**REGULAMIN**

 **ZAWODÓW NORDIC WALKING Z OKAZJI ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI**

**KROSNO 11.11.2018 r.**

1. **CEL:**

Propagowanie zdrowego trybu życia wśród lokalnej społeczności.

Promocja Miasta Krosna

1. **ORGANIZATORZY:**

Prezydent Miasta Krosna

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Krośnie

Stowarzyszenie Rozwoju Sportu Krośnieńskiego

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. S. Pigonia w Krośnie

1. **TERMIN I MIEJSCE:**

 Zawody odbędą się w Krośnie w dniu 11 listopada 2018 r o godz. 11,05.

1. **TRASA:**

***START*** *-*  *Rynek, ul. Piłsudskiego, Rondo Solidarności, Podwale, Tkacka, Piotra Skarg, Staszica, Plac Monte Cassino, Wojska Polskiego, Rondo HDK, Wojska Polskiego, Sikorskiego, Wieniawskiego, Szopena, Bursaki –* ***META*** *Hala Sportowo Widowiskowa.* Dystans 5 km, nawierzchnia asfaltowa, pomiar czasu elektroniczny.

1. **WARUNKI UCZESTNICTWA:**

Wypełnienie druku zgłoszenie, w tym oświadczenia o zdolności do udziału w zawodach, posiadanie własnych kijów, opłacenie wpisowego – 10 zł w dniu marszu.

Osoby niepełnoletnie muszą przedłożyć pisemna zgodzę opiekuna prawnego do udziału w zawodach.

W zawodach obowiązują przepisy Polskiej Federacji Nordic Walking.

1. **ZGŁOSZENIA:**

Zgłoszenia przyjmowane będą w Biurze Zawodów w Hali Sportowo Widowiskowej MOSiR Krosno ul. Bursaki 29. Biuro będzie czynne od 8.00 do 10.30.

Istnieje możliwość zgłoszenia sie do zawodów przez internet na stronie www.mosirkrosno.pl w terminie do dnia **9 listopada br.(włącznie).**

1. **KATEGORIE WIEKOWE:**

MĘŻCZYŹNI i KOBIETY : KAT. A 12-19 lat; KAT. B 20-29 lat; KAT. C 30-39 lat ; KAT. D 40-49 lat

 KAT. E 50-59 lat; KAT. F powyżej 60 lat;

1. **KLASYFIKACJA i NAGRODY**

Za zajęcie trzech pierwszych miejsc w poszczególnych kategoriach wiekowych zawodniczki i zawodnicy otrzymają pamiątkowe puchary. Pierwszych 100 uczestników, którzy przekroczą linię mety otrzyma okolicznościowe medale.

**POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

Organizator zabezpiecza uczestnikom opiekę medyczną , ciepły posiłek, napoje. Uczestnicy zawodów ubezpieczają się we własnym zakresie.

**WSZELKIE PROTESTY DOTYCZĄCE KLASYFIKACJI KOŃCOWEJ PRZYJMOWANE**

**BĘDĄ DO 15 MINUT OD CHWILI WYWIESZENIA WYNIKÓW.**