

# „MARSZ ŚWIETLISTYCH MIKOŁAJÓW”

## 2.12.2017 Kolbuszowa

### REGULAMIN

#### 1. CEL:

- Popularyzacja biegania oraz Nordic Walking, jako najprostszej formy czynnego wypoczynku
- Propagowanie zdrowego sposobu na spędzenie wolnego czasu, zachowanie zdrowia i dobrej formy
- Promocja Gminy Kolbuszowa

#### 2. ORGANIZATORZY BIEGU:

- Stowarzyszenie Nordic Walking Kolbuszowa
- Fundacja na rzecz Kultury Fizycznej i Sportu w Kolbuszowej

#### 3. TERMIN I MIEJSCE:

**02.12.2017 (sobota) Kolbuszowa, Stadion w Kolbuszowej ul. Wolska 2**

**Godzina: 18<sup>00</sup>**

Biuro zawodów: (Hotel przy Stadionie) czynne od godziny **16:30 – 17:30**

- weryfikacja zgłoszeń
- wydawanie upominków
- dokonywanie opłaty startowej
- podpisywanie oświadczeń
- odbiór numerów startowych

DEPOZYT/SZATNIE – hotel przy stadionie

WSPÓLNA ROZGRZEWKĄ PRZED STARTEM

#### 4. PAKIET STARTOWY:

- numer startowy
- niespodzianka od św. Mikołaja
- posiłek po biegu

**TRASA BIEGU:** Dystans: 5000m

(Trasa: zróżnicowana o podłożu mieszanym – drogi asfaltowe + tereny leśne!)

#### 5. OPŁATA STARTOWA:

**20 zł płatne w biurze zawodów/w dniu zawodów!**

#### 6. UCZESTNICTWO:

- W marszu biorą udział osoby bez limitu wiekowego. Niepełnoletni maszerują za zgodą rodzica/prawnego opiekuna, - podpisane oświadczenia
- Wszyscy uczestnicy podpisują w biurze zawodów oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w marszu

#### 7. UBEZPIECZENIE:

Organizator NIE ubezpiecza zawodników!!!

#### 8. KLASYFIKACJA:

NORDIC WALKING Open 1-3 w kategorii płci - Kobiety – Mężczyźni

#### 9. NAGRODY:

- Upominki od Świętego Mikołaja
- Dla pierwszych 3 kobiet i 3 mężczyzn którzy ukończą marsz - statuetki

#### 11. POSIŁKI PO BIEGU:

Danie gorące, herbata/kawa! Na terenie hotelu  
Mikołajkowe ucztowanie.

#### 12. POSTANOWIENIA KOŃCOWE: - Marsz odbędzie się bez względu na pogodę!

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany interpretacji regulaminu!  
**Mile widziane przebrania Mikołajkowe.**

### **13. ZAPISY**

Zapisów można dokonywać mailowo na adres [nw.kolbuszowa@gmail.com](mailto:nw.kolbuszowa@gmail.com), poprzez stronę [nw.kolbuszowa.pl](http://nw.kolbuszowa.pl) oraz telefonicznie:

- Krystyna Styga- **796 673 249**
- Aneta Cetnarska- **531 581 249**