



**REGULAMIN - ZAPOWIEDŹ ZAWODÓW**  
**Otwarte Mistrzostwa**  
**Województwa Lubelskiego**  
**w biegach narciarskich**

**Organizator :**

- ▶ Lubelski Okręgowy Związek Narciarski
- przy współpracy :
- ▶ Urzędu Miasta w Tomaszowie Lubelskim
  - ▶ Zabezpieczenie techniczne : ZB OSiR „Tomasovia”

**Jury :**

Delegat Techniczny PZN : Piotr Korkosz  
Kierownik Zawodów : Waldemar Kołcun  
Sędzia Główny : Henryk Ostrykiewicz

**Termin i miejsce: 06 luty – 07 luty 2010 r. ( sobota-niedziela)**

Tomaszów Lubelski - trasy biegowe: „Siwa Dolina” w Tomaszowie Lubelskim.

**Uczestnictwo :**

Prawo startu w zawodach mają zawodnicy i zawodniczki posiadający aktualne badania lekarskie i ubezpieczenie NW. Weryfikacje zawodników zgodnie z wytycznymi PZN przeprowadza DT PZN. Zgłoszenia do zawodów należy dokonać w terminie :

- styl klasyczny 30 minut przed startem w dniu 06.02.2010 roku
- do stylu dowolnego /F/ w niedzielę 07.02.2010 roku na pół godziny przed planowanym startem.

**Program zawodów: Biuro zawodów stadion OSiR „Tomasovia”**

**Trasa czerwona 2,5 km -sobota**

<b>06.02.2010 r.</b> <b>sobota</b> <b>Styl</b> <b>klasyczny</b>	<b>godz. 10<sup>00</sup></b>	- seniorzy: 7,5 km - juniorzy A i B 7,5 km / 3 x 2,5 km/
	<b>godz. 11<sup>00</sup></b>	- seniorki – 5 km - juniorki A i B 5 km / 2 x 2,5 km/
<b>31.01.2009 r.</b> <b>niedziela</b>  <b>Styl</b> <b>dowolny</b>	<b>Styl dowolny starty wspólne – niedziela od 10<sup>00</sup></b>	
	<b>godz. 10<sup>00</sup></b>	- seniorzy: 10 km - juniorzy A i B : 10 km
	<b>godz. 10<sup>05</sup></b>	- seniorki – 7,5 km - juniorki A: 7,5 km- juniorki B - 7,5 km
	<b>godz. 11<sup>00</sup></b>	- juniorzy C - 5 km / 2 x2,5 km /
	<b>godz. 11<sup>05</sup></b>	- juniorki C - 5 km / 2 x2,5 km /
	<b>godz. 11<sup>30</sup></b>	- juniorzy D: 2,5 km, juniorki D : 2,5 km
	<b>godz. 12<sup>00</sup></b>	- juniorzy E /1998 -1999 / :2 km, juniorki E :2km /roc.1998/1999 i młodsi/
<b>godz. 12<sup>30</sup></b>	- juniorzy F /2000 i młodsi / :1 km, juniorki F /2000 i młodsi / - 1 km /	
<b>godz. 13.00 Zakończenie imprezy stadion ZB OSiR / za halą ognisko /</b>		

**o stanowienia końcowe :**

- ▶ zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z NRS oraz wytycznymi PZN
- ▶ organizator nie odpowiada za ewentualne nieszczęśliwe wypadki podczas zawodów i ubezpieczenie zawodników obowiązkowe we własnym zakresie,
- ▶ nagrody : w każdej konkurencji za trzy pierwsze miejsca puchary, wszyscy dyplomy.
- ▶ opłata startowa od zawodnika wynosi 5 zł z astart seniorzy – płatne w biurze zawodów przed losowaniem – dzieci 2 zł.
- ▶ Informacje o zawodach regulamin, wyniki-galeria zdjęć na stronach : <http://www.lozn.org.pl>

Szczegóły na stronie LOZN : <http://www.lozn.org.pl/> lub w poczcie elektronicznej.

!!! Wyślij wstępnie pozdrowienia –na pocztę : [tom.tom60@wp.pl](mailto:tom.tom60@wp.pl), a dostawać będziesz najnowsze informacje o zawodach z pierwszej ręki.

Za Komitet Organizacyjny Waldemar Kołcun