

# REGULAMIN

## Nazwa:

**V RUN-CROSS Półmaraton & Dycha**

## Organizator:

„STARTER” Żdzieszowice

## Partnerzy

Stowarzyszenie „Nasze Dziedzictwo”  
Starostwo Powiatowe Krapkowice  
Urząd Miasta Żdzieszowice  
LUKS „ROSPONDEK” przy PSP Żyrowa  
KS „KOZIOŁEK” Kędzierzyn-Koźle



## Cel imprezy:

Propagowanie biegów górskich długodystansowych na terenie Opolszczyzny  
Popularyzacja i upowszechnianie biegów przełajowych  
Promocja wsi Żyrowa  
Ukazanie piękna Parku Krajobrazowego GÓRA Św. ANNY  
Możliwość spędzenia aktywnie czasu z całymi rodzinami

## Termin i miejsce:

24.04. 2016r. (niedziela) Start: 11:00 Biuro zawodów od 09:00 do 10:30  
Żyrowa (w pobliżu Zdzieszowic), Aleja Kasztanowców – powyżej Kościoła

## Warunki Uczestnictwa:

Udział w PÓŁMARATONIE dla osób powyżej 18 roku życia, kobiet i mężczyzn oraz w Biegu na 10 km „DYCHA” dla osób powyżej 16 roku życia po uprzedniej rejestracji internetowej na [www. maratonympolskie.pl](http://www.maratonympolskie.pl) pod linkiem:

<http://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=2228>

i uiszczeniu opłaty startowej w kwocie 40zł na konto organizatora:

„STARTER” ul. Żyrowska 32, 47-330 Zdzieszowice

**Konto Bankowe: ING Bank Śląski**

**nr 62 1050 1487 1000 0091 4623 3219**

Tytułem: V RUN-CROSS imię nazwisko i rocznik (osoby biorącej udział w zawodach)

Wpłaty i rejestracja internetowa do dnia: **18.04.2016r.** (poniedziałek)

**Osoby wpłacające przelewem, powinny okazać w biurze zawodów dowód wpłaty.**

**Organizator ustala limit startujących na 150 osób.**

W ramach wpisowego uczestnicy mają zagwarantowane:

- pakiet startowy
- pomoc medyczną,
- pomiar czasu,
- zabezpieczenie trasy,
- poczęstunek
- dobrą zabawę (Szczęśliwy numerok - wesołe nagrody...)
- po ukończeniu trasy okolicznościowy medal

Na trasie będzie punkt żywieniowy + woda oraz punkt kontrolny.

## **UWAGA**

Istnieje możliwość zapisów i wpłaty 24.04.2016r. bezpośrednio w biurze zawodów do godziny 10:30

Opłata startowa w dniu zawodów: 50zł.

Każdy zawodnik podpisuje oświadczenie woli o starcie na własną odpowiedzialność.

## Trasa:

94% drogi polne i dukty leśne

6% asfalt i beton, odcinek specjalny przy amfiteatrze skalnym: schody ok. 100m.

Trasa urozmaicona podbiegi - zbiegi (anglosaska) technicznie trudna!!!

Dwie pętle w przypadku startu w PÓŁMARATONIE i jedna pętla gdy ktoś startuje na „DYCHE” Bez limitu czasu...

## Klasyfikacja PÓŁMARATONU:

Kat. wiekowe mężczyzn:

M20 - 18-29 lat  
M30 - 30-39 lat  
M40 - 40-49 lat  
M50 - 50-59 lat  
M60+ ... lat

Kat wiekowe kobiet:

K20 - 18-29 lat  
K30 - 30-39 lat  
K40 - 40-49 lat  
K50 + ....lat

Organizator może połączyć kategorie wiekowe w przypadku zbyt małej ilości zawodników (min. 3 osoby)

**Klasyfikacja „DYCHA” (10 km):**

Kat. wiekowe mężczyzn:

M20 - 16-29 lat  
M30 - 30-39 lat  
M40 - 40-49 lat  
M50 - 50-59 lat  
M60+ ... lat

Kat wiekowe kobiet:

K20 - 16-29 lat  
K30 - 30-39 lat  
K40 - 40-49 lat  
K50 + ....lat

Organizator może połączyć kategorie wiekowe w przypadku zbyt małej ilości zawodników (min. 3 osoby)

**Nagrody:**

Miejsca I-III pamiątkowe statuetki

„Szczęśliwy numer” nagrody wśród uczestników po dekoracji zwycięzców

**Program zawodów:**

09:00- otwarcie biura zawodów

10:30- zakończenie weryfikacji zawodników

10:45- odprawa techniczna (wejście do strefy startu)

10:55- oficjalne otwarcie imprezy

11:00 START ( V RUN CROSS) Półmaraton i „DYCHA”

Ok. 20:00 Ceremonia rozdania nagród + pokazy (niespodzianka)

**Postanowienia końcowe:**

Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe

Trasa może ulec zmianie

Trasa oznakowana co 1 km.

Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność

Impreza będzie zabezpieczona medycznie (ambulans)

Noclegi na własną rękę (osobiście polecam Dom Pielgrzyma na Górze Św. Anny Tel. 77 4625301)

Wszelkich informacji udziela koordynator zawodów **Piotr Orian tel. 604 589 483**

**UWAGA:**

Istnieje możliwość startu również w pełnej Gali Sportu:

Zapraszamy dzień wcześniej na Cross Doathlon „Żyrowik” (bieg + rower)



To będzie trudny bieg, ale WARTO!!!