



Gmina
Parchowo



Gmina
Sulęczyńno



Gmina
Lipusz



Nadleśnictwo
Lipusz

„Niepodległościowy Bieg Orła” 28.09.2019 r. REGULAMIN

I. CEL

1. Propagowanie wartości patriotycznych.
2. Rozwój i upowszechnianie kultury fizycznej, a w szczególności popularyzacja biegania oraz aktywności Nordic Walking.
3. Integracja osób w różnych przedziałach wiekowych w zakresie rekreacji ruchowej i aktywnej turystyki, a przede wszystkim upowszechnianie zdrowej rywalizacji wśród dzieci i młodzieży.
4. Propagowanie walorów krajobrazowych i przyrodniczych Gmin: Parchowo, Sulęczyńno i Lipusz oraz Nadleśnictwa Lipusz, promocja obiektu nasadzeń leśnych tworzących Orła-Godło Polski.

II. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW 28.09.2019 r. – tereny leśne Leśnictwa Kłodno w Nadleśnictwie Lipusz, w okolicach Grabowa Parchowskiego w Gminie Parchowo.

III. RAMOWY PROGRAM MINUTOWY ZAWODÓW*

- 8:00 – 10.30 – biuro zawodów – zapisy oraz odbiór pakietów startowych
- 11.00 – otwarcie imprezy, pokaz prawidłowej techniki Nordic Walking
- 11.10 – rozgrzewka
- 11.30 – start biegu na dystansie 5 km
- 11:35 – start marszu Nordic Walking na dystansie 5 km
- 12.30 – start biegu na dystansie 10 km
- 14.30 – wręczenie nagród zawodnikom

Zawodnicy proszeni są o ustawienie się na starcie 10 minut przed startem konkurencji.

IV. ORGANIZATORZY: Gmina Parchowo

Współorganizatorzy: Gmina Sulęczyńno, Gmina Lipusz, Nadleśnictwo Lipusz, Pacino Promotion Marcin Pacyno.

V. DYSTANS

1. Uczestnicy startują tylko na jednym dystansie – 5 lub 10 km. Trasa przełajowa o zróżnicowanym ukształtowaniu prowadząca ścieżkami i drogami leśnymi oraz drogą gminną.

VI. ZGŁOSZENIA DO ZAWODÓW

1. Zawodnicy dokonują rejestracji na stronie <http://zapisy.domtel-sport.pl> lub na miejscu przed zawodami. Startujący w zawodach oświadczają, że biorą w nich udział na własną odpowiedzialność. Rejestracja traktowana jest jako przyjęcie warunków Regulaminu.

Uczestnictwo w imprezie jest odpłatne:

- o zgłoszeni i opłaceni zawodnicy do 30.08.2019 r – 50 zł
- o w terminie: 31.08.2019 r - 25.09.2019 r. – 60 zł

niniejszy regulamin.

3. Interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do Organizatorów.

XII. INFORMACJE DODATKOWE

Istnieje możliwość zakwaterowania:

- Ośrodek Szkoleniowo Rehabilitacyjny, "Szansa-Start Mausz", Ostrów Mausz 12, tel. 586844009

*Zarys programu minutowego imprezy może ulec zmianie.