uczestnicy mają zagwarantowane:

- pomoc medyczną,
- elektroniczny pomiar czasu „STARTER”

- zabezpieczenie trasy,
- toi toi,
- posiłek i ciepłą herbatę,
- po ukończeniu **łoczony MEDAL**,
- i dobrą zabawę - bo dobrej pogody zagwarantować nie możemy...

Trasa:

Teren pagórkowaty, przebieg trasy o charakterze anglosaskim. Asfalt na odcinku ok. 3km, pozostała część trasy to drogi polne i dukty leśne.

Jedna pętla dla wszystkich trzech dyscyplin = ok.8 km

~Limit czasu: czekamy cierpliwie na wszystkich....

Klasyfikacja zawodów:

Generalna w każdej z trzech dyscyplin (Kat. Gen. K/M miejsca I, II, III - PUCHARY)

Przewiduje się również nagrody niespodzianki...(w zależności od hojności sponsorów)

Program zawodów:

10:00 -11:00 praca biura zawodów (zapisy, weryfikacja i wydawanie numerów startowych)

11:15 Wspólna rozgrzewka - taniec z instruktorem

11:20 -Odprawa techniczna (wejście zawodników do strefy startu według dyscyplin- KOLEJNOŚĆ: Rowerzyści następnie biegacze i zawodnicy z kijkami)

Oficjalne otwarcie zawodów.

11:30- WSPÓLNY START Trzech dyscyplin

ok. 13:00 Starty biegów dla KRASNALI z podziałem na wiek w zależności od ilości chętnych

ok. 13:45 Ceremonia i dekoracja zawodników tych małych i większych :)

UWAGA! Program zawodów może ulec zmianie ze względu na ilość uczestników.

Każdy zawodnik podpisuje oświadczenie woli o starcie na własną odpowiedzialność!

Postanowienia końcowe:

- Organizator nie gwarantuje ubezpieczenia uczestników od następstw nieszczęśliwych wypadków.
- Zawodnik w trakcie może podjąć decyzję o przerwaniu swojego wyścigu (z przyczyn niezależnych lub z wyboru), wówczas ma obowiązek poinformować sędziego głównego lub obsługę zawodów na trasie.
- Podczas wyścigu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe przymocowane na zewnętrznej wierzchniej warstwie ubrania na wysokości klatki piersiowej. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego.
- Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe
- Trasa może ulec zmianie
- Trasa oznakowana: bariery ochronne i taśmy ostrzegawcze.
- Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność
- Interpretacja niniejszego regulaminu należy do Dyrektora biura zawodów i koordynatora.

Wszelkich informacji udzielają:

Koordynatorzy zawodów	- Piotr Orian	604 589 483
Kierownik trasy	- Grzegorz Lippa	605 855 512
Dyrektor biura zawodów	- Anna Orian	602 534 780
Sprawy logistyczne	- Janusz Sojka	607 667 787

Zawody towarzyszące:

Biegi dla Krasnali (dzieci) (od 13:00) na dystansie od 200 do 600 metrów.

Udział dziecka w zawodach przy obecności rodzica/opiekuna prawnego.

Zapisy: 11:00 do 12:00 w dniu zawodów.



**POWIAT
KRAPKOWICKI**
W SERCU OPOLSZCZYZNY
www.powiatkrapkowicki.pl

