



Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Wojewódzka 30/15
40-026 Katowice
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531
<http://www.kandahar.pl>
e-mail: kandahar@miconet.pl

"II Jesienny Bieg Potrójnej"

Regulamin

1. Cel imprezy

Popularyzacja biegów górskich, promocja regionu turystycznego, promocja Klubu Skialpinistycznego KANDAHAR oraz skialpinizmu.

2. Organizator

Klub Skialpinistyczny KANDAHAR
ul. Wojewódzka 30/15
40-026 Katowice

3. Termin i miejsce

15.11.2014 (sobota)

start i meta: **Przełęcz Kocierska**

4. Dystans/trasa

Dystans: ok. **15km**

Suma podbiegów: ok. **800 m**

Suma zbiegów: ok. **800 m**

Rodzaj biegu: **Anglosaski**

Trasa przebiega szlakami turystycznymi oraz drogami leśnymi (częściowo utwardzonymi, nie asfaltowymi)

Beskidu Małego w rejonie Potrójnej i Jawornicy

Na trasie są **3 podbiegi i 2 (strome) zbiegi.**

Na trasie przewidziane są punkty sędziowskie:

1. POTRÓJNA
2. JAWORNICA (trasa przebiega 2x przez szczyt)
3. TARGANICE (punkt odżywczy, napoje)
4. TARGANICE-Nowa Wieś



Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Wojewódzka 30/15
40-026 Katowice
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531
<http://www.kandahar.pl>
e-mail: kandahar@miconet.pl

5. Kategorie wiekowe, nagrody

Za miejsca I-III w następujących kategoriach wiekowych przewidziane są nagrody rzeczowe, talony zniżkowe i dyplomy. Dla zwycięzców kategorii wiekowych puchary.

Panie:

K-18 (18-34 lat) 1996-1980

K-35 (35-49 lat) 1979-1965

K-50 (powyżej 50 lat) 1964 i starsze

Panowie:

M-18 (18-34 lat) 1996-1980

M-35 (35-49 lat) 1979-1965

M-50 (powyżej 50 lat) 1964 i starsi

6. Prawo startu mają wszyscy chętni (limit ilość zawodników - 200os. > decyduje kolejność wpłat !!!) powyżej 18 lat legitymujący się dobrym stanem zdrowia.

Każdy zawodnik zobowiązany jest do podpisania oświadczenia o uczestnictwie na własną odpowiedzialność

7. Wpisowe, Biuro zawodów, Zgłoszenia

a) Wysokość wpisowego:

- 40 zł płatne przelewem do 12.11.2014

- 50 zł płatne w biurze zawodów w dniu zawodów tj. 15.11.2014

Dane do przelewu:

Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Wojewódzka 30/15

40-026 Katowice

Numer konta:

VOLKSWAGEN BANK POLSKA S.A

70 2130 0004 2001 0344 8024 0001



Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Wojewódzka 30/15
40-026 Katowice
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531
<http://www.kandahar.pl>
e-mail: kandahar@miconet.pl

W ramach wpisowego organizator zapewnia:

- ubezpieczenie NNW zawodników na trasie
- napoje i punkty odżywcze na trasie oraz gorący posiłek po biegu
- możliwość zostawienia depozytu na starcie (odbiór na mecie)
- dla zwycięzców w kategoriach dyplomy i pamiątkowe puchary
- zabezpieczenie trasy biegu przez ratowników GOPR
- numery startowe i profesjonalny pomiar czasu
- pamiątkowy gadżet (dla pierwszych 150os z opłaconym wpisowym !!!)
- pamiątkowy medal (dla pierwszych 150os na mecie !!!)

b) Biuro zawodów

Czynne w dniu zawodów od godziny **7:30**

Na terenie Kompleksu Kocierz Hotel & SPA

Zamknięcie listy startowej o godz. **9:30**

Kontakt z organizatorem:

Marcin Piętka, tel.: +48 605 987 284, e-mail: pietka@gmx.at

c) Zgłoszenia internetowe

Na stronie internetowej <http://kandahar.pl/pages/bieg-potrojnej.php>

do dnia **14.11.2014**

8. Noclegi

Dla uczestników biegu na terenie Kompleksu Kocierz Hotel & SPA w promocyjnej cenie dla zawodników **35 PLN** osoba/noc (14/15 lub 15/16) lub **70 PLN** osoba/2noce (14/15+15/16). Chętnych prosimy o wcześniejszą rezerwację na: r.kwasny@kocierz.pl / +48 33 8750628. Osoby towarzyszące: **70 PLN** osoba/noc , Śniadania: **15 PLN** serwowane od 7.00 rano.

Rozliczenia za noclegi bezpośrednio z Panią Różą Kwaśny.

9. Uwaga!

- Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe.
- Ze względu na przebieg trasy (w szczególności zbiegi) w trudnym, nierównym górskim terenie zaleca się (w zależności od warunków pogodowych) odpowiednie obuwie.



Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Wojewódzka 30/15
40-026 Katowice
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531
<http://www.kandahar.pl>
e-mail: kandahar@miconet.pl

- Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany przebiegu trasy, szczególnie w razie złych warunków pogodowych.
- Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność /przy odbiorze numerów startowych należy podpisać oświadczenie.
- Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego w widocznym miejscu z przodu.
- Wyniki będą opublikowane na stronie internetowej <http://www.bgtimesport.pl/> . Wyniki nieoficjalne wywieszone zostaną w dniu biegu na tablicy ogłoszeń.

10. Program zawodów

7:30 - Otwarcie biura zawodów (zgłoszenia, odbiór numerów, weryfikacja zawodników)

10:15 - Odprawa na startcie, prezentacja i opis trasy

10:30 - Start biegu - Kompleks Kocierz Hotel & SPA

11:45 - Planowane przybycie pierwszego zawodnika na metę (Przeł. Kocierska)

(dla pierwszych 10 zawodników na mecie Kocierz Hotel & Spa ufundował wejściówki na basen i saunę zabieramy więc ze sobą kąpielówki☺)

12:00 – 14:00 – Posiłek dla wszystkich zawodników w Baciarskiej Chacie

15:00 - Rozdanie nagród, dekoracja zwycięzców we wszystkich kategoriach

18:00 - Impreza taneczna-biesiada przy muzyce dla wszystkich chętnych

(Koszt „wpisowego na Imprezę” to **35zł** /osobę. W zestawie dla każdego między innymi gorąca przekąska, półmiski różnorodności, sałatki, słodkości , oczywiście piwko i gorąca atmosfera – zapisy /mailem/ i płatności /przelewem/ do 14.11.2014)

Chętnych prosimy o wcześniejszą informację na maila: kandahar@miconet.pl

Zapraszamy!!