



Zapowiedź zawodów

Noworoczny Bieg Narciarski - 2010

1. CELE I ZADANIA :

- upowszechnianie kultury fizycznej i sportu wśród dzieci i młodzieży,
- popularyzacja narciarstwa biegowego na lubelszczyźnie i promocja Tomaszowa Lubelskiego jako ośrodka narciarstwa biegowego
- zachęcenie jak największej rzeszy dzieci, młodzieży i dorosłych do ogólnego, rekreacyjnego uprawiania tej dyscypliny sportu,
- upowszechnianie sportu i kultury fizycznej oraz promocja zdrowego stylu życia w rodzinie,

2. ORGANIZATOR :

Lubelski Okręgowy Związek Narciarski

REALIZACJA TECHNICZNA : **ZB OS i R. „ TOMASOVIA ”**

3. TERMIN I MIEJSCE:

3 stycznia 2010 r. (niedziela) godz. 10⁰⁰

- trasa – pętla 2 500 m i 1 000,00 m - Stadion ZB OSiR „Tomasovia” , 22-600 Tomaszów Lubelski, ul. Aleja Sportowa 8

**Starty indywidualne co 30 sekund – losowanie 5 minut przed startem grupy .
Styl / F / - dowolny**

LP	KOBIETY-MĘŻCZYŹNI	chłopcy			
		rocznik	dystans	czas startu	
1)	Seniorzy open *	1989 i starsi	10 km	4 x 2500 m	10 ⁰⁰
2)	Juniorzy A – szkoły średnie	1990/1991		4 x 2500 m	
3)	JUNIORZY B – szkoły średnie	1992/1993		4 x 2500 m	
4)	JUNIORZY C – CHŁOPCY	1994/1995	5,0 km	2 x 2500 m	
5)	JUNIORZY D – CHŁOPCY	1996/1997		2 x 2500 m	
6)	Seniorki open *	1989 i starsi	5,0 km	2 x 2500 m	10 ⁴⁰
7)	Juniorki A – szkoły średnie	1990/1991		2 x 2500 m	
8)	JUNIORKI B – szkoły średnie	1992/1993		2 x 2500 m	
9)	JUNIORKI C - DZIEWCZYNKI	1994/1995		2 x 2500 m	
10)	JUNIORKI D - DZIEWCZYNKI	1996/1997	2 x 2500 m		
11)	JUNIORZY E – CHŁOPCY –starty wspólne	1998/1999	3,0 km	3 x 1000 m	11 ¹⁰
12)	JUNIORKI E - DZIEWCZYNKI –starty wspólne	1998/1999		3 x 1000 m	
13)	JUNIORZY F – CHŁOPCY –starty wspólne	2000 i młodsi	1,0 km	1 x 1000 m	11 ³⁰
14)	JUNIORKI F - DZIEWCZYNKI –starty wspólne	2000 i młodsi		1 x 1000 m	
15)	Zakończenia zawodów - dekoracje zakończonych konkurencji.				11 ⁴⁵

* W przypadku gdy w następujących przedziałach wiekowych będzie więcej niż 3 zawodników zostaną stworzone kategorie wiekowe : K 18-29 M 18-29, K 30-39 M 30-39, K 40-49 M 40-49 ,K 50-59 M, 50-59 K 60- i starsze M-60 i starsi

4. UCZESTNICTWO :

W zawodach mogą brać udział uczniowie szkół nie mający przeciwwskazań do udziału w lekcjach wychowania fizycznego. Zawodnicy seniorzy - amatorzy mogą startować po wypełnieniu karty startu na własną odpowiedzialność. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do uczestnictwa jest złożenie przez niego pisemnego oświadczenia o stanie zdrowia pozwalającym mu na uczestnictwo w imprezie sportowej. Wpisowe dzieci młodzież ucząca się 2,0 zł, dorośli 5,0 zł.

Zapisy na godzinę przed planowanym startem losowanie kolejności startu na 15 minut przed biegiem.

6. KLASYFIKACJA I NAGRODY :

W poszczególnych kategoriach wszyscy dyplomy.

Szczegóły, wyniki i galeria zdjęć na stronie LOZN : www.lozn.org.pl