

REGULAMIN

XXX Ogólnopolskiego Biegu "HOMOLAN" im. Józefa Duba Kudowa-Zdrój 22. 07. 2018 r.

ORGANIZATOR:

Kudowskie Centrum Kultury i Sportu Urząd Miasta w Kudowie-Zdroju
Sędzia główny: Jakub Drzewoszewski

TERMIN:

22.07.2018 r. (niedziela)
Start biegów młodzieżowych godzina 9:30 (grupy I, II, III, IV)
Start biegu głównego godzina 11:00

MIEJSCE:

Start i meta – biegi młodzieżowe: skwer obok Aquaparku
bieg główny: ul. Moniuszki przy Sanatorium „Polonia”

BIURO ZAWODÓW:

ul. Moniuszki przy Sanatorium „Polonia”

ZGŁOSZENIA:

Drogą elektroniczną na adres: jadrzewosz@wp.pl - pod nr tel. 503160771, 609359097
lub w dniu zawodów do godziny 10:45
Limit zgłoszeń: 100 osób w biegu głównym

DYSTANSE I KATEGORIE WIEKOWE:

1. Bieg główny – 10 km (2 pętle)

Kat. generalna kobiet, kat. wiekowe: A do 34 lat, B 35-48 lat, C 49 +

Kat. generalna mężczyzn, kat. wiekowe : A do 29 lat, B 30-39 lat, C 40-49 lat, D 50-59 lat, E 60 +

Bez limitu wiekowego, osoby niepełnoletnie za zgodą opiekuna prawnego.

2. Biegi młodzieżowe (DZ,CH):

I. Ur. 2009-2008 – 200 m

II. Ur. 2007-2006 – 250 m

III. Ur. 2005-2004 – 300 m

IV. Młodzicy Ur. 2003-2002 –400 m

NAGRODY:

Kat. generalna kobiet i mężczyzn - nagrody pieniężne + puchary:

I m. 300 zł, II m. 200 zł, III m. 100 zł,

Kat. wiekowe kobiet i mężczyzn: I, II, III miejsce – puchary i dyplomy,

Zwycięzcy w kat. generalnej K i M uczestniczą w nagradzaniu w kat. wiekowych,

Kat. młodzieżowe :

Grupy I, II, III, IV: medale, dyplomy + nagrody rzeczowe

Pula nagród może ulec zwiększeniu.

Oplata startowa: Wcześniejsze wpisy na nr konta
Bank Spółdzielczy w Kłodzku: 43 9523 0001 3001 3984 2000 0001
50 zł w biegu głównym; w tytule: Bieg HOMOLAN

W ramach opłaty startowej zawodnik otrzymuje:

- pakiet startowy (patrz w punkt Pakiet Startowy)
- obsługa sędziowska na trasie
- elektroniczny pomiar czasu
- zabezpieczenie medyczne
- posiłek regeneracyjny
- możliwość skorzystania z natrysku po biegu
- punkt odżywczy na trasie biegu (woda do picia, owoce)

PAKIET STARTOWY:

W skład pakietu wchodzi:

- koszulka pamiątkowa, medal (wręczany na mecie), numer startowy, napój izotoniczny.

Pakiet Startowy może ulec zwiększeniu.

TRASA:

Trasa obejmować będzie 2 pętle po 5 km.

Trasa prowadzić będzie w rejonie Parku Zdrojowego oraz Góry Parkowej.

Trasa z dużą ilością podbiegów i zbiegów prowadząca po ścieżkach leśnych.

W niektórych miejscach mogą wystąpić zwężenia.

Profil trasy oraz jej dokładny przebieg przedstawiony zostanie na kilka dni przed zawodami.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- uczestnicy biegu ubezpieczają się we własnym zakresie lub przez jednostki delegujące od NW
- pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu,
- wszystkimi sprawami organizacyjnymi zajmuje się Kudowskie Centrum Kultury i Sportu.
- szatnia dla zawodników w holu Teatru Zdrojowego
- dekoracja ok. godz. 13:00 – skwer przy Sanatorium „Polonia”
- w sytuacjach spornych decyduje sędzia główny.

Zapraszamy na trasy biegowe do Kudowy-Zdroju !