

XXII BIEG GÓRSKI NA ŚLĘŻĘ
MISTRZOSTWA POLSKI SENIORÓW W BIEGU GÓRSKIM
NA KRÓTKIM DYSTANSIE
MISTRZOSTWA GMINY SOBÓTKA W BIEGU GÓRSKIM

Pod Honorowym Patronatem

Izabeli Zatorskiej

CEL:

Popularyzacja i upowszechnianie biegania w bliskości z przyrodą, jako najprostszej formy aktywności ruchowej.

Przeprowadzenie Mistrzostw Polski Seniorów w Biegu Górskim na Krótkim Dystansie.

ORGANIZATOR:

Ślęzański Ośrodek Kultury, Sportu i Rekreacji w Sobótce,

ul. Fryderyka Chopina 25, 55-050 Sobótka

tel. 71 3162 355, e-mail: stadion@soksir.sobotka.pl

BIURO ZAWODÓW:

Biuro organizacyjne zawodów znajdować się będzie na stadionie w Sobótce, tel. 71 3162 355, stadion@soksir.sobotka.pl, biuro@soksir.sobotka.pl

TERMIN I MIEJSCE:

Bieg odbędzie się 23 maja 2015 roku na stokach Masywu Ślęży. Start w pobliżu Stadionu Sobótce (210 m n. p. m), ul. Św. Anny 12, o godz. 11:00 – kobiety i o godz. 11:10 - mężczyźni. Trasa długości 5,0 km, przewyższenie + 530 m – 35 m prowadzi drogą polną w pobliże Przełęczy pod Wieżycą i dalej żółtym szlakiem przez szczyt Wieżycy. Meta znajduje się na szczycie Ślęży (718 m n.p.m.).

LIMIT CZASU:

Obowiązuje limit czasu na pokonanie trasy – 90 minut.

UCZESTNICTWO I OPŁATA STARTOWA:

Uczestnikiem zawodów może być każdy miłośnik biegania, który **ukończy 14 lat do 31 grudnia 2015 roku.**

Opłata startowa wynosi 40 zł, płatna na konto Ślęzańskiego Ośrodka Kultury, Sportu i Rekreacji, ul. Fryderyka Chopina 25, 55-050 Sobótka; Bank Spółdzielczy Kąty Wrocławskie O/Sobótka, nr konta:

60 9574 1015 2003 0200 0217 0102

Opłata startowa w dniu zawodów wynosi 60 zł.

Z opłaty startowej zwolnione są kategorie: K-60 i M-70.

Wymagane są badania lekarskie potwierdzające zdolność do udziału w biegu, a w przypadku ich braku uczestnik zobowiązany jest do złożenia podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w zawodach na własną odpowiedzialność. Osoby niepełnoletnie mogą wziąć udział w biegu pod warunkiem złożenia podpisu na karcie zgłoszenia przez ich ustawowego opiekuna (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 Dz. U. Nr 101, poz.1095).

Wszyscy zawodnicy otrzymają numery startowe, które mają obowiązek umieścić (przypiąć agrafkami) na czas biegu, na koszulkach z przodu. Zawodnicy bez numerów startowych lub z numerami umieszczonymi niezgodnie z regulaminem nie zostaną sklasyfikowani.

ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenia przyjmowane będą przez internet na stronie www.maratonypolskie.pl do 16 maja 2015 r. lub w dniu zawodów w Biurze Zawodów w godz.8:00-10:30.

KLASYFIKACJE:

W mistrzostwach Polski klasyfikowany jest każdy obywatel Polski bez względu na wiek. W Mistrzostwach Polski przeprowadzona zostanie klasyfikacja kobiet i mężczyzn.

W Biegu Górskim na Ślężę przeprowadzona zostanie klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn oraz klasyfikacja w następujących kategoriach wiekowych:

K 14 – roczniki 2001-1999

K17 – roczniki 1998-1996

K20 – roczniki 1995-1986

K30 – roczniki 1985-1976

K40 – roczniki 1975-1966

K50 – roczniki 1965-1956

K60 – roczniki 1955 i starsze

M14 – roczniki 2001-1999

M17 – roczniki 1998-1996

M20 – roczniki 1995-1986

M30 – roczniki 1985-1976

M40 – roczniki 1975-1966

M50 – roczniki 1965-1956

M60 – roczniki 1955-1946

M70 – roczniki 1945 i starsi

W mistrzostwach Gminy Sobótka przeprowadzona zostanie klasyfikacja generalna kobiet i

mężczyzn.

NAGRODY:

W mistrzostwach Polski – medale dla 3 pierwszych kobiet i mężczyzn.

Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn w Biegu Górskim na Ślężę – nagrody finansowe za miejsca 1-6.

Kategorie wiekowe – puchary dla trzech pierwszych osób oraz nagrody rzeczowe dla zwycięzców.

Mieszkańcy Gminy – nagrody finansowe dla trzech pierwszych osób.

Dekoracja zwycięzców odbędzie się o godz.13:30 przy Biurze Zawodów.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

Każdy zawodnik otrzyma: koszulkę , pamiątkowy medal , posiłek.

Organizator zapewnia pierwszą pomoc medyczną.

Organizator nie bierze odpowiedzialności za bezpieczeństwo osób trenujących na trasie przed i po imprezie. Interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora. Ewentualne protesty należy zgłaszać do 15 minut po wywieszeniu pierwszych nieoficjalnych wyników. Protesty będą rozpatrywane na miejscu.

Organizator zapewnia transport wierzchniej odzieży na szczyt Ślęzy. Worki z odzieżą należy oddać do samochodu podstawionego przez Organizatora nie później niż 30 minut przed startem.

Trasa nie jest zamknięta dla ruchu turystycznego. Po ukończeniu biegu zawodnicy schodzą czerwonym szlakiem na Stadion w Sobótce. Depozyt, przebieralnia i toalety znajdują się w budynkach Stadionu.

Dyrektor Biegu
Wiesław Drozdowski