



# Zawody Narciarskie

## Grand Prix

### Pierwszy Śnieg

28 grudnia 2018 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: **22 grudnia 2018 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**

Program zawodów: Biuro zawodów stadion OSiR „Tomasovia” . Zapisy minimum 30 minut przed startem. Start interwałowy co 30 sekund.

22 grudnia 2018 roku sobota	godz. 10 <sup>00</sup>	- seniorzy /1998 +/ + juniorzy /1999-2002/, C /2003-2004/ : 10 km
		- seniorki /1998 +/ + juniorki /1999-2002/ ,C /2003-2004/ : 5 km
Styl DOWOLNY	godz. 10 <sup>40</sup>	- juniorzy D, juniorki D /roc. 2005-2006 / : 3,0 km
	godz. 11 <sup>00</sup>	- juniorzy E : 2,0 km /2007/2008 / - juniorki E : 2,0 km /2007-2008/ - juniorzy F :1,0 km, /2009-2010 / - juniorki F : 1,0 km, /2009-2010 /
	godz. 11 <sup>15</sup>	- juniorki i juniorzy G / 2011 i młodsi / - 400 m
<b>godz. 11.30 Zakończenie imprezy</b>		

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**