

REGULAMIN

MISTRZOSTW POLSKI SENIORÓW I JUNIORÓW W BIEGACH NA PRZEŁAJ Bydgoszcz 14.03.2010 r.

1. **Kierownictwo:** Polski Związek Lekkiej Atletyki
2. **Organizator:** Kujawsko Pomorski Związek Lekkiej
85-613 Bydgoszcz 13, skr. 14 tel./fax. **52 346 23 48**, e-mail: kpzla@pzla.pl
3. **Termin i miejsce:** 14 marca 2010 r.(niedziela) – Bydgoszcz – Myślęcinek

Otwarcie - 10:40, pierwszy bieg 11:00

4. **Program:**

- seniorki (r. 90 i starsze)	4km, 8km
- seniorzy (jw.)	4km, 12km
- juniorki (r. 91-92)	2km, 6km
- juniorzy (jw.)	4km, 8km

5. PROGRAM MINUTOWY

**Otwarcie – 10:45 - Hymn Polski, wciągnięcie polskiej flagi na maszt,
otwarcie przez Prezesa PZLA**

11:00 - JUNIORZY - 8km (ok. 40 min) - 1 bieg
11:45 - JUNIORKI - 2km (ok. 10 min) - 2 bieg
11:50 - *dekoracja 1 biegu*
12:00 - SENIORKI- 4 km (ok. 20 min) - 3 bieg
12:05 *dekoracja 2 biegu*
12:30 - SENIORZY - 4 km (ok. 20 min) - 4 bieg
12:35 *dekoracja 3 biegu*
12:55 - JUNIORZY - 4 km (ok. 20 min) - 5 bieg
12:40 - *dekoracja 4 biegu*
13:20 - JUNIORKI - 6 km (ok. 30 min) - 6 bieg
13:25 - *dekoracja 5 biegu*
13:55 - SENIORKI - 8 km (ok. 40 min) - 7 bieg
14:05 *dekoracja 6 biegu*
14:40 - SENIORZY - 12 km - 8 bieg
14:45 *dekoracja 7 biegu*
14:55 *dekoracja klasyfikacji drużynowej K*
15:45 *dekoracja 8 biegu*
15:50 *dekoracja klasyfikacji drużynowej M*

6. **Prawo uczestnictwa:** mają zawodnicy z licencją PZLA, posiadający obywatelstwo RP, będący członkami klubu posiadającego aktualną licencję PZLA i spełniający wymogi wymienione w §1 przepisów udziału w zawodach.

7. **Zgłoszenia do PZLA:** - obowiązuje wyłącznie elektroniczny system zgłoszeń. System zgłoszeń otwarty jest do godz. 15:00 dnia 8 marca 2010r. Zgłoszenia przesyłają wyłącznie kluby sportowe z podaniem nr. licencji klubowej i zawodniczej. Zawodnik może być zgłoszony tylko do 1 biegu.

8. **Nagrody:**

- seniorki, seniorzy- medale za miejsca I – III oraz medale w klasyfikacji drużynowej (I-III)
- juniorki, juniorzy - medale za miejsca I – III

Do klasyfikacji drużynowej klubów w kat. seniorów zalicza się 3 najlepsze lokaty z obu biegów wg „klucza”: 1 miejsce – 1pkt, 2m. – 2 pkt, itd.

Punktacja klubowa MPJ - za miejsca w każdym biegu: I – 15pkt, II – 12, III – 10, IV – 9, V-VI - 8, VII-VIII – 7, IX-XII - 6, XIII-XVII – 5, XVIII-XXIII – 4, XXIV-XXX – 3, XXXI-XXXVIII – 2, XXXIX-XLVIII – 1

9. Weryfikacja odbędzie się w dniu 13.03.2010 (sobota) w godz. 16:00 -21:00 w sali konferencyjnej - trybuna B (od ul. Gdańskiej)

oraz 14.03.2010 w Myśliczku w godz. 10:00 -10:30

Do weryfikacji należy przedstawić – aktualne badania lekarskie, kartę zgłoszenia i licencję zawodnika oraz licencję klubu.

11. Opłaty startowe – zgodnie z regulaminem PZLA

10. Zamówienia na noclegi i wyżywienie: należy składać do dnia 03.03.2010 r.

Ze względu na ograniczoną ilość miejsc, pod uwagę brana będzie kolejność wpływu zamówienia.

D R U K

Zamówienia na zakwaterowanie i wyżywienie podczas Mistrzostw Polski Seniorów i Juniorów w biegach na przełaj Bydgoszcz 14.03.2010

(pieczętka Klubu)

.....
Pełna nazwa klubu, Adres (dane do wystawienia rachunku), tel.

..... NIP.....

Zamawiamy noclegi i wyżywienie

Koszt osobodnia Hotel - 105,- zł. Bursa - 85zł,
(niepotrzebne skreślić)

13/14.03.2010							
Zakwaterowanie				Wyżywienie			Suchy prowiant 10,- zł.
Ilość osób				Ilość			
Zawodnicy		Trenerzy		K	Ś	O	Ilość
K	M	K	M				

(pieczętka i podpis osoby upoważnionej)