



MISTRZOSTWA POLSKI

W BIEGACH NA NARTOROLKACH

PUCHAR POLSKI

MISTRZOSTWA DOLNEGO ŚLASKA W BIEGACH NA NARTOROLKACH

Jelenia Góra, 10 – 11.09.2016r.

KOMUNIKAT NR 2

- Organizator:** Dolnośląski Związek Narciarski 58-570 Jelenia Góra ul. Karkonoska 5
e – mail biuro@odzn.pl
- Organizacje wspierające:** Polski Związek Narciarski, Urząd Miasta w Jeleniej Górze, Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego, Stowarzyszenie „Bieg Piastów” Jakuszyce, MKS „Karkonosze” Sporty Zimowe w Jeleniej Górze
- Miejsce i termin:** Trasy biegowe Transgranicznego Centrum Turystyki Aktywnej w Jeleniej Górze ul. Bronka Czecha 14 oraz Podgórzyn – Podzamcze – Zachełmie k/Jeleniej Góry Jelenia Góra, 10 – 11.09.2016r.
- Kierownik Zawodów:** Zbigniew Stępień
- Biuro Zawodów:** Transgraniczne Centrum Turystyki Aktywnej 58-570 Jelenia Góra ul. Bronka Czecha 14 – MKS „Karkonosze” Sporty Zimowe
- Zgłoszenia:** Zgłoszenia na drukach PZN poprzez formularz:
(do pobrania <http://www.odzn.pl/zgloszenia>) e-mail: biuro@odzn.pl
do dnia 08.09.2016r. do godz. 15:00
- Cel zawodów:** Popularyzacja narciarstwa biegowego, poprzez uczestnictwo w zawodach na nartorolkach, które są formą do przygotowanie do sezonu zimowego 2016 – 2017

Uczestnictwo:	<u>Kategoria</u>	<u>Rocznik</u>
–	Seniorka /Senior	1996 i starsi
–	Juniorka A/Junior A	1997 i 1998
–	Juniorka B/Junior B	1999 i 2000
–	Juniorka C/Junior C	2001 i 2002
–	Juniorka D/Junior D	2003 i 2004
	Amator – zgodnie z regulaminem PZN – 3 lata po zakończeniu zawodniczego uprawiania narciarstwa biegowego	

Program zawodów:

09.09.2016r. Godz.18:00 – odprawa i losowanie w Biurze Zawodów: Transgraniczne Centrum Turystyki Aktywnej 58-570 Jelenia Góra ul. Bronka Czecha 14 – MKS „Karkonosze” Sporty Zimowe

I dzień zawodów – start interwałowy – bieg techniką dowolną (FT)

10.09.2016r. godz.10.00 start pierwszej grupy zawodników

Senior/Junior A	14 km	7 x 2 km
Seniorka/Juniorka A	10 km	5 x 2 km
Junior B	10 km	5 x 2 km
Junior C	8 km	4 x 2 km
Juniorka B	6 km	3 x 2 km
Juniorka C	6 km	3 x 2 km
Amatorzy	6 km	3 x 2 km
Junior D	4 km	2 x 2 km
Juniorka D	4 km	2 x 2 km

II dzień zawodów – start interwałowy – Bieg Pod Górę – 3000 m – bieg techniką klasyczną (CT)

<u>11.09.2016r.</u>	10:00	Senior/Junior A
	10:40	Seniorka/Juniorka A
	11:20	Junior B/Junior C
	12:00	Juniorka B/Juniorka C
	12:40	Amatorka/Amator

1. Inne ustalenia:

- **Zawodnik musi posiadać aktualne badania lekarskie i ubezpieczenie.**
- W pierwszym dniu zawodów bieg odbędzie się **techniką dowolną (FT)**.
- W drugim dniu zawodów bieg odbywać się będzie **techniką klasyczną (CT)**.
- Zawodnicy startują na sprzęcie organizatora /losowanie nartorolek/.
- **Nartorolki przygotowane są przez organizatora, przy zgłoszeniach proszę o podanie typu wiązań.**
- **Uczestnik zawodów zobowiązany jest do posiadania kasku ochronnego i okularów.**
- Za ubezpieczenie zawodników odpowiada zgłaszający **Klub, organizacja lub osobiście zgłoszony zawodnik** /Art. 52 ust. O Kult. Fiz. z dnia 19.01.1996r./
- Uroczystość dekoracji bezpośrednio po zakończeniu zawodów.

2. Nagrody:

- **I – III miejsce** – medal + dyplom + upominki,
- **IV – V – VI** – dyplomy + upominki

3. Opłata startowa:

- **Obowiązuje opłata startowa** w wysokości: **25,00 PLN dla zawodników z licencjami** (Seniorka/Senior, Juniorka/Junior A, B, C, D)
- **Zawodnicy z grupy AMATOR – 30,00 PLN** – opłata pobierana przy odbiorze numerów startowych.
- **Opłata startowa pobierana przy odbiorze numerów startowych w dniu zawodów.**

4. Zgłoszenia do zawodów **wyłącznie na obowiązujących drukach PZN.**

5. Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z **NRS i Wytycznymi PZN**

6. **Start w zawodach na własną odpowiedzialność.**

7. **Organizator nie ponosi odpowiedzialności** za szkody wynikłe w stosunku do uczestników zawodów, osób trzecich oraz ewentualne nieszczęśliwe wypadki podczas zawodów.

8. Uczestnik imprezy zobowiązany jest do przestrzegania regulaminu zawodów. Nie przestrzeganie oraz niedostosowanie się do uwag i poleceń organizatora zawodów powoduje dyskwalifikację zawodnika.

9. Zawody będą odbywały się bez względu na panujące warunki atmosferyczne.

10. Wszystkie kwestie sporne dotyczące rozgrywanych zawodów oraz rywalizacji rozstrzyga organizator i Komisja Sędziowska/Jury Zawodów/zgodnie z wytycznymi PZN i NRS.

11. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w programie w przypadku niesprzyjających warunków atmosferycznych.

12. Kontakt i informacje :

- **Kierownik Zawodów – Stępień Zbigniew** – Tel. 502 711 686, e – mail z_stemp@wp.pl , biuro@odzn.pl

Organizator