

Regulamin Mistrzostw Polski w Biegach Górskich W Stylu Anglosaskim



Gmina Iwonicz-Zdrój

Iwonicz-Zdrój 19.05.2012 r.

REGULAMIN

Mistrzostw Polski w Biegach Górskich Stylem Anglosaskim

1. Cele

- wyłonienie najlepszych zawodników w Polsce uczestniczących w zawodach w kategorii seniorów
- eliminacje do Mistrzostw Europy seniorów
- promocja Gminy Uzdrawiskowej Iwonicz-Zdrój
- propagowania i kształtowanie sportowego, zdrowego stylu życia

2. Organizatorzy

- Iwoniccki Klub Narciarski „Górnik” w Iwoniczu-Zdroju
- Polski Związek Lekkiej Atletyki
- Gmina Iwonicz-Zdrój
- Gminny Ośrodek Kultury w Iwoniczu-Zdroju
- Starostwo Powiatu w Krośnie
- Powiatowa Komenda Policji w Krośnie
- Ochotnicza Straż Pożarna w Iwoniczu-Zdroju

Patronat Honorowy : Paweł Pernal, Burmistrz Gminy Iwonicz-Zdrój

3. Termin i miejsce : .

Impreza odbędzie się w dniu 19.05.2012 r w Iwoniczu-Zdroju. Start - Plac Dietla, meta - Amfiteatr, Al. Leśna 2a, Iwonicz-Zdrój .

4. Biuro zawodów :

Amfiteatr Al. Leśna 2a, 38- 440 Iwonicz-Zdrój,

Dyrektor Zawodów

Edward Jakiela

Tel. 725725703, e-mail: edi_jakiela@poczta.onet.pl

Sędzia Główny

Sławomir Szewczyk
Tel. 605147160

Adres korespondencyjny: IKN „Górnik” Plac Dietla 2, 38-440 Iwonicz-Zdrój. Faks:
134350330,

Strona informacyjna zawodów: www.mpbg.iwonicz-zdroj.pl

5. Program imprezy:

18.05.2012 r. (piątek)

- 17³⁰ – 20⁰⁰ - dodatkowe przyjmowanie zgłoszeń, Biuro Zawodów, Amfiteatr Al. Leśna, Iwonicz-Zdrój

MISTRZOSTWA POLSKI SENIORÓW W STYLU ANGLOSASKIM

19.05.2012 r. (sobota)

- 9⁰⁰-11⁰⁰ - dodatkowe zgłoszenia zawodników, pobieranie numerów startowych, Biuro Zawodów, Amfiteatr Al. Leśna, Iwonicz-Zdrój
- 12⁰⁰ - uroczyste otwarcie imprezy, Plac Dietla

Program minutowy:

- 12¹⁵
 - Seniorzy M 20, M 30 - 9,7 km
- 13¹⁵
 - Kobiety
 - Weterani M40, M50, M60
- 14³⁰
 - Juniorzy 7,5 km
- Bieg Otwarty na dystansie jednego okrążenia 3,1 km

W biegu otwartym mogą startować wszyscy chętni którzy chcą poczuć namiastkę prawdziwego, ekstremalnego biegu górskiego w stylu anglosaskim. Bieg odbędzie się dokładnie na tej samej pętli, na której będą biegać zawodnicy startujący w Mistrzostwach Polski. Do startu zapraszamy amatorów biegania, kibiców, trenerów, zawodników innych dyscyplin sportowych oraz wszystkich, którzy chcą sprawdzić swoje siły na górskiej trasie.

Po zakończeniu biegu przewidziana jest losowanie cennych nagród rzeczowych wśród wszystkich uczestników biegu otwartego.

16⁰⁰ - zakończenie zawodów, Amfiteatr, Al. Leśna 2a, Iwonicz-Zdrój

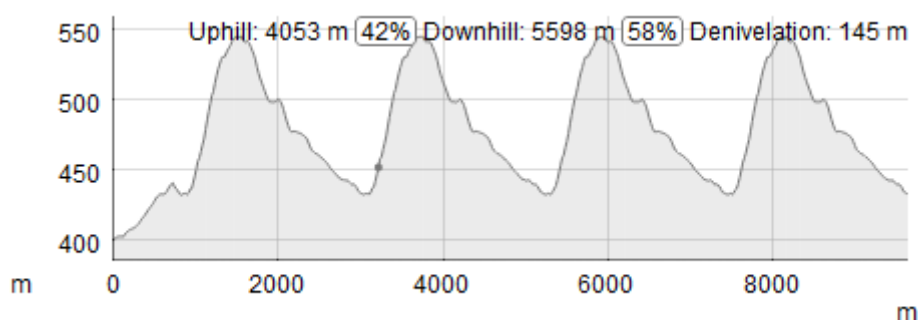
6. Trasa:

Trasa zawodów przebiegać będzie szlakiem spacerowym na górę Przedziwną.

