



MISTRZOSTWA POLSKI W BIEGACH NA NARTOROLKACH PUCHAR POLSKI



MISTRZOSTWA POLSKI AMATORÓW W BIEGACH NA NARTOROLKACH Jelenia Góra, 08 – 09.09.2018r.

KOMUNIKAT NR 2

- Organizator:** Dolnośląski Związek Narciarski 58-570 Jelenia Góra ul. Karkonoska 5
e – mail: mail@odzn.pl
- Organizacje wspierające:** Polski Związek Narciarski, Urząd Miasta w Jeleniej Górze, Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego, Stowarzyszenie „Bieg Piastów” Jakuszyce, MKS „Karkonosze” Sporty Zimowe Jelenia Góra, Wójt Gminy Podgórzyn
- Miejsce i termin:** Trasy biegowe Transgranicznego Centrum Turystyki Aktywnej w Jeleniej Górze ul. Bronka Czecha 14 oraz Gmina Podgórzyn: Podzamcze – Zachełmie Jelenia Góra, 08 – 09.09.2018r.
- Kierownik Zawodów:** Zbigniew Stępień
- Biuro Zawodów:** Transgraniczne Centrum Turystyki Aktywnej 58-570 Jelenia Góra ul. Bronka Czecha 14.
- Zgłoszenia:** Zgłoszenia na drukach PZN poprzez formularz:
(do pobrania <http://www.odzn.pl/zgloszenia>) e-mail: mail@odzn.pl
do dnia **07.09.2018r. do godz. 15:00**
- Cel zawodów:** Wyłonienie Mistrza Polski w biegu na nartorolkach; Popularyzacja narciarstwa biegowego, poprzez uczestnictwo w zawodach na nartorolkach, które są formą przygotowanie do sezonu zimowego 2018 – 2019
- Uczestnictwo:**

Kategoria	Rocznik
– Seniorka /Senior	1998 i starsi
– Juniorka A/Junior A	1999/ 2000
– Juniorka B/Junior B	2001/ 2002
– Juniorka C/Junior C	2003/ 2004
– Juniorka D/Junior D	2005/2006
– Amator/kobiety/mężczyźni	
- Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z przepisami NRS.**
- 10. Program zawodów:**
- 11. 07.09.2018r.** Godz.18:00 – odprawa i losowanie w Biurze Zawodów: Transgraniczne Centrum Turystyki Aktywnej 58-570 Jelenia Góra ul. Bronka Czecha 14.

12. I dzień zawodów – start interwałowy – bieg techniką dowolną (F)

11:00	Senior/Junior A/Junior B	10 km	5 x 2 km
11:30	Seniorka/Juniorka A/Juniorka B	6 km	3 x 2 km
12:00	Junior C/ Juniorka C	6 km	3 x 2 km
12:45	Junior D/ Juniorka D	4 km	2 x 2 km
13:00	Amator/Amatorki	6 km	3 x 2 km



II dzień zawodów – start interwałowy – Bieg Pod Górę – 3300 m – bieg techniką klasyczną (CT)

13. 09.09.2018r.
- 11:00 Senior/Junior A
 - 11:30 Seniorka/Juniorka A
 - 12:00 Junior B/Junior C/ Junior D
 - 12:30 Juniorka B/ Juniorka C/ Juniorka D
 - 13:00 Amatorka/Amator

14. Inne ustalenia:

- Zawodnik musi posiadać aktualne badania lekarskie i ubezpieczenie.
- W pierwszym dniu zawodów bieg odbędzie się techniką dowolną (F).
- Zawodnicy w grupie Senior/Junior A/Junior B/Junior C i D w pierwszym dniu zawodów startują na sprzęcie organizatora /losowanie nartorolek/.
- Nartorolki przygotowane są przez organizatora, przy zgłoszeniach proszę o podanie typu wiązań.
- W grupie – Amator, startują na sprzęcie własnym/koła gumowe o średnicy do 100mm – Kolor czarny/
- W drugim dniu zawodów bieg odbywać się będzie techniką klasyczną (CT).
- Zawodnicy wszystkich kategorii startują na własnym sprzęcie. Wprowadza się ograniczenie wymiarów maksymalnych do /koła gumowe o średnicy 80 mm i szerokości 45 mm/
- 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.

15. Nagrody:

- I – III miejsce – medale
- I - VIII dyplomy
- Puchary – punktacja klubowa, seniorka/senior, najmłodszy zawodnik/zawodniczka, najstarszy zawodnik/zawodniczka

16. 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.

17. Zgłoszenia do zawodów wyłącznie na obowiązujących drukach PZN i na formularzu zgłoszeniowym pobranym ze strony: www.odzn.pl

18. Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z NRS i Wytycznymi PZN

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

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

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

22. Kontakt i informacje – Kierownik Zawodów – 502 711 686 z_stemp@wp.pl ; – mail@odzn.pl

Organizator

