



REGULAMIN

Bieg Narciarski – „Bieg Po Zmroku”
III rzut Ligi Narciarskiej

Gołdap, dnia 08.02.2013r.

CEL:

- popularyzacja biegów narciarskich
- realizacja kalendarza sportowego 2013r.
- rywalizacja wśród młodzieży szkolnej i mieszkańców

ORGANIZATOR:

- Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gołdapi

TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

- zawody odbędą się w dniu **08.02.2013r.** (piątek) na trasach w Parku Zdrojowym w Gołdapi (bieg na dochodzenie, start co 30 sek.)
- zgłoszenia Zawodników w dniu zawodów od godz. 16:15
- losowanie numerów o godz. 16:45
- pierwszy start o godzinie 17:00

PROGRAM ZAWODÓW – KATEGORIE – DYSTANS:

- wszystkie biegi zostaną rozegrane techniką dowolną (F)
- Bieg SP dziewcząt rocz. 2000 i mł. dystans 1,7 km
- Bieg SP chłopców rocz. 2000 i mł. dystans 1,7 km
- Bieg SG dziewcząt rocz. 1997-99 dystans 1,7 km
- Bieg SG chłopców rocz. 1997-99 dystans 1,7 km
- Bieg SPG junierek rocz. 1996-94 dystans 1,7 km
- Bieg SPG juniorów rocz. 1996-94 dystans 1,7 km
- Seniorzy i seniorki rocz. 1993 i st. dystans 1,7 km
- Bieg Masters K i M – 40 lat i starsi dystans 1,7 km

NAGRODY:

- za I-III miejsce w każdej kategorii trofea sportowe i dyplom

SP - Szkoły Podstawowe

SG - -//- Gimnazjalne

SPG - -//- Ponadgimnazjalne