

REGULAMIN IX CROSS DUATHLON (bieg+rower)

Nazwa:

„ŻYROWIK 2018”

IX Cross Duathlon (bieg+rower)



Organizator:

Stowarzyszenie „Nasze Dziedzictwo” Żyrowa
LUKS „ROSPONDEK” przy PSP Żyrowa

Współorganizator:

„STARTER” Zdzeszowice

Partnerzy:

Urząd Miasta Zdzeszowice
Starostwo Powiatowe Krapkowice
KS „KOZIOŁEK” Kędzierzyn-Koźle
GRUPA KAPIJA SPORT Zdzeszowice
TRIBike Kędzierzyn-Koźle

Cel imprezy:

Propagowanie multi-sportów na terenie Opolszczyzny
Popularyzacja i upowszechnianie biegów przełajowych i jazdy rowerem
Promocja wsi Żyrowa
Ukazanie piękna Parku Krajobrazowego GÓRA Św. ANNY
Możliwość spędzenia aktywnie czasu z całymi rodzinami

Termin i miejsce:

12.05.2018r. (sobota) godz.: 10:00
Żyrowa (w pobliżu Zdzeszowic), Aleja Kasztanowców powyżej Kościoła.

Warunki Uczestnictwa w Cross duathlonie:

Udział w charakterze zawodnika dostępny dla osób pełnoletnich po uprzedniej rejestracji internetowej:
na www.maratonypolskie.pl **pod linkiem:**

<https://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=3792>

oraz uiszczeniu opłaty startowej w kwocie 40 zł na:

LUKS „ROSPONDEK” ul. Wojska Polskiego 4 Żyrowa, 47-330 Zdzeszowice

Raiffeisen Bank nr konta: 68 1750 0012 0000 0000 3349 8896

Tytułem: Cross Duathlon, imię i nazwisko, rocznik (osoby biorącej udział w zawodach)

Wpłaty i rejestracja internetowa do dnia: **07.05.2018r. (poniedziałek)**

Osoby wpłacające przelewem, powinny okazać w biurze zawodów dowód wpłaty.

Organizator ustala limit startujących na 100 osób.

W ramach wpisowego uczestnicy mają zagwarantowane: pomoc medyczną, pomiar czasu, zabezpieczenie trasy, poczęstunek i dobrą zabawę podczas tzw. „szczęśliwego numerka”

Po ukończeniu trasy pamiątkowy **medal.**

Na trasie będzie wodopój oraz punkt kontrolny.

UWAGA

Istnieje możliwość zapisów i wpłaty 12.05.2018r. bezpośrednio w biurze zawodów w godz. 08:00 do 09:30.

Opłata startowa w dniu zawodów 50zł.

Każdy zawodnik podpisuje oświadczenie woli o starcie na własną odpowiedzialność.

Do startu dopuszczeni są wyłącznie zawodnicy dysponujący rowerami MTB lub Trekingowym wraz z sztywnym kaskiem ochronnym.

Przewidujemy start SZTAFET – dwuosobowych.

Jeden z zawodników biega, drugi jeździ na rowerze (opłaty takie same jak zawodnicy indywidualni)

Trasa Cross duathlonu:

94% drogi polne i dukty leśne

6% asfalt, beton

Trasa urozmaicona zjazdy i podjazdy (anglosaska) technicznie trudna!!!

4km bieg, 10km rower, 4km bieg, 10km rower i 4km bieg suma: ok.32km

Jako impreza towarzysząca odbędzie się:

Mini Cross duathlon (przed dekoracją zawodników startu głównego zostaną rozegrane zawody dla dzieci)

Trasa mini Cross duathlonu: 350m bieg + 1400m rower + 350m bieg

Nagradzamy wszystkich uczestników a najlepszy/a otrzymuje tytuł: „**MŁODY ŻYROWIK 2018**”

Mini Cross duathlon 2 zł opłata startowa: PŁATNE w BIURZE ZAWODÓW.

Klasyfikacja Cross duathlonu:

Kobiety tylko kat. generalna

Mężczyźni tylko kat. wiekowe:

M 18-29 kat. Młodzieżowa

M 30-39 kat. Senior

M 40-49 kat. Masters

M 50+ Weteran

SZTAFETY

Zawody wyłonią również najlepszego zawodnika z Miasta i Gminy Zdieszowice



Nagrody:

Miejsca I-III w kategoriach pamiątkowe puchary - statuetki

„Szczęśliwy numer” nagrody wśród uczestników po dekoracji zwycięzców

UWAGA!

Cross Duathlon „ŻYROWIK” rozpoczyna serię czterech zawodów z cyklu: „**ODRZAŃSKI KOZIOŁ 2018**”

Program zawodów:

07:00- powitanie i odprawa wolontariuszy

08:00- otwarcie biura zawodów

09:00- otwarcie strefy zmian (sprawdzanie sprzętu)

09:30- zakończenie weryfikacji zawodników

09:45- zamknięcie strefy zmian oraz odprawa techniczna zawodników przy strefie zmian

09:55- oficjalne otwarcie imprezy

10:00 START (bieg 4km)

ok. 12:30 Start Mini Cross duathlonu

13:00 ceremonia rozdania nagród

ok. 14:00 oficjalne zakończenie imprezy i pożegnanie zawodników

Postanowienia końcowe:

Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe

Trasa może ulec zmianie

Trasa oznakowana co 1 kilometr

Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność

Impreza będzie zabezpieczona medycznie (ambulans)

Noclegi na własną rękę (osobiście polecam Dom Pielgrzyma na Górze Św. Anny Tel. 77 4625301)

UWAGA:

Istnieje możliwość startu w pełnej Gali Sportu:

Po południu o 16:00 można wystartować w VII RUN CROSS na 10 km

Dzień wcześniej tj. Piątek w tym samym miejscu zapraszamy na Anno górskie Biegi Przelajowe na 4km.

PAKIET PROMCYJNY OPŁATY za trzy starty tj. Piątek: 12:00 4km bieg.

Sobota: 10:00 Cross Duathlon oraz 16:00 Bieg 10km = **60 zł.**

Wszelkich informacji udzielają:

Piotr Orian tel. 604 589 483

Anna Orian tel. 602 534 780

