

# Regulamin

## IV Bieg Górski Oświeconego Wojownika im. św. Jana Pawła II

### 1. Cel:

- Promocja aktywności fizycznej wśród społeczeństwa
- Upowszechnianie biegania w górach jako najprostszej formy ruchu i turystyki
- Promocja walorów turystycznych w strefie transgranicznej
- Upamiętnienie Ojca Świętego Jana Pawła II

### 2. Organizator

Ośrodek Ostoja Górka Koninki, 34-735 Niedźwiedź, Poręba Wielka 251, [www.koninki.pl](http://www.koninki.pl)  
Karolina Talaga, tel. +48 18 33 17 580, oraz Katolickie Stowarzyszenie Młodzieży  
Archidiecezji Krakowskiej

### 3. Termin i miejsce

09.08.2014r. (sobota) Poręba Wielka – Koninki, Start z parkingu przed Ośrodkiem Ostoja  
Górka, godz. 11.00

### 4. Dystans/trasa

**Dystans - 21,097**



Trasa: W lewo doliną potoku Turbacz (trasa narciarstwa biegowego), następnie drogą stokową na Tobołów do przecięcia z trasą narciarską.

W lewo pod słupami kolejki linowej na Tobołów (punkt żywieniowy i sędziowski - ok. 9 km)  
Z Tobołowa - szlak zielony w kierunku Obidowca - odbicie w prawo na Suchorę (obok obserwatorium astronomicznego) - z Suchory z powrotem na szlak zielony, na szlaku nawrót i punkt sędziowski (ok. 10,6 km)

Trasa biegnie z powrotem na Tobołów (punkt z wodą, ok. 12 km), zakręć w prawo na nartostradę do trasy stokowej w kierunku Koninek.

Następnie odbicie w prawo na trasę narciarstwa biegowego (punkt z wodą, ok. 16 km) - powrót doliną potoku Turbacz

Meta - Ośrodek Ostoja Górka Koninki

### **5. Kategorie wiekowe dla mężczyzn i kobiet**

- senior (od 18 do do 34 lat) - (1996 – 1980)
- masters (od 35 do 49 lat) - (1979 – 1965)
- weteran (50 lat i więcej) - (1964 i starsi)

Warunkiem prowadzenia klasyfikacji w danej kategorii (grupie wiekowej) jest uczestnictwo co najmniej 3 zawodników w danej kategorii. Jeśli w danej kategorii nie zgłosi się minimum 3 zawodników zawodnicy będą klasyfikowani w kategorii niższej wiekowo.

**6. Prawo startu mają wszyscy chętni powyżej 18 lat legitymujący się dobrym stanem zdrowia. W przypadku startu osoby niepełnoletniej (od 16 do 18 lat) wymagana jest pisemna zgoda rodzica / opiekuna prawnego podpisana w dniu zawodów w obecności organizatora w Biurze Zawodów.**

### **7. Wpisowe**

50 zł - płatne gotówką w dniu zawodów

Opłata startowa zawiera: (medal dla zawodników, którzy ukończą bieg, pamiątka, posiłek, napoje na trasie i mecie).

### **8. Nagrody**

1. Klasyfikacja generalna kobiet:

I miejsce – 200 Zł

II miejsce - 150 zł

III miejsce - 100 zł

2. Klasyfikacja generalna mężczyzn:

I miejsce - 200 zł

II miejsce - 150 zł

III miejsce - 100 zł

W kategoriach wiekowych dyplomy i nagrody rzeczowe lub finansowe w zależności od pozyskanych środków. Zawodnicy nagradzani w klasyfikacji generalnej nie są brani pod uwagę w klasyfikacji w poszczególnych kategoriach wiekowych.

### **9. Biuro zawodów**

Ostoja Górka Koninki

34-735 Niedźwiedź, Poręba Wielka 251

+48 18 33 17 580, [ostoja@koninki.pl](mailto:ostoja@koninki.pl)

Biuro Zawodów czynne w dniu zawodów od godz. 8.00

### **10. Zgłoszenia**

poprzez wypełnienie formularza na stronie: [www.pifsport.pl](http://www.pifsport.pl) do dnia 04.08.2014r.  
w dniu zawodów do godz. 10.00

Przewidziane są również dwa krótsze dystanse:

Dystans ~3,5 km Bieg Rodzinny, dla amatorów i rozpoczynających przygodę z biegami górskimi. Dla wszystkich chętnych mniej zaawansowanych.

Dystans ~ 0,5 km- Biegi dla dzieci

**KONINKI 2014**

**09.08  
2014**

**IV**

**Bieg Górski Oświeconego  
Wojownika im. św. Jana Pawła II**

**3 RÓŻNE DYSTANSE!!!**  
**21 km 3,5 km**  
500 m - dla dzieci

     