

REGULAMIN XVI NARCIARSKIEGO BIEGU TARNOWIAN

1. CEL IMPREZY

- upowszechnienie aktywności fizycznej dzieci, młodzieży i dorosłych
- popularyzacja zdrowego stylu życia i biegów narciarskich

2. ORGANIZATOR

Towarzystwo SOKÓŁ TARNÓW

3. TERMIN BIEGU

niedziela – 21 lutego 2010r.

4. PROGRAM

godz. 9.45 - otwarcie biura zawodów

godz.10.30 - zakończenie przyjmowania zgłoszeń

godz.11.00 - start wspólny

godz.13.00 - ogłoszenie wyników, rozdanie dyplomów i nagród, spotkanie przy ognisku zawodów

5. TRASA BIEGU:

Bieg zostanie rozegrany techniką dowolną na trasie okrężnej 3 km długość trasy do wyboru 3, 6, 9, 12, 15 km
Trasa przygotowana będzie do stylu klasycznego i łyżwowego.

Start i meta zawodów na Górze Św. Marcina Tarnowie (na stoku po lewej stronie basenu)

6. BIURO ZAWODÓW

W miejscu startu (Góra Św. Marcina w Tarnowie), czynne od 9.45 w dniu zawodów.

7. ZGŁOSZENIA:

W Biurze Zawodów od 9.45

Telefony kontaktowe: 791687287 – Bogdan Banaś

8. KLASYFIKACJA:

- zawody mają charakter rekreacyjny
- zawodnicy sklasyfikowani będą na dystansach 3, 6, 9, 12, 15 km

9. NAGRODY, ŚWIADCZENIA:

- każdy z uczestnik zawodów otrzyma dyplom uczestnictwa, a po zakończeniu zawodów gorącą herbatę i pieczoną kiełbaskę przy ognisku.