



Śląskie.  
Pozytywna energia



## ZAPOWIEDŹ I REGULAMIN ZAWODÓW

Samorząd Województwa Śląskiego,  
Śląsko Beskidzki Związek Narciarski  
Polski Związek Narciarski  
zapraszają do uczestnictwa w  
**OGÓLNOPOLSKIM  
SPOTKANIU UKS-ów  
w BIEGACH NARCIARSKICH  
Mistrzostwa Polski**



**Ministerstwo  
Sportu i Turystyki**

**Kierownik zawodów:** Aleksandra PUSTOŁKA  
**Delegat techniczny:** Stanisław Mrowca  
**Miejsce zawodów:** Istebna- Kubalonka  
**Termin zawodów:** 14 - 17. 03. 2013 r.  
**Konkurencja:** biegi narciarskie  
**Biuro zawodów:** DOM WCZASOWY POTOK Wisła ul. Kopydło 42 43-460 Wisła

### **Cel zawodów:**

- popularyzacja narciarstwa biegowego wśród dzieci i młodzieży,
- propagowanie aktywnego, zdrowego stylu życia
- propozycja przyjemnego sposobu spędzania czasu wolnego
- integracja środowiska narciarskiego
- wyłonienie najlepszego zawodnika Polski w poszczególnych kategoriach wiekowych.

### **Program zawodów:**

14. 03.13. godz.: 18:00 - 19.00 weryfikacja zawodników  
14. 03.13. godz. 19.00 - odprawa techniczna i losowanie w biurze zawodów

#### **15. 03. 13, godz.: 10:00 - start pierwszego zawodnik**

- Juniorzy C 3km cl
- Juniorka C 3 km cl
- Juniorzy D 2,5 km cl
- Juniorki D 2,5km cl
- Juniorzy E 2 km cl
- Juniorki E 2 km cl

15.03.13. godz. 17:30 – odprawa techniczna, losowanie

#### **16.03.13 , godz.: 10 :00 - start pierwszego zawodnika**

- Junior C 3 km F
- Juniorka C 3 km F
- Junior D 2,5 km F
- Juniorka D 2,5 km F
- Junior E 2 km F
- Juniorka E 2 km F

**16.03.13 godz. 17.00 - uroczyste zakończenie zawodów w biegach indywidualnych.  
Wisła amfiteatr**

#### **17.03.13. godz 9.30 Biegi sztafetowe**

Kategoria : Junior C rocznik (1997,98,99) 4x 3 km szkoły gimnazjalne  
Juniorka C rocznik (1997,98,99) 4 x 3 km szkoły gimnazjalne  
Dzieci CH rocznik (2000 i młodsi)4x 2 km szkoły podstawowe  
Dzieci DZ rocznik [2000 i młodsze) 4x 2 km szkoły podstawowe

Sztafety biegają – dwie pierwsze zmiany techniką klasyczną, dwie pozostałe zmiany techniką dowolną.

## **Bezpośrednio po zakończeniu biegów sztafetowych odbędzie się uroczyste zakończenie zawodów na trasach Kubalonki**

### **Uczestnictwo:**

Każdy zawodnik musi posiadać licencję PZN- junior / juniorka C ,pozostali zawodnicy legitymację szkolną lub dowód potwierdzający rocznik, aktualne badania lekarskie i ubezpieczenie NW

### **Zgłoszenia:**

zgłoszenia zawierające:

1. imię i nazwisko zawodnika,
2. rok urodzenia,
3. pełną nazwę i adres klubu,

oraz imię, nazwisko i podpis osoby zgłaszającej należy przesłać pocztą , mailem na adres: [ola.pustolka@op.pl](mailto:ola.pustolka@op.pl)(w tym przypadku należy przywieźć na zawody opieczetowany i podpisany oryginał zgłoszenia) lub Fax nr. 0324550028 fax Gimnazjum w Markłowicach **najpóźniej do dnia 13.03.2013r.** (liczy się data wpływu zgłoszenia). Zgłoszenia powinny być zredagowane **CZYTELNIE.**

### **Nagrody:**

Zwycięzca do trzeciego miejsca w poszczególnych kategoriach wiekowych otrzymują medale oraz do szóstego miejsca dyplomy.

**Obowiązuje opłata startowa w wysokości 20zł od zawodnika płatne gotówką podczas odprawy technicznej przed pierwszym dniem zawodów.**

### **Postanowienia końcowe :**

- Zawody przeprowadzone zostaną zgodnie z wytycznymi sportowymi na rok 2012/2013 oraz NRS
- Organizator nie odpowiada za ewentualne nieszczęśliwe wypadki podczas zawodów i zaleca ubezpieczenie zawodników we własnym zakresie
- Organizator w razie złych warunków atmosferycznych, zastrzega sobie prawo zmiany terminu zawodów oraz poszczególnych konkurencji.
- W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem rozstrzyga organizator.

Organizator