

XIX Grand Prix Polski Środkowo-Wschodniej w Biegach Ulicznych Przełajowych

XVI PRZEŁAJOWY BIEG PIERWIOSNKA

REGULAMIN

1. Cel zawodów:

- popularyzacja biegania jako najbardziej dostępnej i zdrowej formy ruchu;
- promocja walorów turystyczno-przyrodniczych Leszkowic;
- podniesienie poziomu biegania i poszerzenie oferty sportowej rywalizacji;

2. Termin i miejsce:

- 10 kwietnia 2011r, godz. 11.00
- boisko piłkarskie LKS „Flis” Leszkowice

3. Organizator:

- Ludowy Klub Sportowy „Flis” Leszkowice;
- Urząd Gminy Ostrówek;
- UKS „Leszko”
- Rada Organizatorów Biegów Ulicznych i Przełajowych

4. Warunki uczestnictwa:

- prawo startu mają wszystkie osoby posiadające aktualne zaświadczenie lekarskie zezwalające na udział w biegach;
- dopuszcza się listy zbiorowe z podpisem lekarza;
- w biegu głównym mogą startować osoby, które ukończyły 12 lat;
- każdy z uczestników zobowiązany jest do posiadania karty identyfikacyjnej dokładnie wypełnionej;
- od uczestników biegu głównego pobierane będzie wpisowe w wysokości 5 zł;
- zabrania się startu w dwóch biegach na tej samej imprezie.

5. Zgłaszanie zawodników:

- **w dniu zawodów od godziny 10.30 nie później niż 15 min przed biegiem;**

6. Trasy

- we wszystkich biegach podłoże naturalne;
- w biegach juniorów i w biegu głównym teren pofałdowany;

7. Program minutowy:

- 11.00 – otwarcie zawodów
- 11.10 – bieg „Bobasa” (rocznik 2005 i mł.) – 100m
- 11.15 – bieg „Zerowiaka” (rocznik 2004) – 200m
- 11.20 – bieg dziewcząt rocznik 2000 i mł. – 600m
- 11.25 – bieg chłopców rocznik 2000 i mł. – 600m
- 11.30 – bieg dziewcząt rocznik 1999 /98 – 1000m
- 11.40 – bieg chłopców rocznik 1999/98 – 1000m
- 11.50 – bieg dziewcząt rocznik 1997/96 – 1000m
- 12.00 – bieg chłopców rocznik 1997/96 – 1500m
- 12.10 – bieg dziewcząt rocznik 1995/94 i 1993/92 – 1500m
- 12.25 – bieg chłopców rocznik 1995/94 i 1993/92– 2000m

12.30 – BIEG GŁÓWNY (start wspólny)
kobiety 1 okrążenie – 2500m
mężczyźni 2 okrążenia – 5000m

8. Kategorie wiekowe i punktacja:

- bieg główny mężczyźni: 16-19 lat, 20-29; 30-39; 40-49; 50-59; 60 i starsi
- bieg główny kobiet : tylko OPEN
- biegi dzieci i młodzieży: roczniki 2000 i mł.; 99-98; 97-96; 95-94; 93-92;

9. Nagrody:

- w biegu głównym: OPEN kobiet I – VI puchary + nagrody
OPEN mężczyzn I – VI puchary + nagrody
- kategorie wiekowe mężczyzn – I – puchar + nagroda
- biegi młodzieżowe I – III nagrody
I – VI dyplomy

10. Postanowienia końcowe

- uczestnicy biegów ubezpieczają się we własnym zakresie;
- protesty można zgłaszać w ciągu 15 min od zakończenia biegu;
- o sprawach nieujętych w niniejszym regulaminie decyduje komandor zawodów w porozumieniu z sędzią głównym ;
- **POBRANIE NUMERU STARTOWEGO LUB PODANIE SWOJEGO DO LISTY ZGŁOSZEŃ JEST RÓWNOZNACZNE Z AKCEPTACJĄ REGULAMINU.**

Serdecznie zapraszamy na nasze trasy biegowe

W imieniu organizatorów

Zbigniew Wierzbicki