



Zawody Narciarskie

Grand Prix

Pierwszy Śnieg

10 grudnia 2016 roku (sobota)



Cel

- ▶ popularyzacja narciarstwa biegowego,
- ▶ promocja miasta Tomaszów Lubelski,
- ▶ „walory zdrowotne” - stworzenie możliwości zdrowego rozwoju poprzez udział w zawodach,
- ▶ promocja walorów turystycznych Roztocza,

Organizator : **MULKS GRUPA OSCAR Tomaszów Lubelski**

przy współpracy z :

Ośrodkiem Sportu i Rekreacji Tomasovia w Tomaszowie Lubelskim

patronat :

Lubelski Okręgowy Związek Narciarski

Termin i miejsce: **10 grudnia 2016 r. (sobota)**

Trasy biegowe: Uroczyska Siwa Dolina start i meta stadion
OSiR „Tomasovia” w Tomaszowie Lubelskim ul. Al. Sportowa 8

Uczestnictwo :

Prawo startu w zawodach mają wszyscy chętni posiadający aktualne badania lekarskie i dokument potwierdzający datę urodzenia.

Pobranie numerów startowych i zgłoszenie na pół godziny przed planowanym startem w biurze zawodów .

Program zawodów: **STYL DOWOLNY -F**

Trasa zawodów - 1000/1500/2000 m PŁASKIE + stadion

Program zawodów: Biuro zawodów stadion OSiR „Tomasovia”

10 grudnia 2016 roku sobota	godz. 10 ⁰⁰	- seniorzy /1996 +/ + juniory /1997-2000/, C /2001-2002/ : 10 km/5 x 2000 m/
		- seniorki /1996 +/ + juniorki /1997-2000/, C /2001-2002/ : 4 km/2 x 2000 m /
	godz. 10 ⁴⁰	- juniory D, juniorki D /rocz. 2003-2004 / : 3,0 km / 2 x 1 500 m/
	godz. 11 ⁰⁰	- juniory E : 2,0 km /2005/2006 / 1 x 1500 m - juniorki E : 2,0 km /2005-2006/ 1 x 1500 m - juniory F :1000 km, /2007-2008 / 1000 m - juniorki F : 1000 km, /2007-2008 / 1000 m
	godz. 11 ¹⁵	- juniorki i juniory G / 2009 i młodsi / - 400 m – po stadionie
Styl DOWOLNY		godz. 11.30 Zakończenie imprezy

Postanowienia końcowe :

▶ zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z NRS oraz wytycznymi PZN. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne zaistniałe nieszczęśliwe wypadki podczas trwania imprezy oraz zastrzega sobie prawo zmiany programu zawodów. Uczestnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 (Dz.U. Nr 101 poz.1095). Uczestnictwo w zawodach oznacza wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych oraz użycie wizerunku zawodnika.

▶ wpisowe : **dzieci i młodzież 3 zł, dorośli 10 zł**

Nagrody: Dyplomy dla wszystkich startujących.

Szczegółowe informacje o zawodach / regulamin, wyniki-galeria zdjęć / na stronach :

<http://www.lozn.org.pl>

Zapraszamy