

7 lutego 2018

## **Bieg Narciarski w Stylu Klasycznym o „Puchar Gryfa” - Susiec 2018**

W im. organizatorów: Wójta Gminy Susiec- Zbigniewa Naklickiego, Starosty Powiatu Tomaszowskiego - Jana Kowalczyka i Lubelskiego Okręgowego Związku Narciarskiego serdecznie zapraszamy miłośników narciarstwa biegowego na cykliczny Bieg Narciarski w Stylu Klasycznym o „**Puchar Gryfa**”.



# REGULAMIN

## IX OGÓLNOPOLSKICH ZAWODÓW NARCIARSKICH O „PUCHAR GRYFA” SUSIEC 2018

**Cel zawodów :**

- ▶ popularyzacja narciarstwa biegowego
- ▶ wyłonienie najlepszych zawodników w powiecie tomaszowskim
- ▶ promocja Gminy Susiec i Powiatu Tomaszowskiego

**Organizator :**

- ▶ LUBELSKI OKRĘGOWY ZWIĄZEK NARCIARSKI
- ▶ STAROSTWO POWIATOWE W TOMASZOWIE LUBELSKIM
- ▶ WÓJT GMINY SUSIEC

**przy współorganizacji:**

- ▶ GMINNEGO OŚRODKA KULTURY W SUŚCU
- ▶ ZESPOŁU SZKÓŁ PUBLICZNYCH W SUŚCU

**Termin i miejsce: 10 luty 2018 r. ( sobota )****Trasa biegowa:**

- start i meta w Suścu przy Gminnym Ośrodku Kultury w Suścu , ul. Tomaszowska 100

**Uczestnictwo :**

Prawo startu w zawodach mają zawodnicy i zawodniczki posiadający aktualne badania lekarskie i ubezpieczenie. Zawodnicy w biegu głównym startują na własną odpowiedzialność. Zgłoszenia do zawodów należy dokonać w terminie ostatecznym **10 lutego 2018 r. na pół godziny przed startem (z podaniem: Nazwisko, imię, rok urodzenia szkoła/klub/ miejscowość)** w biurze zawodów Gminnym Ośrodku Kultury w Suścu, lub wcześniej na adres: Gminny Ośrodek Kultury w Suścu, ul. Tomaszowska 100, 22-672 Susiec, tel. 84 6654410, 531-475-652, e-mail: [if@susiec.pl](mailto:if@susiec.pl).

**Program zawodów:**

<b>Wydawanie numerów pół godziny przed startem</b>					
data	godz.	Styl	dystans	kategoria wiekowa	uwagi
sobota 10 luty 2018 r.	10 <sup>00</sup>	CI	2 x 5,8 km	- senior – 1997 i starsi <b>CL – 10 km</b>	Start: Gminny Ośrodek Kultury w Suścu, ul. Tomaszowska 100; kolejność startu i godzinę reguluje lista startowa – starty co 30 s.
			5,8 km	- juniorzy – 1998 – 2001 <b>CL – 10 km</b>	
	10 <sup>00</sup>	CI	5,8 km	- seniorki – 1997 i starsze <b>CL – 5 km</b>	
				- juniorki – 1998 – 2001 <b>CL – 5 km</b>	
	10 <sup>40</sup>	CL	2,1 km	- młodzik C - 2003 - 2002 <b>CI – 5 km</b>	
				- młodziczka C - 2003 - 2002 <b>CI – 5 km</b>	
				- bieg VIP - ów	
				- juniorzy D 2004/2005 chłopcy	
				- juniorzy E 2006/2007 chłopcy	
				- juniorki D 2004/2005 dziewczynki	
- juniorki E 2006/2007 dziewczynki					
- juniorzy F 2008/2009 chłopcy					
- juniorki F 2008/2009 dziewczynki					
13 <sup>00</sup>	Uroczyste zakończenie		- juniorzy G 2010 i młodsi chłopcy		
			- juniorki G 2010 i młodsze dziewczynki		

**UWAGA:** W kategorii senior, seniorka jeżeli w kategoriach wystartuje i ukończy bieg 3 zawodników będzie prowadzona klasyfikacja w kategoriach wiekowych. Jeżeli nie będzie trzech zawodników to prowadzona będzie tylko klasyfikacja „open”. Kategorie wiekowe: grupa I 18-29 lat (1997-1989), grupa II 30-39 lat (1988-79), grupa III 40-49 lat (1978-69), grupa IV 50-59 lat (1968-59), grupa V 60 lat i więcej (1958 i starsi)

**NAGRODY:**

Za pierwsze miejsca w każdej kategorii wiekowej puchary, a dla wszystkich pamiątkowe dyplomy.

