



**REGULAMIN**  
**VIII OGÓLNOPOLSKICH ZAWODÓW NARCIARSKICH**  
**SUSIEC**  
**O „PUCHAR GRYFA”**



**Cel zawodów :**

- ▶ popularyzacja narciarstwa biegowego
- ▶ wyłonienie najlepszych zawodników w powiecie tomaszowskim
- ▶ promocja Gminy Susiec i Powiatu Tomaszowskiego

**Organizator :**

- ▶ LUBELSKI OKRĘGOWY ZWIĄZEK NARCIARSKI
- ▶ STAROSTWO POWIATOWE W TOMASZOWIE LUBELSKIM
- ▶ BURMISTRZ MIASTA TOMASZÓW LUB.
- ▶ WÓJT GMINY SUSIEC

**przy współorganizacji:**

- ▶ GMINNEGO OŚRODKA KULTURY W SUŚCU
- ▶ ZESPOŁU SZKÓŁ PUBLICZNYCH W SUŚCU
- ▶ PENSJONATU SOSNOWE ZACISZE



**Termin i miejsce: 15 luty 2014 r. (sobota)**

**Trasa biegową:**

- start i meta w Suścu przy Pensjonacie „Sosnowe Zacisze” ul. Turystyczna 27 (ok. 400 m od GOK)

**Uczestnictwo :**

Prawo startu w zawodach mają zawodnicy i zawodniczki posiadający aktualne badania lekarskie i ubezpieczenie. Zawodnicy w biegu głównym startują na własną odpowiedzialność. Zgłoszenia do zawodów należy dokonać w terminie ostatecznym **15 lutego 2014 r. na pół godziny przed startem (z podaniem: Nazwisko, imię, rok urodzenia szkoła/klub/ miejscowość)** w biurze zawodów w Pensjonacie „Sosnowe Zacisze” lub wcześniej na adres: Gminny Ośrodek Kultury w Suścu, ul. Tomaszowska 100, 22-672 Susiec, *Krzysztof Łagowski* tel. **84 6654410**, 531-475-652, fax. 84 66 54517, email: [it@susiec.pl](mailto:it@susiec.pl).

**Program zawodów:**

<b>Wydawanie numerów pół godziny przed startem</b>						
data	godz.	Styl	dystans	kategoria wiekowa	uwagi	
sobota 15 luty 2014 r.	10 <sup>00</sup>	CI	2 x 5,8 km 5,8 km	- senior – 1993 i starsi CI – 10 km - juniorzy 1997-1994 CI – 10 km - seniorki – 1993 i starsi CI – 5 km - juniorki 1997-1994 CI – 5 km	Start: Pensjonat Sosnowe Zacisze, ul. Turystyczna 27; kolejność startu i godzinę reguluje lista startowa – starty co 30 s.	
	10 <sup>00</sup>	CI	5,8 km	- młodzik C - 1998-1999 CI – 5 km - młodziczka C - 1998-1999 CI – 5 km		
	10 <sup>40</sup>		CL	2,1 km		- bieg VIP - ów
			CL	2,1 km		- dzieci starsze D 2000/2001 chłopcy
			CL	2,1 km		- dzieci młodsze E 2002/2003 chłopcy
			CL	2,1 km		- dzieci starsze D 2000/2001 dziewczynki
			CL	2,1 km		- dzieci młodsze E 2002/2003 dziewczynki
13 <sup>00</sup>	<b>Uroczyste zakończenie</b>					

**UWAGA:** W kategorii senior, seniorka jeżeli w kategoriach wystartuje i ukończy bieg 3 zawodników będzie prowadzona klasyfikacja w kategoriach wiekowych. Jeżeli nie będzie trzech zawodników to prowadzona będzie tylko klasyfikacja „open”. **Kategorie wiekowe:** grupa I 18-29 lat (96-85), grupa II 30-39 lat (84-75), grupa III 40-49 lat (74-65), grupa IV 50-59 lat (64-55), grupa V 60 lat i więcej (54 i starsi).

**NAGRODY:**

Za pierwsze miejsca w każdej kategorii wiekowej puchary, a dla wszystkich pamiątkowe dyplomy.

**Postanowienia końcowe :**

- seniorzy opłata startowa 10 zł
  - zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z NRS oraz wytycznymi PZN
- organizator nie odpowiada za ewentualne nieszczęśliwe wypadki podczas zawodów, ubezpieczenie zawodników obowiązkowe we własnym zakresie

Informacja o zawodach regulamin na stronach: [www.susiec.pl](http://www.susiec.pl) [www.lozn.org.pl](http://www.lozn.org.pl)

**ORGANIZATORZY**