



## REGULAMIN - ZAPOWIEDŹ ZAWODÓW



### **Grand Prix - Powitanie Wiosny - 2011 Mistrzostwa Miasta Tomaszów Lubelski w narciarstwie biegowym**

#### Cel zawodów :

- ▶ popularyzacja narciarstwa biegowego
- ▶ wyłonienie najlepszych zawodników w powiecie tomaszowskim
- ▶ promocja Miasta Tomaszów Lubelski

#### Organizator :

- ▶ Lubelskiego Okręgowego Związku Narciarskiego



#### przy współpracy :

- ▶ ZBOSiR „Tomasovia”

#### Termin i miejsce: **12 marca 2011 r. (sobota)**

**Trasy biegowe: Siwa Dolina w Tomaszowie Lubelskim  
- start i meta tor nartorolkowy / wariant II –start za „strzelnicą”**

#### Uczestnictwo :

Prawo startu w zawodach mają zawodnicy i zawodniczki posiadający aktualne badania lekarskie i ubezpieczenie. Zgłoszenia do zawodów dokonać w terminie 30 minut przed rozpoczęciem konkurencji.

#### Program zawodów: styl dowolny

data	godz.	dystans	kategoria wiekowa
12 marca 2011 r.	10 <sup>00</sup>	1,0 km / 1 x 1,0 km /	- junior F- 2001 dziewczynki i chłopcy
	10 <sup>10</sup>	2,0 km / 2 x 1,0 km /	- dzieci młodsze 1999/2000 dziewczynki i chłopcy - junior E
	10 <sup>15</sup>	3,0 km / 3 x 1,0 km /	- przedstartowy 1997-1998 - przedstartowy 1997-1998
	10 <sup>25</sup>	4,0 km / 3 x 1,0 km /	- młodzik 1995-1996 - młodziczka 1995-1996
	11 <sup>00</sup>	4,0 km / 3 x 1,0 km /	- seniorki – 1990 i starsi - juniorki 1991-1994
	11 <sup>30</sup>	6,0 km / 6 x 1,0 km /	- seniorzy – 1990 i starsi - juniorzy - 1991-1994
	12 <sup>00</sup>	Zakończenie zawodów.	

#### Postanowienia końcowe :

- ▶ zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z NRS oraz wytycznymi PZN
- ▶ za trzy pierwsze miejsca medale , wszyscy startujący dyplomy
- ▶ **opłata startowa od zawodnika wynosi 5 zł, a w kategoriach dzieci i młodzieży od juniora i młodszy : 2 zł**
- ▶ po dekoracjach gorące kielbaski

Informacje o zawodach regulamin, galeria zdjęć i wyniki na stronie :

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

**Ostateczna decyzja co do rozegrania zawodów zapadnie w piątek do godz. 16:00 informacji szukaj na stronie [www.lozn.org.pl](http://www.lozn.org.pl)**