



# GOŁDAP

*Mazurski Zdrój*

## **REGULAMIN XXIV CROSSU GOŁDAPSKIEGO Gołdap 17.09.2016 r. (sobota)**

### **CEL:**

- popularyzacja biegów masowych
- stworzenie rywalizacji sportowej wśród młodzieży szkolnej
- wyłonienie najlepszych zawodników
- realizacja kalendarza na rok 2016

### **ORGANIZATOR:**

- Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gołdapi

### **TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:**

- Zawody odbędą się w Lesie Kumiecie - Gołdap w dniu 17 września 2016 r. (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. 2011 i mł
- SP dziewcząt i chłopców rocz. 2010
- SP dziewcząt i chłopców rocz. 2009
- 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. 2005
- SP dziewcząt i chłopców rocz. 2004
  
- SG dziewcząt i chłopców rocz. 2003
- SG dziewcząt i chłopców rocz. 2002 – 2001
  
- SPG dziewcząt i chłopców rocz. dys.2000 - 1998

**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 OPEN należy dokonać w formie elektronicznej poprzez formularz dostępny na stronie internetowej: **Oplata startowa w biegu głównym wynosi 30 zł. Wpłat należy dokonywać na konto bankowe nr konta OSiR w Gołdapi to: 39 1020 4724 0000 3002 0007 5135 do dnia 15.09.2019 r.**
- **Po tym dniu zgłoszenia mogą zostać przyjęte pod warunkiem wniesienia podwójnej opłaty w kwocie 60zł.**
- **Oplata startowa nie dotyczy mieszkańców Gołdapi**
- zapisy do zawodów w kategoriach szkół SP, SG i SPG prosimy kierować na adres e-mail [zawody@osirgoldap.pl](mailto:zawody@osirgoldap.pl) do dnia 15.09.2016 r.

#### **PROGRAM MINUTOWY i DYSTANSE:**

- godz. 9:45 – uroczyste otwarcie imprezy
- 10:00 – 200m dziewcząt i chłopców rocz. 2011 i mł.
- 10:10 – 1000m Biegi integracyjne dziewcząt i chłopców
- 10:20 – 600m SP dziewcząt i chłopców rocz 2010
- 10:30 – 600m SP dziewcząt i chłopców rocz 2009
- 10:40 – 600m SP dziewcząt i chłopców rocz 2008
- 10:50 - 600m SP dziewcząt i chłopców rocz 2007
- 11:00 - 1000m SP dziewcząt i chłopców rocz 2006
- 11:10 – 1000m SP dziewcząt i chłopców rocz. 2005
- 11:20 - 1000m SP dziewcząt i chłopców rocz. 2004
- 11:35 - 1500m SG dziewcząt i chłopców rocz. 2003
- 11:50 - 1500m SG dziewcząt i chłopców rocz. 2002 – 2001
- 12:10 - 1500m SPG dziewcząt i chłopców rocz. 2000 – 1998
- 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 XXIV Crossu Gołdapskiego
- **w biegu głównym nagrody nie dublują się**

#### **NAGRODY SPECJALNE:**

- w kategorii OPEN udekorowanych zostanie sześć najlepszych Gołdapierek i sześciu najlepszych Gołdapian
- nagroda za „Najlepszy Debiut” K i M (pierwsze zawody)
- nagroda specjalna za rekord trasy w biegu głównym

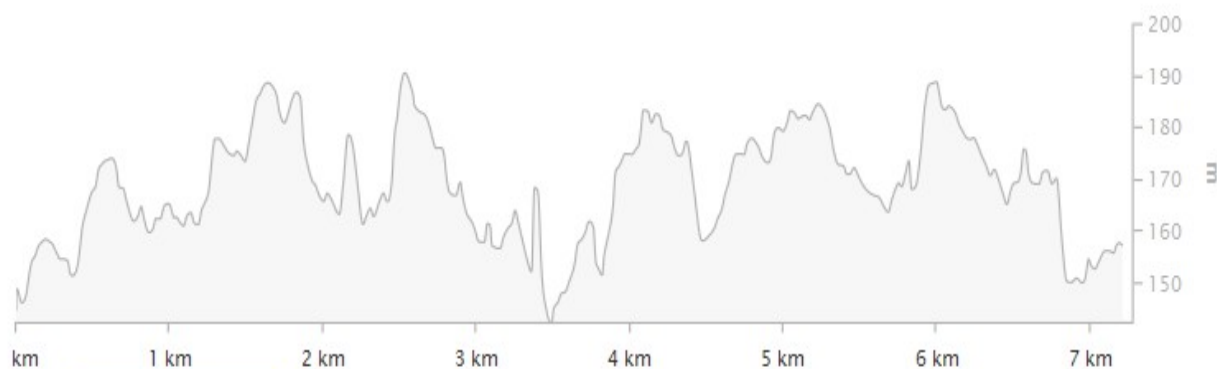
**rekord trasy w kat. M został ustanowiony w roku 1997 przez Krzysztofa Baldygę – 22.21**  
**rekord trasy w kat. K został ustanowiony w roku 2012 przez Dominikę Nowakowską – 25.57**

#### **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 15.09.2016 r.
- Organizatorzy zapewniają posiłek regeneracyjny po zakończonym biegu

- Dekoracja – 10 min. 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.
- 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](http://www.osirgoldap.pl)

**Niniejszy regulamin stanowi zaproszenie na w/w imprezę**



**ORGANIZATOR**

