



## NARODOWY BIEG STULECIA *OD BAŁTYKU DO TATR* Bieg Ojców Niepodległości Warszawa 10.11.2020 REGULAMIN

**I. TERMIN i MIEJSCE:** 10 listopada (wtorek) godz. 20:00 Centrum Olimpijskie w Warszawie, Wybrzeże Gdyńskie 4. Obsługa uczestników biegu od godziny 18.30.

**II. TRASA** płaska z atestem PZLA, podłoże asfaltowe. **DYSTANS** – 5 km (trzy „agrafki”). Start i meta w odległości 150 m od gmachu Centrum Olimpijskiego. Limit czasu: 55 minut.

**III. UCZESTNICTWO:** osoby pełnoletnie (niepełnoletnie za pisemną zgodą rodziców lub prawnych opiekunów), także nordic-walking (ze względów bezpieczeństwa osoby z kijkami ustawiają się na starcie na samym końcu).

**IV. ZGŁOSZENIA i OPŁATY:** poprzez portal [datasport.pl](https://datasport.pl) do 31 października - kwota 35 zł. Obejmuje ona m.in.: numer startowy, ręczny pomiar czasu przez sędziów PZLA, obsługę medyczną, medal identyczny jak w innych miastach Narodowego Biegu Stulecia od Bałtyku do Tatr, posiłek, ciepły napój. **Liczba pakietów ograniczona do 100.** Dodatkowo – w cenie 20 zł można zamówić w terminie do 10 października mailowo na [biegstulecia@tlen.pl](mailto:biegstulecia@tlen.pl) czerwone koszulki techniczne z białym nadrukiem (wizualizacja i tabela rozmiarów poniżej).

**V. NAGRODY-UPOMINKI:** za miejsca 1-3 w kategorii kobiet i mężczyzn – puchary. Wśród wszystkich uczestników losowane będą upominki.

### VI. ORGANIZATORZY

\* Biuro Biegu Stulecia Klubu Sportowego Polskie Himalaje

\* Królewski Klub Biegacza Warszawa

**VII. KONTAKT:** telefoniczny – 730 777 045 lub 784 400 502; mailowy: [biegstulecia@tlen.pl](mailto:biegstulecia@tlen.pl)

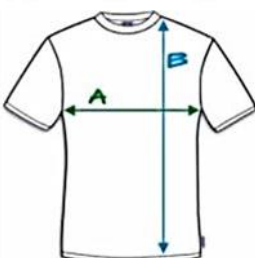
UWAGA! Ponieważ obchody 100-lecia odzyskania przez Polskę niepodległości kontynuowane będą do 2022 roku, to również do 2022 roku organizowane będą kolejne edycje Narodowego Biegu Stulecia od Bałtyku do Tatr. Daje to zawodnikom szansę skompletowania „pakietu stulecia 2018-2022”, bowiem każdego roku będą modyfikowane projekty medali i koszulek z zachowaniem podstawowego elementu jakim jest cieszący się dużą popularnością „biegnący ludzik”.



### ROZMIARY:

DAMSKA	S	M	L	XL	XXL
WIDTH (A)	41,5cm	44,5cm	47,5cm	50,5cm	53,5cm
HIGH (B)	62cm	64cm	66cm	68cm	70cm

\*[Measured from the edge 1 cm below the sleeves / Measured from the highest point of the shoulder to the end of the garment]



A - szerokość mierzona 1cm poniżej rękawów

B - długość mierzona od najwyższego punktu na ramieniu (koszulka położona na płasko)

MĘSKA	S	M	L	XL	XXL	XXXL
WIDTH (A)	48cm	51cm	54cm	57cm	60cm	63cm
HIGH (B)	70cm	72cm	73cm	74cm	75cm	80cm