



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

06.02.2010 r. sobota Styl klasyczny	godz. 10⁰⁰	- seniorzy: 7,5 km - juniorzy A i B 7,5 km / 3 x 2,5 km/
	godz. 11⁰⁰	- seniorki – 5 km - juniorki A i B 5 km / 2 x 2,5 km/
31.01.2009 r. niedziela Styl dowolny	Styl dowolny starty wspólne – niedziela od 10⁰⁰	
	godz. 10⁰⁰	- seniorzy: 10 km - juniorzy A i B : 10 km
	godz. 10⁰⁵	- seniorki – 7,5 km - juniorki A: 7,5 km- juniorki B - 7,5 km
	godz. 11⁰⁰	- juniorzy C - 5 km / 2 x2,5 km /
	godz. 11⁰⁵	- juniorki C - 5 km / 2 x2,5 km /
	godz. 11³⁰	- juniorzy D: 2,5 km, juniorki D : 2,5 km
	godz. 12⁰⁰	- juniorzy E /1998 -1999 / :2 km, juniorki E :2km /roc.1998/1999 i młodsi/
godz. 12³⁰	- juniorzy F /2000 i młodsi / :1 km, juniorki F /2000 i młodsi / - 1 km /	
godz. 13.00 Zakończenie imprezy stadion ZB OSiR / za halą ognisko /		

ostanowienia 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, a dostawać będziesz najnowsze informacje o zawodach z pierwszej ręki.

Za Komitet Organizacyjny Waldemar Kołcun