



Regulamin

Leśnej Ligi Biegowej TNC Marsz NORDIC-WALKING 5 km

1. Cel

- Popularyzacja chodu jako naturalnej formy ruchu i czynnego wypoczynku
- Promowanie zdrowego stylu życia
- Promocja walorów Nadleśnictwa Gryfice

2. Organizator

Organizatorem Leśnej Ligi Biegowej jest TNC Sp. z o.o.

Współorganizator:

Stowarzyszenie AT- Aktywny Trzebiatów

Stowarzyszenie Run-Gryf Gryfice

Sołectwo Pogorzelica

Patronat:

Nadleśnictwo Gryfice

3. Terminy, trasy i miejsce

- Biuro zawodów mieścić się będzie na ośrodku OSW BAŻYNA w Pogorzeliczy na ul. Wojska Polskiego 15;
- Marsz Nordic-Walking na dystansie 5 km odbędzie się na leśnej ścieżce Pogorzelica-Mrzeżyno 1.10.2017 o godz. 11:00. Trasa marszu będzie oznaczona znakami pionowymi w kolorze niebieskim ze skrótem Nordic-Walking (NW);
- Limit na ukończenie zawodów wynosi 1h (do godz. 12:00);

4. Program zawodów

Marsz odbędzie się w ramach trzeciego z biegów LLB na dystansie 5 km z pomiarem czasu.

9:00 – Otwarcie biura zawodów , rejestracja uczestników , odbiór numerów startowych

10:40 - Zakończenie wydawania numerów startowych

11:00 - Start zawodów Nordic-Walking na dystansie 5 kilometrów

12:00 - Zamknięcie linii mety

Oficjalne zakończenie zawodów Nordic-Walking oraz rozdanie pucharów odbędzie się około godz. 12:30.

5. Zgłoszenia i opłaty

a) . Zgłoszenia na marsz można dokonać za pośrednictwem strony www.tncsport.pl

- Zgłoszenia będą przyjmowane również w biurze zawodów w wyznaczonych godzinach.
- Do biegu dopuszczeni zostaną zawodnicy , którzy złożą oświadczenie wyrażające zgodę na udział w biegu na własną odpowiedzialność podpisane własnoręcznie .
- W marszu mogą wziąć udział tylko osoby pełnoletnie.

b) . Opłaty

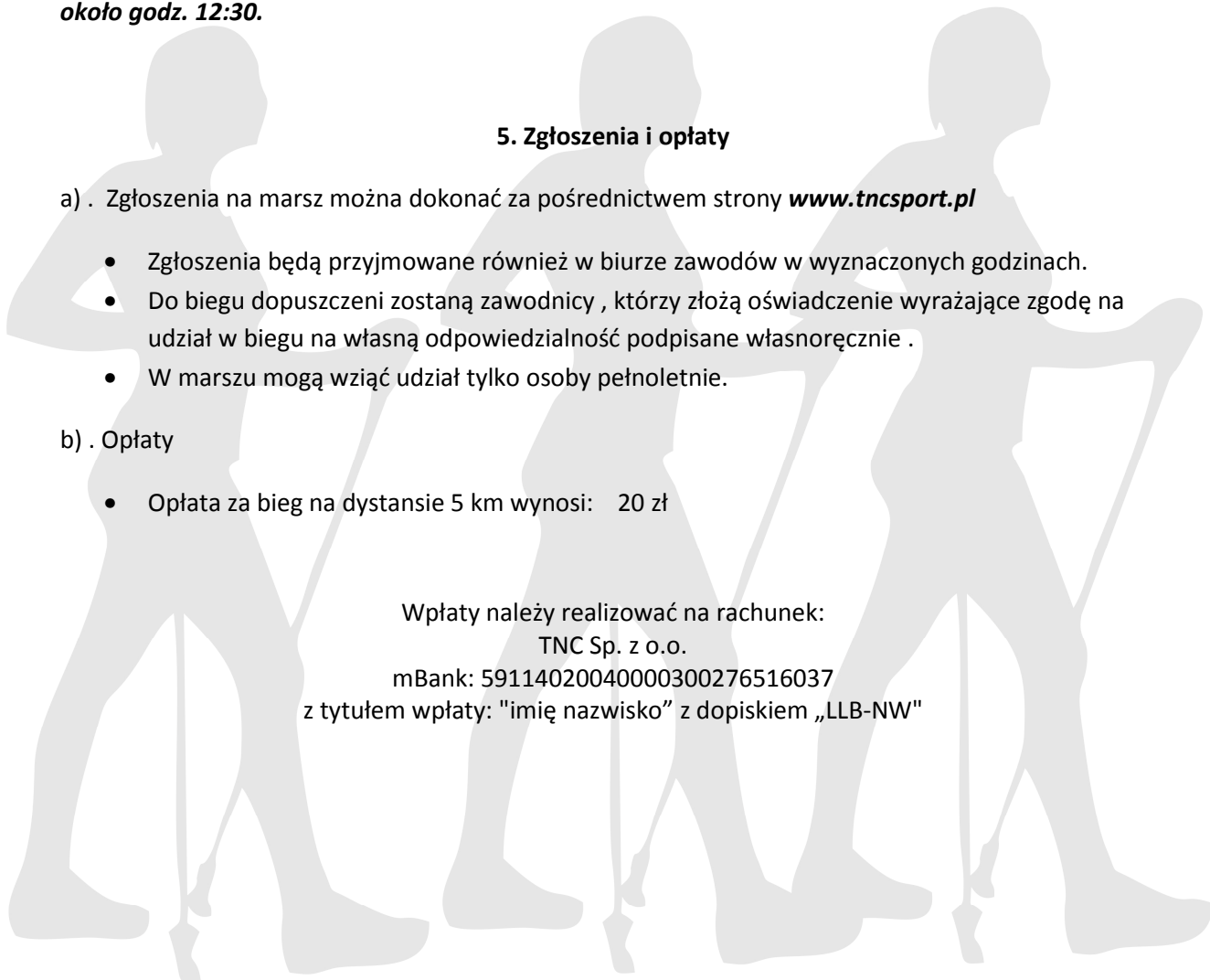
- Opłata za bieg na dystansie 5 km wynosi: 20 zł

Wpłaty należy realizować na rachunek:

TNC Sp. z o.o.

mBank: 59114020040000300276516037

z tytułem wpłaty: "imię nazwisko" z dopiskiem „LLB-NW"



6. Klasyfikacje

Dla 5 km.

- Kat. open mężczyzn miejsca 1-3
- Kat. open kobiet miejsca 1-3

7. Postanowienia końcowe

- Biegi odbywają się bez względu na pogodę.
- Uczestnik marszu bierze udział w zawodach na swoją odpowiedzialność.
- Organizator posiada ubezpieczenie OC i NW.
- Dla każdego uczestnika przewidziano pamiątkowe medale.
- Dla najlepszych dyplomy i puchary.
- Pomiar czasu odbywa się za pomocą chipów zwrotnych mocowanych przy butach zawodnika. Chip należy zwrócić na mecie organizatorowi.
- Organizator zastrzega sobie zmiany w regulaminie.

