

IV Prabucki Bieg Przełajowy „Wokół Komina”

TERMIN ZAWODÓW:

- 09 maj 2020 (sobota)

MIEJSCE ZAWODÓW:

- Stadion Miejski Sanatorium w Prabutach
- start 13.00

ORGANIZATORZY:

- Prabuckie Centrum Kultury i Sportu w Prabutach

CELE:

- popularyzowanie biegania jako najprostszej formy ruchu
- promocja Miasta i Gminy Prabuty

UCZESTNICY:

- w biegu startują wszyscy chętni, którzy ukończyli 16 rok życia
- startujemy bez przeciwwskazań lekarskich

STARTOWE

- 30 zł. od zawodnika

Wpłaty przyjmujemy tylko i wyłącznie na konto bankowe!!!

Odpłatność za uczestników , prosimy wpłacać na konto bankowe:

BS Prabuty 10 8319 0003 0002 0604 2000 0030

wszelkich informacji na temat organizacji udzielamy pod nr tel. /55/ 2782319
lub 607771288 Krzysztof Papis

- każda osoba startująca w biegu głównym, zobowiązana jest do wypełnienia oświadczenia w biurze zawodów, przed startem biegu

ZGŁOSZENIA:

zapisy do biegów:

- przez portal www.elektroniczne_zapisy.pl, do dnia **06.05.2020 godz. 24.00**
- w biurze zawodów ,w dniu startu **do godz. 12.30**

NAGRODY:

- nagrody indywidualne, za I-III miejsce w kategorii kobiet i mężczyzn
- medale dla wszystkich uczestników biegu (130)
(przy większej ilości uczestników, medale zostaną wysłane pocztą)
- losowanie nagród wśród uczestników biegu
- woda mineralna na mecie
- gorący posiłek dla każdego uczestnika biegów

KATEGORIE

- kobiety, mężczyźni, bieg główny open - dystans ok. 8000 m

SPRAWY RÓŻNE:

- w biegu głównym prawo startu mają zawodnicy, którzy ukończyli 16 rok życia za zgodą rodziców lub opiekunów prawnych (wymagane oświadczenie)
- zawodnicy mogą biegać w obuwiu dowolnym
- organizator zapewnia przebieralnie
- organizatorzy nie odpowiadają za zaginione rzeczy
- ubezpieczenie należy do uczestników biegu
- w sprawach spornych decyzję ostateczną podejmuje organizator
- biegamy bez przeciwwskazań lekarskich

OPIS TRAS

Trasa bieg głównego prowadzona jest na drogach zaliczanych do kategorii dróg gminnych, a także dróg śródleśnych i śródpolnych. Nawierzchnia trasy to drogi i ścieżki o podłożu, betonowym, gruntowym i piaszczystym. Trasa biegu przebiega drogami o niewielkich różnicach wzniesień i o średnim natężeniu ruchu drogowego.

Główna trasa biegu, przebiega przez:

Start stadion w Sanatorium, biegniemy odcinkiem ok. 500 m po bieżni (pełne okrążenie + ok. 100 m), następnie ścieżką leśną do tzw. „betonówki” skręcając w prawo i za ok. 50 m. skręcamy w lewo na ul. Patyry, następnie przecinamy ul. Chodkiewicza i biegniemy połą drogą do zwałonego mostu na rzece Liwie i w prawo pod górkę do drogi na Grażymowo.

Następnie kierujemy się w lewo i dalej drogą do Grażymowa, przed tą miejscowością skręcamy w prawo i biegniemy drogą leśną do starego nasypu kolejowego, skręcając w prawo, nasypem udajemy się w kierunku osiedla Sanatorium, na wysokości starego przejazdu kolejowego „Grabary” skręcamy w lewo i po ok. 200 m skręcamy w prawo drogą osiedla Klimuszki i dalej skręcamy w lewo, dobiegając do „betonówki”.

Następnie skręcamy w lewo i drogą utwardzoną dobiegamy do stadionu, gdzie usytuowana jest meta.

UWAGA!!!

Organizatorzy biegów informują, iż na trasach znajdować się będą służby porządkowe, które dbać będą o bezpieczeństwo zawodników, oraz informować, wskazywać kierunek biegu.

Dyrektor Prabuckiego Centrum Kultury i Sportu