**ZAWODY NORDIC WALKING ORAZ BIEG GÓRSKI  
01.10.2016r.**

**REGULAMIN**

1. **ORGANIZATOR:**  Sołtys wsi Obidowa, Gmina Nowy Targ, KS Obidowiec-Obidowa, Radny Gminy Nowy Targ  
     
   KIEROWNIK ZAWODÓW; Zofia FARON  
   KIEROWNIK TRAS NORDIC WALKING; Witold KOPERNIAK  
   KOORDYNATOR BIEGU GÓRSKIEGO; Dawid SZELIGA
2. **CHARAKTER I CEL IMPREZY;**  
   Impreza sportowo-rekreacyjna.   
   Popularyzacja NORDIC WALKING i BIEGÓW GÓRSKICH na Podhalu jako formy zdrowego trybu życia, aktywnej formy spędzania wolnego czasu.
3. **TERMIN;** 01.10.2016r.  
   **START I META;** PARKING PRZY TRASACH BIEGOWYCH „ŚLADAMI OLIMPIJCZYÓW”
4. **UCZESTNICTWO;**  
   Impreza ma charakter otwarty, prawo startu maja amatorzy jak i zawodnicy posiadający licencje sportowe.

Młodzież do lat 18 ma prawo startu za pisemną zgodą rodziców lub opiekunów prawnych.

Uczestnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność, organizator nie ponosi odpowiedzialności za zaistniałe nieszczęśliwe wypadki.  
Na trasie będą znajdowały się punkty kontrolne.

Ominięcie jakiekolwiek z punktów oznaczona dyskwalifikację zawodnika. W przypadku złych warunków atmosferycznych organizator ma prawo do zmiany trasy oraz terminu przeprowadzenia zawodów.

1. **ZGŁOSZENIA ZAWODNIKÓW;**  
   Zgłoszenia zawierają:
2. Imię i nazwisko zawodnika
3. Rok urodzenia
4. Miejsce zamieszkania

Zgłoszenia można przesyłać na e-mail: [zofiafaron33@wp.pl](mailto:zofiafaron33@wp.pl) lub tel. 531 269 567 do jednego dnia przed zawodami.

Zapisać się można w dniu zawodów od 9;00-9;45 w biurze zawodów.

1. **WYDAWANIE NUMERÓW;**

Do 30 minut przed planowanym startem poszczególnej grupy wiekowej.

1. **NAGRODY;**

Dla wszystkich uczestników pamiątki.

Do trzeciego miejsca w poszczególnych kategoriach otrzymują nagrody rzeczowe oraz do szóstego miejsca dyplomy.

1. **GRUPY WIEKOWE I DYSTANS;**
2. 2007 i młodsi – 400m
3. 10-12 lat – 1000m (2006-2004)
4. 13-16 lat – 1500m (2000-2003)

OPEN KOBIETY I MĘŻCZYŹNI;

NORDIC WALKING – 3km – Dolina Lepietnicy

BIEG GÓRSKI – 5km – Dolina Lepietnicy  
BIEG GÓRSKI – 10km – Dolina Lepietnicy – Dolina Obidowca

1. **KONTAKT Z ORGANIZATOREM;**

Zofia Faron 531 269 567

Witold Koperniak 662 066 432

1. **POSTANOWIENIA KOŃCOWE;**Organizator zapewnia wodę dla każdego zawodnika.

Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w regulaminie i w programie zawodów.

**BRAK OPŁATY STARTOWEJ!!!**

**INFORMACJE DOTYCZĄCE TRASY LUB TERMINU ZAWODÓW BĘDĄ PODAWANE NA STRONIE INTERNETOWEJ ORGANIZATORA.**

**www.obidowa.pl**