



REGULAMIN **XXII CROSSU GOŁDAPSKIEGO** **Gołdap 20.09.2014r. (sobota)**

CEL:

- popularyzacja biegów masowych
- stworzenie rywalizacji sportowej wśród młodzieży szkolnej
- wyłonienie najlepszych zawodników
- realizacja kalendarza na rok 2014

ORGANIZATOR:

- Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gołdapi

TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

- Zawody odbędą się w Lesie Kumiecie w dniu 20 września 2014r. (sobota)

UCZESTNICTWO:

- W zawodach może uczestniczyć każda osoba, która złoży oświadczenie, że startuje na własną odpowiedzialność i posiada aktualne badania lekarskie
- Osoby niepełnoletnie biorą udział w zawodach za poświadczeniem jednego z rodziców lub organizacji zgłaszającej

KATEGORIE WIEKOWE:

Dziewczęta i chłopcy:

- Biegi integracyjne
- dziewczęta i chłopcy rocz. 2009 i mł
- SP dziewcząt i chłopców rocz. 2008
- SP dziewcząt i chłopców rocz. 2007
- SP dziewcząt i chłopców rocz. 2006
- SP dziewcząt i chłopców rocz. 2005
- SP dziewcząt i chłopców rocz. 2004
- SP dziewcząt i chłopców rocz. 2003
- SP dziewcząt i chłopców rocz. 2002
- SG dziewcząt i chłopców rocz. 2001
- SG dziewcząt i chłopców rocz. 2000 – 1999
- SPG dziewcząt i chłopców rocz. dys.

OPEN kobiet i mężczyzn z podziałem na kategorie wiekowe:

- 1. K i M 16 (16-19)**
- 2. K i M 20 (20-29)**
- 3. K i M 30 (30–39lat)**
- 4. K i M 40 (40–49lat)**
- 5. K i M 50 (50–59lat)**
- 6. K i M 60 (60 i st)**

ZGŁOSZENIA:

- Zgłoszenia do biegu głównego zawodów (7,2km kategoria OPEN) należy dokonać w formie elektronicznej poprzez formularz dostępny na stronie internetowej: www.osirgoldap.pl do dnia 17.09.2014r. Po tym dniu zgłoszenia mogą zostać przyjęte pod warunkiem wniesienia podwójnej opłaty w kwocie 40zł.
- Zgłoszenia zbiorcze do pozostałych biegów należy przysyłać w formie elektronicznej na adres email: zawody@osirgoldap.pl lub dostarczyć do siedziby OSiR w Gołdapi, ul. Stadionowa 5A.

PROGRAM MINUTOWY i DYSTANSE:

- godz. 9:45 – uroczyste otwarcie imprezy
- 10:00 – 200m SP dziewcząt i chłopców rocz. 2009 i mł.
 - 10:10 – 1000m Biegi integracyjne dziewcząt i chłopców
 - 10:20 – 600m SP dziewcząt i chłopców rocz 2008
 - 10:30 – 600m SP dziewcząt i chłopców rocz 2007
 - 10:40 – 600m SP dziewcząt i chłopców rocz 2006
 - 10:50 - 600m SP dziewcząt i chłopców rocz 2005
 - 11:00 - 1000m SP dziewcząt i chłopców rocz 2004
 - 11:10 – 1000m SP dziewcząt i chłopców rocz. 2003
 - 11:20 - 1000m SP dziewcząt i chłopców rocz. 2002
 - 11:35 - 1500m SG dziewcząt i chłopców rocz. 2001
 - 11:50 - 1500m SG dziewcząt i chłopców rocz. 2000 – 1999
 - 12:10 - 1500m SPG dziewcząt i chłopców rocz. 1998 – 1996
 - 12:30 – 7200m OPEN kobiet i mężczyzn z podziałem na kategorie wiekowe.

NAGRODY:

- za miejsce I – III trofea sportowe, pamiątkowe dyplomy
- za miejsce I w biegu głównym **OPEN** kobiet i mężczyzn nagrody rzeczowe lub pieniężne
- za miejsca II – VI w biegu głównym **OPEN** nagrody rzeczowe, pamiątkowe dyplomy
- wszyscy zawodnicy na mecie otrzymają pamiątkowe medale za udział XXII Crossu Gołdapskiego
- **w biegu głównym nagrody nie dublują się**

NAGRODY SPECJALNE:

- w kategorii OPEN udekorowane zostaną trzy najlepsze Gołdapianki i trzech najlepszych Gołdapian
- nagroda za „Najlepszy Debiut” K i M (pierwsze zawody)
- nagroda specjalna za rekord trasy w biegu głównym

rekord trasy w kat. M został ustanowiony w roku 1997 przez Krzysztofa Bałdygę – 22.21
rekord trasy w kat. K został ustanowiony w roku 2012 przez Dominikę Nowakowską – 25.57

SPRAWY RÓŻNE:

- Informacji o biegu udziela Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gołdapi ul. Stadionowa 5A tel/fax 876-150-461
- Ewentualne zamówienie na noclegi należy nadesłać na adres OSiR do dnia 17.09.2014r.
- Organizatorzy zapewniają posiłek regeneracyjny po zakończonym biegu
- Dekoracja – 10min. po zakończonym biegu
- Wydawanie numerów i kart startowych dla zawodników startujących w kat. **OPEN** odbywać się będzie w biurze zawodów w dniu zawodów od godz. 8:00 do 12:00 na polanie startowej w Lesie Kumiecie.
- **Oplata startowa w biegu głównym wynosi 20zł. Wpłat należy dokonywać na konto bankowe: nr konta OSiR w Gołdapi to: 39 1020 4724 0000 3002 0007 5135**
- Oplata startowa dotyczy tylko zawodników spoza Gołdapi.
- Uczestnicy biegu startują na własną odpowiedzialność
- Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków ciąży na osobie lub organizacji zgłaszającej
- Uczestnicy biegów winni posiadać w dniu zawodów aktualne badania lekarskie
- Koszty zawodów ponoszą organizatorzy. Uczestnicy biorą udział na własny koszt lub organizacji zgłaszającej
- Sprawy nie ujęte w niniejszym regulaminie rozstrzyga kierownictwo zawodów
- Wyniki końcowe oraz inne informacje dostępne będą na stronie internetowej www.osirgoldap.pl

Niniejszy regulamin stanowi zaproszenie na w/w imprezę



Uzdrowisko Góldap miejscem dobrego życia

www.uzdrowiskogoldap.pl

Patronat medialny:

KURIER
GÓLDAPSKI



POLSKIE RADIO
OLSZTYN

z bliska
zbliska.goldap.pl



goldap.org.pl

GÓLDAPSKI PORTAL INTERNETOWY
GOLDAP.INFO

RADIO
5