



# REGULAMIN

## V – rzutu Gołdapskiej Ligi Narciarskiej



### w Narciarstwie Klasycznym – Biegi

Gołdap dnia 13 lutego 2011 r.

- CEL**
- popularyzacja biegów narciarskich
  - stworzenie rywalizacji sportowej wśród młodzieży szkolnej
  - V-rzut Gołdapskiej Ligi Narciarskiej (ostatni)

**ORGANIZATOR**

- Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gołdapi

**TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW**

- zawody odbędą się w dniu 13.02.2011 r. (niedziela) w Lesie Kumiecie przy ul. Świerkowej  
trasa 1,5 km – kolor niebieski  
trasa 5 km – kolor czerwony
- zgłoszenia zawodników od godz. 9.00 do 10.00 w dniu zawodów
- losowanie o godz. 10.05
- pierwsze biegi o godz. 10.30 (indywidualnie co 30 sek.)

**PROGRAM ZAWODÓW – KATEGORIE – DYSTANS**

Bieg SP dziewcząt rocz. 2000 i mł.	dystans	1,5 km.	F
Bieg SP chłopców rocz. 2000 i mł.	dystans	1,5 km.	F
Bieg SP dziewcząt rocz. 1999-98.	dystans	1,5 km.	F
Bieg SP chłopców rocz. 1999-98	dystans	1,5 km.	F
Bieg SG dziewcząt rocz. 1995-97	dystans	5 km.	F
Bieg SG chłopców rocz. 1995-97	dystans	5 km.	F
Bieg SPG junierek rocz. 1994-92	dystans	5 km.	F
Bieg SPG juniorów rocz. 1994-92	dystans	5 km.	F
Seniorzy i seniorki rocz. 1992 i st.	dystans	10 km.	F

**NAGRODY**

- za I-III miejsce upominek i pamiątkowy dyplom
- punkty indywidualnie do ligi narciarskiej

**SPRAWY ROŻNE**

- Uczestnicy biegu startują na własną odpowiedzialność. Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków ciąży na osobie lub organizacji zgłaszającej
- Prawo startu w zawodach mają wszyscy chętni, którzy w dniu zawodów posiadają aktualne badania lekarskie
- Sprawy nie ujęte w niniejszym regulaminie rozstrzyga kierownictwo zawodów.
- podsumowanie Ligi i dekoracja zwycięzców Ligi Narciarskiej odbędzie się na najbliższych po V rzucie Ligi zawodach narciarskich

**Uwaga:**

- Przed wyjazdem na zawody organizatorzy proszą o telefoniczne upewnienie się czy zawody odbędą się w zaplanowanym terminie.
- Informacji o biegu udziela: Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gołdapi  
tel/fax (87) 6150641 kom. 606943051

**Skróty:**

- SP - Szkoły Podstawowe  
SG - -//- Gimnazjalne  
SPG - -//- Ponadgimnazjalne  
F - technika biegu dowolna

**ORGANIZATOR**

**ZAPRASZAMY**