



MISTRZOSTWA POLSKI AMATORÓW  
W BIEGACH NARCIARSKICH  
POLSKIEGO ZWIĄZKU NARCIARSKIEGO

## REGULAMIN MISTRZOSTW POLSKI AMATORÓW 2010/2011

### **Organizator**

Polski Związek Narciarski, Okręgowe Związki Narciarskie, KO poszczególnych edycji.

### **Cel zawodów**

Popularyzacja biegów narciarskich w Polsce.

Upowszechnianie aktywnego wypoczynku na nartach.

Promocja Regionów, w których odbywają się poszczególne Edycje Mistrzostw Polski Amatorów.

### **Termin i miejsce**

Termin i miejsce zawodów zgodnie z kalendarzem MPA (w szczególnych wypadkach zmianę terminu ogłaszają poszczególne KO), zgłoszenia, opłaty startowe oraz dystanse – ustalają Komitety Organizacyjne poszczególnych Edycji Mistrzostw Polski Amatorów.

### **Zgłoszenia**

Zgłoszenia należy przelać do KO poszczególnych edycji.

### **Uczestnictwo**

W zawodach MP Amatorów biorą udział osoby pełnoletnie( ukończone 18 lat ) oraz te które nie były czynnymi zawodnikami w ostatnich 3 latach. Udział w zawodach jest na własną odpowiedzialność .  
Każdy zawodnik musi posiadać ważne badania lekarskie. Zaleca się dokonanie odpowiednich ubezpieczeń.

### **Klasyfikacja Mistrzostw Polski Amatorów w biegach narciarskich**

Zawody są przeprowadzone zgodnie z Narciarskim Regulaminem Sportowym PZN i własnym regulaminem zawodów.

Do klasyfikacji generalnej MPA zaliczają się następujące biegi:

- Bieg Dudka
- Bieszczadzki Bieg Lotników
- Memoriał S. Bodzka
- Bieg Gwarków
- Bieg Podhalański
- Salomon Nordic Sunday VI Edycja
- Puchar Gryfa Susiec
- Salomon Nordic Sunday VIII Edycja

Mistrzem Polski Amatorów zostanie zawodnik który zgromadzi największą ilość pkt-ów we wszystkich w/w biegach. Punkty do klasyfikacji generalnej będą naliczane po każdej Edycji MPA i publikowana na stronie [www.wnp.pzn.pl](http://www.wnp.pzn.pl) i [www.skipol.pl](http://www.skipol.pl).

Każdy uczestnik z w/w biegów zostanie sklasyfikowany w punktacji końcowej MPA w swojej kategorii wiekowej.

Dekoracje zwycięzców i rozdanie nagród MPA odbędzie się dn. **5.03.2011** w Szklarskiej Porębie/Jakuszykach o godz.15:00 (Polana Jakuszycka).

**Bieg Piastów** nie jest zaliczany do MPA.

Wszystkie szczegółowe informacje oraz zmiany można znaleźć na stronie [www.wnp.pzn.pl](http://www.wnp.pzn.pl) i [www.skipol.pl](http://www.skipol.pl) oraz w Wytycznych Sportowych PZN i w kalendarzu imprez PZN.

### Kategorie wiekowe

Grupa 1	rocznik	1993-1981
Grupa 2	rocznik	1980-1971
Grupa 3	rocznik	1970-1961
Grupa 4	rocznik	1960-1951
Grupa 5	rocznik	1950-1941
Grupa 6		1940 i starsi

### UWAGA

Mężczyźni Grupa 5 (1950-1941) i 6 (1940 i starsi) będzie klasyfikowana na krótszych dystansach. Mogą brać udział w biegu głównym.

Kobiety będą klasyfikowane na swoich dystansach. Mogą brać udział w biegu głównym.

### Zasada punktacji

1 miejsce = 100 pkt.	11 miejsce = 24 pkt.	21 miejsce = 10 pkt.
2 miejsce = 80 pkt.	12 miejsce = 22 pkt.	22 miejsce = 9 pkt.
3 miejsce = 60 pkt.	13 miejsce = 20 pkt.	23 miejsce = 8 pkt.
4 miejsce = 50 pkt.	14 miejsce = 18 pkt.	24 miejsce = 7 pkt.
5 miejsce = 45 pkt.	15 miejsce = 16 pkt.	25 miejsce = 6 pkt.
6 miejsce = 40 pkt.	16 miejsce = 15 pkt.	26 miejsce = 5 pkt.
7 miejsce = 36 pkt.	17 miejsce = 14 pkt.	27 miejsce = 4 pkt.
8 miejsce = 32 pkt.	18 miejsce = 13 pkt.	28 miejsce = 3 pkt.
9 miejsce = 29 pkt.	19 miejsce = 12 pkt.	29 miejsce = 2 pkt.
10 miejsce = 26 pkt.	20 miejsce = 11 pkt.	30 miejsce = 1 pkt.

### Zawodnicy

Zawody Powszechne organizowane są dla przyjemności zawodników biorących w nich udział. Zawody te dają możliwość wykazania się całym wachlarzem zdolności i doświadczenia uczestników. W przeciwieństwie do innych zawodów istotne jest wykazanie się przygotowaniem sportowym i uprzejmością.

Zawodnik zachowujący się nie sportowo lub postępujący wbrew przepisom może zostać zdyskwalifikowany przez Jury.

Podczas zawodów powszechnych zawodnicy muszą:

- przestrzegać przepisy Narciarskiego Regulaminu Sportowego PZN,  
a szczególnie:

- biec od startu do mety wzdłuż wyznaczonej trasy i przejść przez wszystkie punkty kontrolne,
- pokonać całą trasę na nartach, nie korzystając z obcej pomocy – ukończyć ją o własnych siłach,
- nie utrudniać biegu i nie przeszkadzać innym zawodnikom,
- nie utrudniać wyprzedzania zawodnikom szybszym.

Zawodnicy słabsi powinni zajmować prawa stronę trasy ,zawodnicy szybsi jej lewą stronę.

- pokonywać trasę zawodów techniką która obowiązuje na danych zawodach.

### Nagrody

W poszczególnych Edycjach: zgodnie z regulaminem poszczególnych organizatorów.

W klasyfikacji końcowej: 1-3 miejsce Tytuł MPA(w swojej kat. wiekowej),medal ,puchar, dyplom, nagrody rzeczowe.

4-6 dyplom oraz nagrody rzeczowe.