



## REGULAMIN

### Otwarte Mistrzostwa WMZ LZS w biegach przełajowych, Pod Honorowym Patronatem Burmistrza Pasłęka

**Pasłęk, 26.02.2016 r.**

#### I. CEL IMPREZY:

- Popularyzacja i upowszechnienie biegania ,jako najprostszej formy aktywności ruchowej
- Promocja Gminy Pasłęk i Zrzeszenia LZS

#### II .PATRONAT:

- Burmistrz Pasłęka

#### III.ORGANIZATOR:

- Warmińsko - Mazurskie Zrzeszenie LZS
- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Pasłęku
- KS Polonia w Pasłęku
- Samorząd Województwa Warmińsko – Mazurskiego
- Krajowe Zrzeszenie LZS
- Zespół Szkół w Pasłęku
- Team Mustang Pasłek

#### IV . TERMIN i MIEJSCE

- 26.02.2016 r. godz. 10.45 Park Ekologiczny w Pasłęku ul. Partyzantów
- Biuro zawodów : Budynek dydaktyczno- doświadczalny w miejscu startu

#### V . UCZESTNICTWO I KLASYFIKACJE

- W zawodach mogą uczestniczyć zawodnicy z całej Polski, posiadający aktualne badania lekarskie. Zawodnicy winni posiadać karteczki startowe (nazwisko, imię, miejscowość, rocznik dystans, klub/szkoła) karteczki będą dostępne w biurze zawodów

MIEJSCE (wypełnia organizator)	DYSTANS	ROCZNIK	IMIĘ NAZWISKO	MIEJSCOWOŚĆ	SZKOŁA\KLUB

W biegu Open organizatorzy przydzielą dla zgłoszonych zawodników numery startowe.

W klasyfikacji indywidualnej zawody odbędą się w następujących kategoriach wiekowych i odpowiednio na dystansach:

#### Roczniki i dystanse:

- |                   |                  |
|-------------------|------------------|
| rocznik 2003 i mł | 1000 m Dziewcząt |
| rocznik 2003 i mł | 1000 m Chłopców  |
| rocznik 2001-2002 | 1500 m Dziewąt   |

rocznik	2001-2002	2000 m Chłopców
rocznik	2000-1999	1500m Dziewcząt
rocznik	2000-1999	2500 m Chłopców
rocznik	1998-1997	2000m Dziewcząt
rocznik	1998-1997	3000m Chłopców
<b>OPEN</b>	<b>1996 i starsi</b>	<b>3000 m K, 5000m M</b>

## VI. NAGRODY

Zawodnicy za zajęcie miejsca I-III w każdym biegu otrzymają medale /oddzielnie w klasyfikacji LZS oraz oddzielnie w klasyfikacji OPEN/

Gminy i Kluby LZS w punktacji łącznej dziewcząt i chłopców, za miejsca I – III otrzymują puchary.

## VII. PUNKTACJA

Prowadzona będzie klasyfikacja zespołowa :gmin i klubów zrzeszonych LZS

- Punktacja zespołowa :gmin i klubów LZS
- Punktuje 20 pierwszych zawodników wg kl: 1m -20 pkt , 2- 17 , 3- 15 , 4- 13, 5 -12 , 6 -11, 7- 10 ,8-9, 9- 8, 10-7 , 11-6 12- 5 ,13-4, 14-3,15-2 , 16-20- 1pkt

## VII. ZGŁOSZENIA

- e-mailem do dn.24.02.2016 r [wmz@lzs.olsztyn.pl](mailto:wmz@lzs.olsztyn.pl)

koordynator Mirosław Plawgo 664 455 945 lub 601 888 248

## VIII. SPRAWY ORGANIZACYJNE

- Koszty organizacyjne pokrywa organizator, koszty osobowe zgłaszające szkoły kluby
- Każdy zawodnik powinien posiadać aktualne badania lekarskie, być ubezpieczony, posiadać kartkę startową /odpowiedzialność ponosi zgłaszający/ kartki startowe będą również dostępne w biurze zawodów
- Zawody przeprowadzone będą zgodnie z regulaminem PZLA.

### **PROGRAM MINUTOWY:**

10.45 -	Otwarcie
11.00 -	1000m Dziewcząt
11.15 -	1000 m Chłopców
11.30 -	1500m Dziewcząt
11.45 -	2000m Chłopców
12.00 -	1500m Dziewcząt
12.20 -	2500m Chłopców
12.45 -	2000m Dziewcząt
13.10 -	3000m Chłopców
13.30 -	Bieg Open K+M

Godziny startów do poszczególnych biegów mogą ulec zmianie.

## X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Biuro zawodów czynne w dniu imprezy od 9.00 Park Ekologiczny
- Nagradzanie do 20 min po zakończonym biegu a klasyfikacji drużynowej po biegach,
- Biegi zostaną rozegrane na nawierzchni trawiastej,
- Organizator po biegu zapewnia posiłek i ciepły napój,
- Opiekę medyczną zapewnia organizator,
- Biegi odbędą się bez względu na pogodę,
- Organizator zapewnia szatnie,
- Za zgubione rzeczy organizator nie ponosi odpowiedzialności
- Odpowiedzialność za uczestników nieletnich ponoszą opiekunowie
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.