

# XXXV Międzynarodowy Bieg Narciarski "O Istebniański Bruclik"

**Termin - 21 luty 2010r. (niedziela)**

**Miejsce - trasy biegowe COS w Istebnej - Kubalonce**

**XI Mistrzostwa Polski Górników**



**POCZĄTEK ZAWODÓW godz. 10:00**

## KATEGORIE WIEKOWE

Klasy / Wiek	Dystans	Planowany start	Roczniki
<b>Młodzież szkolna</b>			
I - II	500 m	10.00	2001 - 2002
III - IV	1000 m	10.00	1999 - 2000
V - VI	2500 m	10.00	1997 - 1998
<b>Młodzież gimnazjalna</b>			
I - II - III	3000 m	10.30	1994 - 1996
<b>Rozdanie nagród dla dzieci i młodzieży</b>			
<b>Kobiety</b>			
17 - 25 lat	5 km	11.00	1985 - 1993
26 - 35 lat	5 km	11.00	1975 - 1984
Powyżej 36 lat	5 km	11.00	1974 i starsze
<b>Mężczyźni</b>			
17 - 19 lat	15 km	11.30	1991 - 1993
20 - 29 lat	15 km	11.30	1981 - 1990
30 - 39 lat	15 km	11.30	1971 - 1980
40 - 49 lat	10 km	11.30	1961 - 1970
50 - 59 lat	10 km	11.30	1951 - 1960
60 - 69 lat	5 km	11.30	1941 - 1950
70 lat i powyżej	5 km	11.30	1940 i starsi

**Rozdanie nagród - godz. 13.30**

W ramach organizowanych zawodów zostaną rozegrane:

**XI Mistrzostwa Polski Górników** w pięciu kategoriach wiekowych:

od 20 do 29 lat, od 30 do 39 lat, od 40 do 49 lat, od 50 do 59 lat oraz 60 lat i powyżej. Nagrody funduje Z.Z.G. w Polsce.

## REGULAMIN ZAWODÓW:

- Zapisy do poszczególnych grup startowych rozpoczynają się będą na godzinę przed startem, a kończyć 30 minut przed startem danej grupy.
- Przy zapisach zawodnik powinien okazać dowód tożsamości.
- Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność.
- Obowiązuje **wpisowe 10 zł lub 100 koron** od dorosłych - dzieci bezpłatnie - opłata zawiera ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW).
- W biegu obowiązuje styl klasyczny.
- Bieg rozpocznie się ze startu wspólnego dla poszczególnych grup.
- W imprezie mogą startować zawodnicy czynni - zrzeszeni w klubach, towarzystwach zarówno w kraju jak i za granicą - oraz osoby indywidualne, traktujące udział w biegu jako zabawę.
- Zdobywcy pierwszych trzech miejsc w każdej kategorii otrzymują puchary, nagrody rzeczowe oraz dyplomy.
- Nagroda główna "Istebniański Bruclik" zostanie wręczona dodatkowo zwycięzcy biegu głównego mężczyzn na 15 km.

Sprawy nie ujęte w regulaminie oraz jego interpretacja należą do Komitetu Organizacyjnego.

Zawody zostaną przeprowadzone z regulaminem PZN.

**Informacji udziela** Urząd Gminy w Istebnej tel. **033 855 61 58**.

Komitet organizacyjny XXXV Międzynarodowego Biegu Narciarskiego "O Istebniański Bruclik", serdecznie zaprasza wszystkich miłośników czynnego wypoczynku oraz kibiców do wzięcia udziału w imprezie.

Szczegóły dotyczące biegu można znaleźć na stronie [www.uq.istebna.pl](http://www.uq.istebna.pl)

