



# REGULAMIN XIII ŻYROWIK CROSS DUATHLON

## Nazwa:

„ŻYROWIK” XIII Cross Duathlon

## Organizator:

- LUKS „ROSPONDEK” przy PSP Żyrowa

## Współorganizator:

- „STARTER” Zdzeszowice



## Partnerzy:

- Urząd Miasta Zdzeszowice
- Starostwo Powiatowe Krapkowice
- „Fundacja Odrzańskie Konsorcjum” K-Koźle

## Cel imprezy:

- Propagowanie multi-sportów na terenie Opolszczyzny
- Popularyzacja i upowszechnianie biegów przełajowych i jazdy rowerem
- Promocja wsi Żyrowa
- Ukazanie piękna Parku Krajobrazowego GÓRA Św. ANNY
- Możliwość spędzenia aktywnie czasu z całym rodzinami

## Termin i miejsce:

- 16.06.2022r. (czwartek) Start godz.: 14:05
- Żyrowa (w pobliżu Zdzeszowic), przy płocie „Żyrowik” powyżej Kościoła.

## Warunki uczestnictwa w Cross duathlonie:

- Udział w charakterze zawodnika dostępny dla osób pełnoletnich po uprzedniej rejestracji internetowej pod linkiem: <https://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=6923>
- link dostępny również na [www.maratonypolskie.pl](http://www.maratonypolskie.pl) w zakładce ZAPISY
- Pobranie numeru startowego przez uczestnika oznacza, że zawodnik zapoznał się z regulaminem „ŻYROWIK” CROSS DUATHLON, akceptuje go i zobowiązuje się do jego przestrzegania.
- Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz wizerunku w zakresie niezbędnym do realizacji zawodów w tym wysyłanie pod wskazany adres e-mail informacji dotyczących imprezy i materiałów promocyjnych organizatora.
- Zabrania się startu pod wpływem alkoholu, środków odurzających bądź dopingujących.
- Każdy zawodnik podpisuje oświadczenie woli o starcie na własną odpowiedzialność.
- Organizator dopuszcza start zawodników dysponującymi rowerami MTB, trekkingowymi oraz przełajowymi Sprzęt rowerowy oczywiście bez wspomaganie aku.!!! Organizator zaleca rowery MTB!!!
- Obowiązkowo podczas jazdy rowerem zapięty kask ochronny i sprawne hamulce.
- Na trasie będzie punkt kontrolny.
- **Przewidujemy start SZTAFET – dwuosobowych.**  
Jeden z zawodników biega, drugi jeździ na rowerze (Każdy z nich wnosi opłatę startową jak zawodnicy indywidualni)
- Jako impreza towarzysząca odbędzie się: **Mini Cross duathlon (zawody dla dzieci)**  
Trasa mini Cross duathlonu: 350m bieg + 700m rower + 350m bieg suma: ok. 1,4 km  
Nagradzamy wszystkich uczestników, a najlepszy/a otrzymuje tytuł: **„MŁODY ŻYROWIK 2022”**  
Mini Cross duathlon 10 zł opłata startowa: PŁATNE w BIURZE ZAWODÓW.  
Dzieci z sekcji kolarskiej LUKS „Rospondek” są zwolnione z opłaty startowej.

## Świadczenia:

W ramach wpisowego uczestnicy mają zagwarantowane:  
pomoc medyczną, pomiar czasu, pakiet startowy, zabezpieczenie trasy, drobny poczęstunek.  
Po ukończeniu trasy pamiątkowy **medal**.

## Oplaty startowe:

Zawodnicy dokonują wpisowego w kwocie 80 zł  
Mieszkańcy Miasta i Gminy Zdzeszowice 50% zniżki tj. 40 zł

Wpłaty na konto: LUKS „ROSPONDEK” ul. Wojska Polskiego 4 Żyrowa, 47-330 Zdzeszowice  
**BNP PARIBAS** nr konta: **68 1750 0012 0000 0000 3349 8896**

Tytułem: Cross Duathlon, imię i nazwisko, rocznik osoby biorącej udział w zawodach.

Wpłaty i rejestracja internetowa do dnia: 10.06.2022r. (piątek)

Osoby wpłacające przelewem, po 10.06.2022 powinny okazać w biurze zawodów dowód wpłaty.

Tylko zawodnik, który dokona wpłaty na konto pojawi się na internetowej liście startowej.

W przypadku rezygnacji z zawodów, po dokonaniu wpłaty -wpisowe nie podlega zwrotowi.

Jeśli limit nie zostanie osiągnięty, istnieje możliwość zapisów i wpłaty 16.06.2022r. bezpośrednio w biurze zawodów w godz. 12:00 do 13:30.

Oплата startowa w dniu zawodów to kwota: 100 zł.

Członkowie LUKS „Rospondek” zwolnieni są z opłaty startowej !

## Limit:

**Organizator ustala brak limitów...**

## Trasa Cross duathlonu:

ok. 94% drogi polne i dukty leśne

ok. 6% asfalt, beton

Trasa urozmaicona zjazdy i podjazdy (anglosaska) technicznie trudna!!!

Mapa dostępna będzie na drzewie przy starcie...

**3,4km bieg, 7km rower, 3,4km bieg, 7km rower i 3,4km bieg suma: ok. 24km**

## Program zawodów:

12:00 - 13:30 Biuro zawodów Cross duathlonu "ŻYROWIK"

13:00 - 13:45 Otwarcie strefy zmian (wprowadzanie sprzętu)

14:00 Oficjalne otwarcie imprezy

14:05 START Cross duathlonu "ŻYROWIK" (bieg+rower)

16:00 – 16:30 Biuro zawodów Cross duathlonu "MINI ŻYROWIK"

16:30 Start Cross duathlonu : "Mini Żyrowik" (dzieci) – program w/g zgłoszeń podany będzie przed startem.

ok. 17:00 DEKORACJA Cross Duathlonu "ŻYROWIK" oraz "MINI ŻYROWIK".

## Klasyfikacja Cross duathlonu:

SZTAFETY miejsca I - III

**Kobiety** tylko kategoria generalna

**Mężczyźni** tylko kat. wiekowe:

- M 18-29 kat. Młodzieżowa
- M 30-39 kat. Senior
- M 40-49 kat. Masters
- M 50+ Weteran

Zawody wyłonią również najlepszego zawodnika i zawodniczkę z Miasta i Gminy Zdzeszowice w starcie indywidualnym.



## Nagrody:

Miejsca I-III w kategoriach pamiątkowe statuetki

Konkurs wiedzy z nagrodami dla uczestników po dekoracji zwycięzców (w zależności od chęci prowadzącego zawody...)

## Postanowienia końcowe:

- ✓ Organizator nie zapewnia ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków. Zaleca się ubezpieczenie we własnym zakresie.
- ✓ Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w cross duathlonie wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych w tym śmierci.
- ✓ Trasa może ulec zmianie
- ✓ Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność
- ✓ Impreza będzie zabezpieczona medycznie (ambulance)
- ✓ Noclegi na własną rękę (polecamy Dom Pielgrzyma na Górze Św. Anny Tel. 77 4625301)
- ✓ Dzień wcześniej tj. środa od 09:00 w tym samym miejscu zapraszamy na „Żyrowskie Biegi Przelajowe”

## Wszelkich informacji udzielają:

Koordynator zawodów - Piotr Orian tel. 604 589 483

Biuro zawodów - Anna Orian tel. 602 534 780

Zadanie wsparte finansowo ze środków Miasta i Gminy Zdzeszowice