

# REGULAMIN XXIV BIEGU JAĆWINGÓW

## CEL:

- Popularyzacja biegów narciarskich
- Realizacja kalendarza imprez sportowych
- Promocja miasta Gołdap
- Wyłonienie najlepszych zawodników
- III-rzut Gołdapskiej Ligi Narciarskiej

## ORGANIZATOR:

- Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gołdapi

## WSPÓŁORGANIZATORZY:

- Warmińsko-Mazurski Okręgowy Związek Narciarski z siedzibą w Gołdapi
- Gołdapski Szkolny Związek Sportowy
- Nadleśnictwo Gołdap

## TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

- XXIV Bieg Jaćwingów odbędzie się 23 stycznia 2011r. (niedziela) w Gołdapi na trasach narciarskich w Lesie Kumiecie.
- Start i meta obok leśniczówki przy ul. Świerkowej.

## PROGRAM ZAWODÓW

- Bieg główny 20 km F (4 okrążenia x 5 km) kobiet (K) i mężczyzn (M) rocz. 1993 i st. techniką dowolną (F) z podziałem na kat. wiekowe: Grupa I 18-29 lat rocz. 1993-82 K i M, Grupa II 30-39 lat rocz. 1981-72, Grupa III 40-49 lat rocz. 1971-62, Grupa IV 51-60 lat rocz. 1961-52 i Grupa V 60 lat i st. rocz. 1951 i st.
- Bieg średni 10 km F (2 x 5 km) K i M. ur. w roku 1994 i st.
- Bieg gimnazjalistów 5 km F dziewcząt i chłopców rocz. 1995-97
- 1,5 km F dziewcząt i chłopców rocz. 1998-2003
- 0,8 km CL dziewcząt i chłopców rocz. 2004 i mł.

## UCZESTNICTWO I ZGŁOSZENIA:

- Prawo startu w zawodach mają wszyscy chętni, którzy w dniu zawodów posiadają aktualne badania lekarskie i złożą oświadczenie o stanie swego zdrowia
- Zgłoszenia (na kartach pocztowych, listach zbiorczych  
E-mail: ([lech@osirgoldap.pl](mailto:lech@osirgoldap.pl)) lub pocztą nadesłać do dnia 20.01.2011r.

na adres:

Ośrodek Sportu i Rekreacji  
19-500 Gołdap  
ul. Stadionowa 5A

podając dane: nazwisko i imię, rok urodzenia, adres zamieszkania,  
reprezentowany klub lub szkołę, dystans

- Uczestnicy biegu startują na własną odpowiedzialność.  
Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków ciąży na osobie lub organizacji zgłaszającej.
- Termin zgłoszenia upływa z dniem 20.01.2011 r.
- Rezerwacja noclegów do dnia 20.01.2011 r.
- Będzie pobierana opłata startowa w wysokości 30 zł. w biegu głównym kobiet i mężczyzn

## **SPOSÓB PRZEPROWADZENIA ZAWODÓW:**

Zgodnie z Narciarskim Regulaminem Sportowym

- Technika biegu dowolna z wyjątkiem dystansu 0,8 km
- Wszystkie grupy wiekowe wystartują ze startu wspólnego wg. Programu minutowego

## **PROGRAM MINUTOWY**

- godz. 10:50 - Uroczyste otwarcie imprezy
- 11:00 - 0,8 km(CI) dziewcząt i chłopców rocz. 2004 i mł
- 11:15 - 1,5 km(F) dziewcząt SP rocz. 1998-2003
- 11:30 - 1,5 km(F) chłopców SP rocz. 1998-2003  
– bieg im. Dariusza Mentla 1,5 km(F)
- 11:45 - 5 km(F) chłopców SG rocz. 1995-97
- 11:50 - 5 km(F) dziewcząt SG rocz. 1995-97
- 12:10 - 20 km(F) kobiet i mężczyzn rocz. 1993 i st. bieg główny  
z podziałem na kat. wiekowe
- 12:12 - 10 km(F) kobiet i mężczyzn rocz. 1994 i st.

## **NAGRODY**

- za I-III miejsce K i M. nagrody rzeczowe lub pieniężne
- za I-III miejsce K i M pamiątkowy dyplom i medal
- W biegu głównym K i M medal za udział oraz czapkę Biegu Jaćwingów
- Nagroda dla najstarszego i najmłodszego uczestnika XXIV Biegu Jaćwingów
- Nagroda niespodzianka w biegu głównym
- Losowanie nagród wśród uczestników XXIV Biegu Jaćwingów

## **SPRAWY RÓŻNE:**

- Wydawanie numerów startowych w biurze zawodów , które będzie czynne w dniach: - 22.01.2011r. od godz. 16:00 do 20:30  
Plac Zwycięstwa 16 (Centrum Promocji Regionu Gołdap)  
- 23.01.2011r. od godz. 9:30 na polanie startowej  
w biurze zawodów przy ulicy Świerkowej
- Każdy uczestnik XXIV Biegu Jaćwingów po biegu otrzyma gorący posiłek
- W przypadku pogorszenia warunków śniegowych dystanse mogą być zmienione.
- Przy nie sprzyjających warunkach pogodowych w dniu 21 stycznia 2011r. organizatorzy podejmą ostateczną decyzję o ewentualnym odwołaniu zawodów ( odwołanie zawodów może nastąpić tylko z powodu braku śniegu lub przy bardzo niskiej temperaturze powietrza poniżej -20°C).
- Przed wyjazdem na zawody organizatorzy proszą o telefoniczne upewnienie się czy zawody odbędą się w zaplanowanym terminie.
- Informacji o biegu udziela: O środek Sportu i Rekreacji w Gołdapi  
tel/fax (87) 6150641 kom. 606943051
- Dekoracja: 15 min po zakończonym biegu
- Komandorem Honorowym Biegu będzie Pan Lech Iwanowski
- Informacje na temat XXIV Biegu Jaćwingów oraz końcowe wyniki na stronie internetowej:

[www.osirgoldap.pl](http://www.osirgoldap.pl)

**ORGANIZATOR**