

**REGULAMIN VIII CROSS MARATONU
200 MARATON JANA KULBACZYŃSKIEGO
PO ZIEMI KODEŃSKIEJ I PISZCZACKIEJ
oraz
III PÓLMARATON NORDIC WALKING**

Limity:

Maraton - 6 godz

Półmaraton Nordic - 3,5 godz

1.CEL

- Popularyzacja i upowszechnianie biegania oraz Nordic Walking jako zdrowej i prostej formy sportu i wypoczynku.
- Promocja obszarów o wysokich walorach przyrodniczych.
- Promocja Gmin Piszczac oraz Gminy Kodeń.

2.ORGANIZATOR

Jan Kulbaczyński

LKS Kodeń

3.WSPÓŁORGANIZATOR

EdWood

Gmina Kodeń

4.TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się 14.03.2020r.

- Start biegu nastąpi o godz. 9:00 – bieg na dystansie 42.195 km.

Start Nordic Walking ok 1 min po starcie Maratonu.

- Trasa przebiegać będzie drogami polno-leśnymi ze startem spod kościoła w Połoskach i metą w Połoskach obok Szkoły Podstawowej.

• Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosowane do przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego

- Trasa biegu będzie posiadać oznaczenia co 5 km od startu do mety.

• Na mecie znajdować się będzie obsługa medyczna.

• PROGRAM SZCZEGÓŁOWY:

godz. 7:00 – otwarcie biura zawodów,

godz. 8:40 – zamknięcie biura zawodów,

godz. 9:00 – star biegu,

godz. 15:00 – wręczenie nagród zwycięzcom

W biegu prawo startu mają osoby które do dnia 14.03.2020 r. ukończyli 18 lat.

Sędzia główny oraz dyrektor biegu mogą nie dopuścić zawodnika do biegu lub nie pozwolić na kontynuowanie ze względów regulaminowych

5. ZGŁOSZENIA

Zgłoszenia przyjmowane są od 01.08.2019 do 01.03.2020 r. telefonicznie pod nr tel. 698-705-612 i kulbaka62@wp.pl

W zgłoszeniu proszę podać

- imię i nazwisko
- rok urodzenia
- miejscowość zamieszkania

- nazwę grupy biegowej

- nr telefonu

OPŁATA STARTOWA: 70 zł. W dniu startu 90zł

Konto nr 63 8025 0007 0019 8156 2000 0010 BS Biała Podlaska

LIMIT MIEJSC: 150 OSÓB

BEZPŁATNY NOCLEG W SZKOLE PODSTAWOWEJ W POŁOSKACH

KLASYFIKACJE

W VIII Cross Maratonie Jana Kulbaczyńskiego - 42.195 km będą prowadzone następujące klasyfikacje:

Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn od 1-6 miejsca.

Kategorie wiekowe

Kobiety: Mężczyźni:

18-29 18-29

30-69 30-39

40-49

50-59

60-69

70+

Puchary:

Kobiety

Mężczyźni

I - III miejsce

I – III miejsce

Nordic Walking:

Limit 50 osób

Klasyfikacja generalna od 1-6 miejsca.

Dla wszystkich osób które ukończą bieg zgodnie z regulaminem okolicznościowe medale na mecie oraz dyplom ukończenia biegu, a także koszulka, gorący obiad z dwóch dań.

WODA + ODŻYWKI

- Punkty odżywcze, co ok. 5 km.

- Na punktach zapewniamy wodę, banany oraz czekoladę.

Organizator zapewnia sobie prawo do zmian w regulaminie.