REGULAMIN
XXIV BIEG PRZYJAŹNI – WIDZISZEWO 2010
22 sierpnia 2010 r. – początek o godz. 14.00

1. CEL: Propagowanie biegania jako czynnej formy wypoczynku i profilaktyki zdrowotnej oraz krzewienie ducha sportu, tolerancji i przyjaźni; promocja Widziszewa oraz Ziemi Kościańskiej.

2. ORGANIZATORZY: LKS „Sana" Kościan, Gmina Kościan – OSiR Kościan, przy współpracy Rady Sołeckiej w Widziszewie, Starostwa Powiatowego – PS LZS w Kościanie, WZ LZS w Poznaniu.

3. ZGŁOSZENIA: Pisemne do **18 sierpnia 2010 r**. na adres LKS „Sana" Kościan ul. Sienkiewicza 39, 64-000 Kościan; tel. **600 565 436**; e-mail: **dtalikadze@wp.pl**
w zgłoszeniu: imię i nazwisko, data urodzenia, miejscowość lub przynależność klubowa, dystans i kategoria wiekowa zgodnie z regulaminem;

4. BIURO ZAWODÓW: Czynne będzie w dniu zawodów od godz. 10.00 w Klubie Ogrodnik w Widziszewie ul. Podgórna, 200 m od stacji PKP Przysieka Stara k/Kościana.

5. KLASYFIKACJA i NAGRODY:

Dystans 10 km - start 14.15

- kl. generalna mężczyzn **1 - 3 m-ca puchary + nagrody**

- kat. wiekowe (20-29, 30-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65 i starsi) – statuetki 1 - 3 m-ca

Dystans 5 km - start 14.15

- kl. generalna kobiet **1 - 3 m-ca nagrody + puchary**

- kat. wiekowe kobiet (16 -19, 20 - 39 , 40 i starsze) 1 - 3 m-ca statuetki
- kat. wiekowa mężczyzn (16 - 19, 70 i starsi) 1 - 3 m-ca statuetki

-Klasyfikacja Powiatowa Mężczyzn (10 km) i Kobiet (5 km) 1 - 3 puchary, 1 - 6 upominki (kl. oddzielna)

Dystans 1000 m - start 14.10

Młodzież kat. wiekowe 1995-96, 1997-98 1 - 3 upominek + dyplom (dziewczęta i chłopcy kl. oddzielna)

Dystans 500 m - start 14.05

Dzieci kat. wiekowe 1999-2000, 2001 i młodsi 1 - 3 upominek + dyplom (dziewczęta i chłopcy kl. oddzielna)

7. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- uczestników obowiązują badania lekarskie;
- wpisowe w dniu zawodów dla zgłoszonych do 18 sierpnia wynosi 15 zł (5 i 10 km), po terminie 20 zł;
- bieg odbędzie się bez względu na pogodę zgodnie z przepisami PZLA;
- dla każdego zawodnika (5 i 10 km) który prześle zgłoszenie w terminie do 18 sierpnia 2010 r. przewidujemy dyplom, okolicznościowe koszulki, posiłek, napoje;
- zawodnicy przyjeżdżają na koszt własny lub klubu, ubezpieczają się we własnym zakresie;
- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora;

Zapraszamy !!!!