



MISTRZOSTWA POLSKI

PUCHAR POLSKI

MISTRZOSTWA KARKONOSZY W BIEGACH NA NARTOROLKACH

Jelenia Góra, 05 – 06.09.2015r.



KOMUNIKAT NR 1

- Organizator:** Dolnośląski Związek Narciarski 58-570 Jelenia Góra ul. Karkonoska 5 e – mail biuro@odzn.pl
- Organizacje wspierające:** Polski Związek Narciarski, Urząd Miasta w Jeleniej Górze, Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego, Stowarzyszenie „Bieg Piastów” Jakuszyce, MKS „Karkonosze” Sporty Zimowe w Jeleniej Górze
- Miejsce i termin:** **Trasy biegowe** Transgranicznego Centrum Turystyki Aktywnej w Jeleniej Górze ul. Bronka Czecha 14 oraz Podgórzyn – Podzamcze – Zachełmie k/Jeleniej Góry Jelenia Góra, 05 – 06.09.2015r.
- Kierownik Zawodów:** Zbigniew Stępień
- Biuro Zawodów:** Transgraniczne Centrum Turystyki Aktywnej 58-570 Jelenia Góra ul. Bronka Czecha 14 – MKS „Karkonosze” Sporty Zimowe
- Zgłoszenia:** **Zgłoszenia na drukach PZN poprzez formularz:** (do pobrania <http://www.odzn.pl/zgloszenia>) e-mail: biuro@odzn.pl do dnia **31.08.2015r. do godz. 15:00**
- Cel zawodów:** Popularyzacja narciarstwa biegowego, poprzez uczestnictwo w zawodach na nartorolkach, które są formą do przygotowanie do sezonu zimowego 2015 – 2016

| | | |
|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| 8. Uczestnictwo: | <u>Kategoria</u> | <u>Rocznik</u> |
| | – Seniorka /Senior | 1995 i starsi |
| | – Juniorka A/Junior A | 1996 i 1997 |
| | – Juniorka B/Junior B | 1998 i 1999 |
| | – Juniorka C/Junior C | 2000 i 2001 |
| | – Juniorka D/Junior D | 2002 i 2003 |
| | – Amator | |

- Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z przepisami NRS.**

10. Program zawodów:

- 04.09.2015r. Godz.18:00** – odprawa i losowanie w **Biurze Zawodów: Transgraniczne Centrum Turystyki Aktywnej 58-570 Jelenia Góra ul. Bronka Czecha 14** – MKS „Karkonosze” Sporty Zimowe .

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

05.09.2015r.

godz.11.00 start pierwszej grupy zawodników

| | | | |
|-------|------------------------|-------|----------|
| 11:00 | Senior/Junior A/Amator | 14 km | 7 x 2 km |
| 11:30 | Seniorka/Juniorka A | 10 km | 5 x 2 km |
| 12:00 | Junior B/Junior C | 8 km | 4 x 2 km |
| 12:30 | Juniorka B/Juniorka C | 6 km | 3 x 2 km |
| 12:45 | Junior D | 4 km | 4 km |
| 13:00 | Juniorka D | 4 km | 4 km |



II dzień zawodów – start interwałowy – Bieg Pod Górę – 3000 m – bieg techniką klasyczną (CL)

| | | | |
|-----|--------------|-------|-----------------------|
| 13. | 06.09.2015r. | 11:00 | Senior/Junior A |
| | | 11:30 | Seniorka/Juniorka A |
| | | 12:00 | Junior B/Junior C |
| | | 12:30 | Juniorka B/Juniorka C |
| | | 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).
- W drugim dniu zawodów bieg odbywać się będzie techniką klasyczną (CL).
- Zawodnicy startują na sprzęcie organizatora /losowanie nartorolek/.
- Nartorolki przygotowane są przez organizatora, przy zgłoszeniach proszę o podanie typu wiązań.
- 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 – medal + dyplom + bon pieniężny na zakup /sprzęt sportowy, smary, itp./,
- IV – V – VI – dyplomy + upominki

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.

18. Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z NRS i Wytycznymi na sezon 2014/2015

19. Start w zawodach na własną odpowiedzialność.

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

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

22. Zawody będą odbywały się bez względu na panujące warunki atmosferyczne.

23. Wszystkie kwestie sporne dotyczące rozgrywanych zawodów oraz rywalizacji rozstrzyga organizator i Komisja Sędziowska/Jury Zawodów/zgodnie z wytycznymi PZN i NRS.

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

25. Kontakt i informacje – Sekretarz DZN – Wiesława Kozłowska – Tel. +48 501 479 368 – e – mail biuro@odzn.pl

Organizator

