

REGULAMIN

ŚLĄSKI MOUNT EVEREST – BIEG NA PILSKO

I.ORGANIZATOR:

1. Organizatorem Biegu jest **Stowarzyszenie Biegów Górskich 44-335 Jastrzębie-Zdrój ul.Sybiraków 2**, tel. 605 049 056, email: gorskiebieganie@wp.pl

II.CEL:

1. Promocja aktywności fizycznej wśród społeczeństwa.
2. Upowszechnianie biegania w górach jako najprostszej formy ruchu i turystyki.
3. Organizacja Mistrzostw Polski Górników w biegach górskich.
4. Organizacja Mistrzostw Polski Państwowej Straży Pożarnej w biegach górskich.
5. Organizacja Mistrzostw Polski Ochotniczej Straży Pożarnej w biegach górskich.

III.TERMIN I MIEJSCE:

1. Bieg odbędzie się **17 lipca 2016 roku (niedziela)**
2. Start nastąpi o godz. 11.00 obok gimnazjum w Korbielowie
3. Meta biegu znajduje się na szczycie Pilsko
4. Start do marszu nordic walking o godz.11.00

IV.DYSTANS:

1. Długość trasy biegu wynosi 10 km z przewyższeniem +948m, -10m
2. Marsz rekreacyjny nordic walking na dystansie 10km

V.KATEGORIE WIEKOWE:

1. Juniorki i Juniorzy rocznik 2000 - 1997
2. Kobiety: 20-34 lata, 35-39 lat, 40-44 lata, 45-49 lat, 50-54 lata, 55-59 lat, 60 lat i starsze
3. Mężczyźni: 20-29 lat, 30-34 lata, 35-39 lat, 40-44 lata, 45-49 lat, 50-54 lata, 55-59 lat, 60-64 lata, 65-69 lat, 70-74 lata, 75 lat i starsi
4. Mistrzostw Polski Państwowej Straży Pożarnej do 29 lat, do 39 lat, 40 lat i starsi
5. Mistrzostw Polski Ochotniczej Straży Pożarnej do 29 lat, do 39 lat, 40 lat i starsi
6. Mistrzostw Polski Górników: do 29 lat, do 39 lat, 40 lat i starsi

VI.PRAWO UCZESTNICTWA:

- Do udziału w biegu głównego na 10 km mają prawo wszyscy chętni od rocznika 2000 i starsi legitymujący się dobrym stanem zdrowia podpisując oświadczenie w dniu zawodów. Młodzież poniżej 18 roku życia powinna posiadać badania lekarskie lub zgodę opiekuna

prawnego. Warunkiem udziału w biegu jest wypełnienie karty uczestnictwa w formularzy zgłoszeniowym na stronie www.gorskiebieganie.pl lub w dniu zawodów.

VII.ZGŁOSZENIA I WPISOWE:

1. Zawodnik, który zgłosi się na stronie internetowej www.gorskiebieganie.pl w zakładce Pilsko i opłaci wpisowe do 31 maja 2016r. w kwocie 50zł - otrzyma pamiątkową koszulkę (decyduje data wpływu).
2. Wpisowe dla osób zgłaszających się od 01 do 30 czerwca wynosi 60zł - bez koszulki.
3. Wpisowe od osób zgłaszających się od 1 lipca i w dniu zawodów wynosi 70zł.
4. Wpisowe w rekreacyjny marszu nordic walking do 30 czerwca wynosi - 30zł. Po tym terminie i w dniu zawodów opłata startowa wynosi 40zł.
5. W przypadku nie wystartowania zawodnika – wpisowe nie podlega zwrotowi.

VIII.BIURO ZAWODÓW:

1. Biuro zawodów będzie otwarte w sobotę 16 lipca od godz. 16.00 - 21.00 oraz w dniu zawodów 17 lipca w szkole gimnazjalnej (miejsce startu) od godz. 8.00 – 10.30

IX.NAGRODY:

1. W klasyfikacja generalnej kobiet i mężczyzn za zajęcie I-III miejsce puchar i nagroda pieniężna.
2. W poszczególnych kategoriach wiekowych w biegu na Pilsko za zajęcie I – III miejsca statuetki.
3. W Mistrzostwach Polski Strażaków i Górników w klasyfikacji generalnej za zajęcie I - III miejsca puchary, medale i dyplomy.
4. W Mistrzostwach Polski Strażaków i Górników w kategoriach wiekowych od I – III miejsca medale i dyplomy.
5. Wszyscy uczestnicy w biegu głównym otrzymują po ukończeniu biegu otrzymują pamiątkowy medal i posiłek oraz biorą udział w konkursie z nagrodami.