



## REGULAMIN

### OGÓLNOPOLSKICH MASOWYCH BIEGÓW PRZEŁAJOWYCH

#### I. Cel

- o popularyzacja biegów przełajowych w środowisku wiejskim wśród dzieci, młodzieży i dorosłych
- o wyłonienie najlepszych zawodniczek i zawodników oraz klubów.

#### II. Organizatorzy i współorganizatorzy

- o Lubuskie Zrzeszenie LZS
- o Ministerstwo Sportu i Turystyki
- o Krajowe Zrzeszenie LZS
- o Lubuski Urząd Marszałkowski
- o Miast i Gmina Wschowa
- o Starostwo Powiatowe we Wschowie
- o Ludowy Lekkoatletyczny Klub Sportowy Osowa Sień

#### III. Termin i miejsce

**17 października (sobota) 2009r. Osowa Sień, woj. lubuskie.**

[Tereny zielone przy Szkole Podstawowej.](#)

#### IV. Program zawodów

##### **17.10.2009 r.**

godz. 8:00 - 10:30 - przyjazd ekip  
weryfikacja i odbiór numerów startowych  
godz. 10:45 - zbiórka uczestników do otwarcia  
godz. 11:00 - uroczyste otwarcie  
godz. 11:15 - rozpoczęcie zawodów  
godz. 13:30 - zakończenie zawodów, wręczenie nagród

	<b>dziewczęta/kobiety</b>	<b>chłopcy/mężczyźni</b>
godz. 11:15 rocznik 1999 i młodsi/sze (SP)	600m	800m
godz. 11:30 rocznik 1998 (SP)	600m	1000m
godz. 11:45 rocznik 1997 (SP)	800m	1500m
godz. 12:00 rocznik 1996 (Gimn.)	1000m	1500m

godz. 12:15	rocznik 1995 (Gimn.)	1500m	2000m
godz. 12:30	rocznik 1994 Gimn	1500m	2000m
godz. 12:30	rocznik 1993-1992	2000m	3000m
godz. 12:45	rocznik 1991-1990	3000m	4000m
godz. 13:00	rocznik 1989 i starsi/sze	3000m	4000m

Bieg VIP (open) – trasa podana będzie w dniu zawodów w zależności od zgłoszeń.

#### V. Uczestnictwo

W zawodach prawo startu posiadają osoby niezrzeszone oraz zrzeszone w klubach sportowych, w tym członkowie LZS, SZS i innych pionów sportowych, którzy posiadają:

- o aktualne badania lekarskie
- o dowód tożsamości, legitymację szkolną
- o zawodnicy niezrzeszeni do 18 lat zgodę rodziców lub opiekunów prawnych
- o ubezpieczenie od następstw NW.

#### VI. Zgłoszenia

Zgłoszenia według załączonego wzoru należy nadesłać w nieprzekraczalnym terminie do 10 października 2009 r. (w tym terminie organizator zobowiązuje się pomóc w zabezpieczeniu noclegów i wyżywienia – na koszt klubów) na adres:

Lubuskie Zrzeszenie LZS, ul. Wyszyńskiego 38, 66-400 Gorzów Wlkp.,  
tel/fax. (0-95) 7357844 e-mail: [iksport@wp.pl](mailto:iksport@wp.pl), [blekitnios@op.pl](mailto:blekitnios@op.pl)

Lp.	Nr startowy	Imię i nazwisko	Data urodzenia	Klub	Gmina	Powiat	Województwo

#### VII. Punktacja

Punktacja końcowa będzie prowadzona w klasyfikacji klubów, gmin, powiatów i województw.

Do punktacji będą brane wyniki pięciu najlepszych zawodników z województwa z każdego biegu – według klucza:

I miejsce - 20 pkt	VI miejsce - 12 pkt	XI miejsce - 6 pkt
II miejsce - 17 pkt	VII miejsce - 10 pkt	XII miejsce - 5 pkt
III miejsce - 15 pkt	VIII miejsce - 9 pkt	XIII miejsce - 4 pkt
IV miejsce - 14 pkt	IX miejsce - 8 pkt	XIV miejsce - 3 pkt
V miejsce - 13 pkt	X miejsce - 7 pkt	XV miejsce - 2 pkt

XVI i dalsze miejsca - 1 pkt

## VIII. Nagrody

- za zajęcie I-III miejsca w każdym biegu zwycięzcy otrzymają medale
- za zajęcie I-VI miejsca zwycięzcy otrzymają nagrody rzeczowe oraz dyplomy
- za zajęcie I-VI w punktacji województw, powiatów, gmin, klubów – puchary i dyplomy.

## IX. Zasady finansowania

Organizator pokrywa następujące koszty:

- nagrody, koszty organizacyjne
- wszyscy uczestnicy otrzymają w czasie zawodów posiłek regeneracyjny oraz napój.

## X. Postanowienia końcowe

Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z przepisami PZLA.

Organizator ubezpiecza uczestników od następstw nieszczęśliwych wypadków.

Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zagubione podczas trwania zawodów.

W sprawach nie ujętych w regulaminie decyduje organizator.

**Kierownikiem zawodów jest Pan Bronisław Orłowski – tel.0-691043873**

**ORGANIZATORZY**