START: na wysokości Placu Dietla, dobieg do pętli nawierzchnią asfaltową na odcinku 700 m i wbiegnięcie na trasę. **Kobiety, juniorzy, oraz kat. męskie od M40** pokonują 3 pętle o długości 2300 m każda, natomiast **kat. M20 i M30** 4 pętle. **META:** przy Amfiteatrze w Iwonicz-Zdrój .

Informacje dotyczący trasy: Izabela Zatorska, tel. 505545195

PROFIL TRASY



Przewyższenie trasy o długości 9,7 km wynosi + 535 m -505 m, trasy o długości 7,5 m - +420 m -390 m, natomiast w biegu otwartym o długości 3,1 km +145 m – 115 m.

7. Uczestnictwo i opłata startowa:

- w zawodach uczestniczą wszyscy chętni bez względu na formę uprawiania tej dyscypliny sportu
- wymagane posiadanie aktualnej karty zdrowia, zaświadczenia lekarskiego zdolności do udziału w zawodach sportowych lub (dorosłego), trenera, kierownika ekipy, iż zawodnicy będący pod ich opieką nie posiadają żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach sportowych, a ich stan zdrowia konsultowany jest z lekarzem
- warunkiem otrzymania numeru startowego jest okazanie dowodu potwierdzającego uiszczenie opłaty startowej
- opłata startowa: 30 zł (zgłoszenie po 12 maja oraz w dniu zawodów - 45 zł). Opłata nie będzie pobierana od uczestników Biegu otwartego !

- opłatę startową prosimy przesłać do dnia 12 maja 2012 r., na konto organizatora: **IKN Górnik**

PBS Sanok, nr rach.: **92 8642 1041 2006 4005 1316 0001**, z dopiskiem **Oplata startowa bieg górski**

- w dniu 18 i 19 maja 2012 r., wpłata opłaty startowej tylko na kwitariusz organizatora w **Biurze zawodów**
- w biegu otwartym – losowanie nagród, loteria fantowa dla wszystkich.

8. Zgłoszenia :

W celu zgłoszenia na zawody kliknij poniższy link:

9. Grupy wiekowe, dystanse :

Kategorie wiekowe (o przynależności decyduje rocznik)

M16 – 16-19 lat - 7,5 km
M20 – 20-29 lat - 9,7 km
M30 – 30 -39 lat - 9,7 km
M40 – 40-49 lat - 7,5 km
M50 – 50-59 lat - 7,5 km
M60 - lat i więcej - 7,5 km

K20 – 16-29 lat -7,5 km (wszystkie grupy wiekowe)
K30 – 30-39 lat
K40 – 40-49 lat
K50 – lat i więcej

10. Nagrody:

Kategoria Generalna :

Kobiet i mężczyzn :
1 miejsce – 600 zł
2 miejsce – 500 zł
3 miejsce – 400 zł
4 miejsce – 300 zł
5 miejsce – 200 zł

6 miejsce – 100 zł

- a) za miejsca I – VI w kategorii generalnej kobiet i mężczyzn: medale Mistrzostw Polski oraz nagrody finansowe (w Mistrzostwach Polski klasyfikowane są tylko osoby posiadające obywatelstwo polskie)
- b) za miejsca I -III w poszczególnych kategoriach wiekowych: dyplomy, medale oraz (w miarę możliwości) nagrody rzeczowe
- c) wszyscy zawodnicy biorący udział w Mistrzostwach Polski otrzymają pamiątkowe medale i koszulki
- d) dla zwycięzców biegu otwartego w kat. K i M: puchary, dla wszystkich uczestników biegu otwartego losowanie cennych nagród rzeczowych.

11. Noclegi i wyżywienie:

- a) **Agroturystyka we Wrocance 6 km od miejsca startu, tel.505545195, <http://sportchata.prv.pl>**
- b) **Informacja o wszystkich noclegach w Iwoniczu-Zdroju na stronie www.iwonicz-zdroj.pl**

Po biegu każdy zawodnik startujący w Mistrzostwach Polski otrzyma ciepły posiłek i gorącą herbatę.

12. Postanowienia końcowe :

- dodatkowe informacje można uzyskać w Biurze Zawodów oraz na stronie www.mpbg.iwonicz-zdroj.pl
- organizator zastrzega sobie prawo interpretacji kwestii nie ujętych w powyższym regulaminie w uzgodnieniu z jury zawodów
- zgłaszający zawodników zobowiązani są do wcześniejszego dokonania stosownych ubezpieczeń startujących uczestników
- organizatorzy nie odpowiadają za nieszczęśliwe wypadki, uczestnicy startują na własne ryzyko.

OŚWIADCZENIE

Oświadczam, iż zawodnik/zawodnicy klubu (lub niezrzeszeni)

.....
będący pod moja opieką, tj.:

L.p.	Nazwisko i imię	Data ur.	Klub/ adres

nie posiada/nie posiadam/nie posiadają żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach sportowych, a jego/ich stan zdrowia konsultowany jest z lekarzem.

Iwonicz-Zdrój, data _____

Podpisy rodziców/prawnych opiekunów/kierownika klubu - trenera/podpis uczestnika