**Postanowienia końcowe :**

- seniorzy opłata startowa 10 zł (prowadzi LOZN)
- zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z NRS oraz wytycznymi PZN
- organizator nie odpowiada za ewentualne nieszczęśliwe wypadki podczas zawodów, ubezpieczenie zawodników obowiązkowe we własnym zakresie

Informacja o zawodach regulamin na stronach: [www.lozn.org.pl](http://www.lozn.org.pl), [www.susiec.com.pl](http://www.susiec.com.pl), [www.turystyka.susiec.pl](http://www.turystyka.susiec.pl).

**ORGANIZATORZY**

**Cel zawodów :**

- popularyzacja narciarstwa biegowego,
- wyłonienie najlepszych zawodników w powiecie tomaszowskim,
- promocja Gminy Susiec i Powiatu Tomaszowskiego.

**Termin i miejsce:** 10 luty, 2018 r. ( sobota ), Susiec, k. Gminnego Ośrodka Kultury w Suścu, ul.

Tomaszowska 100.

Start: - godz. 10:00, uroczyste zakończenie godz. 13:00.

### **Warunki uczestnictwa:**

Prawo startu w zawodach mają zawodnicy i zawodniczki posiadający aktualne badania lekarskie i ubezpieczenie. Zawodnicy w biegu głównym, startują na własną odpowiedzialność.

### **Zgłoszenia:**

Zgłoszenia do zawodów należy dokonać w terminie ostatecznym 10 lutego 2018 r. na pół godziny przed startem (z podaniem: Nazwisko, imię, rok urodzenia szkoła/klub/ miejscowość) w biurze zawodów Gminnym Ośrodku Kultury w Suścu, lub wcześniej na adres: Gminny Ośrodek Kultury w Suścu, ul. Tomaszowska 100, 22-672 Susiec, tel. 84 6654410, 531-475-652, e-mail.: [it@susiec.pl](mailto:it@susiec.pl).

### **Kategorie:**

- senior - 1997 i starsi
- juniorzy - 1998 - 2001
- seniorki - 1997 i starsze
- juniorki - 1998 - 2001
- młodzik C - 2003 - 2002
- młodziczka C - 2003 - 2002
- bieg VIP - ów
- juniorzy D 2004/2005 chłopcy
- juniorzy E 2006/2007 chłopcy
- juniorki D 2004/2005 dziewczynki
- juniorki E 2006/2007 dziewczynki
- juniorzy F 2008/2009 chłopcy
- juniorki F 2008/2009 dziewczynki
- juniorzy G 2010 i młodsi chłopcy
- juniorki G 2010 i młodsze dziewczynki

### **REGULAMIN BIEGU** - wraz z dystansami

UWAGA: W kategorii senior, seniorka jeżeli w kategoriach wystartuje i ukończy bieg 3 zawodników, będzie prowadzona klasyfikacja w kategoriach wiekowych. Jeżeli nie będzie trzech zawodników to prowadzona będzie tylko klasyfikacja „open”. Kategorie wiekowe : grupa I 18-29 lat (1997-1989), grupa II 30-39 lat (1988-79 ), grupa III 40-49 lat (1978-69), grupa IV 50-59 lat (1968-59), grupa V 60 lat i więcej (1958 i starsi).

### **Nagrody:**

Za pierwsze miejsca w każdej kategorii wiekowej puchary, a dla wszystkich pamiątkowe dyplomy.

### **Postanowienia końcowe :**

- seniorzy opłata startowa 10 zł (prowadzi LOZN)
- zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z NRS oraz wytycznymi PZN
- organizatorzy nie odpowiadają za ewentualne nieszczęśliwe wypadki podczas zawodów , ubezpieczenie zawodników obowiązkowe we własnym zakresie

### **Dla wszystkich gorąca kiełbasa!**

Informacja o zawodach regulamin na stronach: [www.lozn.org.pl](http://www.lozn.org.pl), [www.turystyka.susiec.pl](http://www.turystyka.susiec.pl), [www.susiec.pl](http://www.susiec.pl).