



## NARODOWY BIEG STULECIA *OD BAŁTYKU DO TATR* Bieg Ojców Niepodległości Warszawa 10.11.2019

### REGULAMIN

- I. TERMIN i MIEJSCE:** 10 listopada (niedziela) godz. 12:00 Centrum Olimpijskie w Warszawie, Wybrzeże Gdynskie 4. Obsługa uczestników biegu w godzinach 10:00 – 11:30.
- II. TRASA** płaska z atestem PZLA - identyczna jak przy Etapowym Maratonie Pokoju. **DYSTANS** – 5 km (trzy „agrafki”). Start i meta w odległości 150 m od gmachu Centrum Olimpijskiego.
- III. UCZESTNICTWO:** w biegu może wziąć udział każda pełnoletnia osoba (niepełnoletnia za pisemną zgodą rodziców lub prawnych opiekunów).
- IV. ZGŁOSZENIA i OPŁATY:** poprzez portal [datasport.pl](http://datasport.pl) **TYLKO do 25 października**. Kwota **30 zł** obejmuje m.in.: numer startowy, pomiar czasu przez sędziów PZLA (ręczny), obsługę medyczną, medal identyczny jak w innych miastach Narodowego Biegu Stulecia od Bałtyku do Tatr, posiłek, napoje. Dodatkowo – w cenie 15 zł można zamówić w terminie do 20 września mailowo na [biegstulecia@tlen.pl](mailto:biegstulecia@tlen.pl) białe koszulki techniczne z czerwonym nadrukiem (wizualizacja i tabela rozmiarów poniżej).
- V. NAGRODY-UPOMINKI:** za miejsca 1-3 w kategorii kobiet i mężczyzn – puchary. Wśród wszystkich uczestników losowane będą upominki. Planowana godzina dekoracji – 13 w budynku Centrum Olimpijskiego.
- VI. ORGANIZATORZY**  
\* Biuro Biegu Stulecia Klubu Sportowego Polskie Himalaje  
\* Królewski Klub Biegacza Warszawa
- VII. KONTAKT:** telefoniczny – 730 777 045 lub 784 400 502; mailowy: [biegstulecia@tlen.pl](mailto:biegstulecia@tlen.pl)

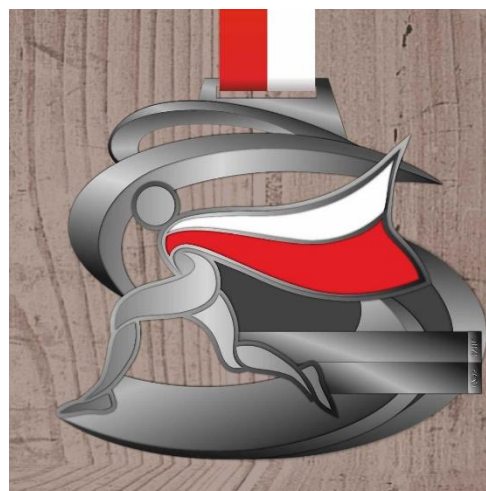
UWAGA! Ponieważ obchody 100-lecia odzyskania przez Polskę niepodległości kontynuowane będą do 2022 roku, to również do 2022 roku organizowane będą kolejne edycje Narodowego Biegu Stulecia od Bałtyku do Tatr. Daje to zawodnikom szansę skompletowania „pakietu stulecia 2018-2022”, bowiem każdego roku będą modyfikowane projekty medali i koszulek (ze zmianą koloru) z zachowaniem podstawowego elementu jakim jest cieszący się dużą popularnością „biegnący ludzik”.

---

**INFORMACJE DODATKOWE** – tego dnia o godzinie 13:30 planowane jest **PODSUMOWANIE CYKLU BIEGÓW** w ramach Etapowego Maratonu Pokoju. W programie m.in. wręczenie statuetek osobom, które pokonały w sumie dystans 42 km 195 oraz nagród przewidzianych regulaminem imprezy.

**PLANY NA LATA 2020-2021.** Po rozdaniu nagród-upominków zapraszamy na spotkanie wszystkich uczestników biegów i sympatyków celem:

- podsumowania zawodów organizowanych przy Centrum Olimpijskim w 2019 roku;
- ustalenia zasad udziału w kolejnych biegach;
- zatwierdzenia propozycji organizacji zawodów w latach 2020-2021;
- wyboru Rady Zawodniczej.



## ROZMIARY KOSZULEK:

### koszulki damskie

<b>S</b>	41,5cm/62cm
<b>M</b>	44,5cm/64cm
<b>L</b>	47,5cm/66cm
<b>XL</b>	50,5cm/68cm
<b>XXL</b>	53,5cm/70cm

<b>męskie dorośli</b>		<b>dzieci</b>	
<b>S</b>	48cm/69cm	<b>4</b>	35cm/50cm
<b>M</b>	51cm/71cm	<b>8</b>	39cm/55cm
<b>L</b>	54cm/72cm	<b>12</b>	43cm/60cm
<b>XL</b>	57cm/73cm	<b>16</b>	47cm/65cm
<b>XXL</b>	60cm/74cm		
<b>XXXL</b>	63cm/75cm		

A - szerokość mierzona 1cm poniżej rękawów

B - długość mierzona od najwyższego punktu na ramieniu (koszulka położona na płasko)

