

## **REGULAMIN ZAWODÓW**

### **OTWARTYCH MISTRZOSTW EUROPEJSKIEJ STOLICY NORDIC WALKING**

**I. CEL:** Popularyzacja Nordic Walking oraz zdrowego stylu życia Polaków.

#### **II. TERMIN ZAWODÓW, MIEJSCE:**

18.09. 2010r – Województwo Zachodniopomorskie

Barlinek – Obiekty sportowe PG Nr 1

#### **III. PROGRAM MINUTOWY ZAWODÓW**

10.30– 11:00 Rejestracja uczestników

11:00 – 11:15 Otwarcie imprezy, rozgrzewka

11:15 – start na dystansie 2km-Marsz Vipów

kolejne starty według harmonogramu zawo

#### **IV. ORGANIZATORZY:**

Publiczne Gimnazjum Nr 1, Barlinecki Ośrodek Kultury.

#### **V. DYSTANSE**

1. Uczestnicy startują na 3 dystansach:0,5 km, 2 km i 4 km – Marsz Otwarty.

#### **VI. ZASADY UCZESTNICTWA W MARSZU**

1. Osoby startujące w zawodach zobowiązane są posiadać zaświadczenie od lekarza o braku przeciwwskazań do wysiłku fizycznego lub podpisać w biurze zawodów stosowne oświadczenie (brak przeciwwskazań do wysiłku fizycznego w zawodach NW)

2. Uczestnicy, którzy nie ukończyli 18 roku życia muszą posiadać pisemną zgodę opiekunów na udział w imprezie.

3. W zawodach Otwartych Mistrzostwach Europejskiej Stolicy Nordic Walking mogą brać udział obywatele wszystkich krajów świata.

4. Każdy uczestnik zobowiązany jest posiadać strój sportowy stosowny do warunków pogodowych, posiadanie własnych kijów do NW.

5. Zawodnicy zobowiązani są zwrócić szczególną uwagę na bezpieczeństwo podczas rozgrzewki, aby nie uderzyć lub nie ukłuć kijkiem współwiczającego.

6. Marsze odbędą się według następujących kategorii:

I marsz - Marsz Vipów- 2km (Kobiety i Mężczyźni łącznie)

II marsz - Szkoły Podstawowe kl. I-III – 0,5 km ( dziewczęta, chłopcy)

III marsz - Szkoły Podstawowe kl. IV- VI – 2km ( dziewczęta, chłopcy)

IV marsz - Szkoły Gimnazjalne - 2km ( dziewczęta, chłopcy)

V marsz- Marsz Otwarty - 4km ( kobiety, mężczyźni)

7. Na wszystkich dystansach obowiązuje podział na kategorie Kobiet i Mężczyzn według ww. kategorii wiekowych z wyjątkiem Marszu Vipów.

## **VII. NAGRODY**

1. Ogłoszenie wyników oraz przyznanie nagród odbędzie się w dniu zawodów po zakończeniu wszystkich marszów..
2. Zdobywcy miejsc I - III w każdym zawodach na dystansach 0,5km, 2km i 4 km we wszystkich kategoriach wiekowych osobno dla Pań i Panów z wyjątkiem Marszu Vipów otrzymają medale i puchary, każdy uczestnik zawodów otrzymają pamiątkowe medale.

## **VIII. TRASA**

1. W przypadku kontuzji uczestnika, powiadamiana jest obsługa trasy, która przekazuje informacje do punktu pomocy medycznej znajdującej się na boisku szkolnym PG Nr 1.
2. Na trasie znajdują się sędziowie, którzy będą czuwać nad prawidłowym przebiegiem marszu.
3. Plan tras znajduje się w biurze zawodów oraz na tablicach informacyjnych..
4. Dozwolone są nawierzchnie twarde i miękkie.
5. Trasa będzie oznaczona znakami pionowymi i poziomymi oraz przydzielonymi kolorami.

## **IX. SPRAWY ORGANIZACYJNE**

1. Za pozostawione bez opieki rzeczy organizator nie ponosi odpowiedzialności.
2. Przed i po zawodach zawodnicy będą mieli możliwość skorzystania z przebieralni (szatnie szkolne).

## **X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga sędzia główny zawodów.
2. Nieprzestrzeganie regulaminu może być powodem dyskwalifikacji zawodnika.
3. Protesty należy składać w dniu zawodów do sędziego głównego zawodów do chwili zakończenia zawodów.
4. Należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa przeciwpożarowego oraz ochrony przyrody, jak również dbać o porządek w miejscu zawodów.
5. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.