



Polski Związek Narciarski
Lubelski Okręgowy Związek Narciarski, Województwo Lubelskie
Powiat Tomaszowski, Miasto Tomaszów Lubelski

zaprasza do uczestnictwa w zawodach:

Otwarte Mistrzostwa Województwa Lubelskiego w ramach Pucharu Polski PZN-2024

IV Letni Bieg Hetmański w biegach na nartorolkach

SPRINT 100 m o XI PUCHAR KRISMARA.

data : 31.08-01.09.2024 r.

1. Cele i zadania:

- popularyzacja uprawiania sportu : biegu na nartorolkach,
- propozycja przyjemnego sposobu spędzania czasu wolnego,
- integracja środowiska narciarskiego,
- przeciwdziałanie agresji, patologiom społecznym i innym zagrożeniom cywilizacyjnym poprzez udział w zawodach,
- wyłonienie najlepszego zawodnika w poszczególnych kategoriach wiekowych w klasyfikacji generalnej Pucharu Polski w biegach na nartorolkach.
- promocja Roztocza, Tomaszowa Lubelskiego i Gminy Tomaszów Lubelski jako atrakcyjnych terenów do uprawiania biegów na nartorolkach i innych dyscyplin sportowych.

2. Organizator :

Polski Związek Narciarski
Organizator Regionalny Lubelski Okręgowy Związek Narciarski
Współorganizatorzy Województwo Lubelskie, Starostwo Powiatowe w Tomaszowie Lubelskim,
Miasto Tomaszów Lubelski , Gmina Tomaszów Lubelski

Zabezpieczenie techniczne : Ośrodek Sportu i Rekreacji „Tomasovia”

3. Jury Zawodów :

Delegat Techniczny PZN : **Piotr Korkosz**
Asystent Delegata Technicznego : **Ewelina Mróz**
Kierownik Zawodów: **Waldemar Kołcun**

4. Miejsce zawodów:

- **31.08.2024** tor nartorolkowy OSIR Tomasovia - stadion miejski
- **01.09.2024** Tomaszów Lubelski – trasa uliczna Ruda Żelazna – Łaszczówka
start przy parkingu w Rudzie Żelaznej

5. Konkurencje:

31.08.2024 Biegi sprinterskie stylem dowolnym /F/
01.09.2024 Biegi na nartorolkach ze startu interwałowego - styl klasyczny (CI)



Lasy Państwowe



Gmina
Tomaszów Lubelski

KRISMAR

Lubelskie
Smakuj życie!

Dofinansowano ze środków Województwa Lubelskiego, Miasta Tomaszów Lubelski i Starostwa Powiatowego w Tomaszowie Lubelskim. Partnerem wydarzenia są Lasy Państwowe.



6. Biuro zawodów -sobota /31.09.2024 / od godz. 9⁰⁰ – biegi stylem dowolnym- stadion OSIR
-niedziela /01.09.2024/od godz. 8:30 przy starcie Ruda Żelazna 20
parking turystyczny współrzędne : 50°24'44.783"N, 23°28'55.158"E

7. Program zawodów:

31.08.2024 godz.: 10⁰⁰ start pierwszego zawodnika Puchar Polski / od seniora do kategorii dzieci /
godz.: 11⁰⁰ Puchar Krismara / bieg 100 metrów na czas/
godz.: 11³⁰ Biegi Finałowe
godz.: 13⁰⁰ wręczenie nagród i zamknięcie zawodów

01.09.2024 godz.: 9³⁰ start pierwszego zawodnika
godz.: 12³⁰ wręczenie nagród i zamknięcie zawodów

8. Uczestnictwo:

W zawodach mogą brać udział zawodnicy według następujących grup wiekowych:

W sobotę 31.08.2024 r. Otwarte Mistrzostwa Województwa Lubelskiego zaliczane do PP PZN 2024

Senior	kobiety i mężczyźni - roczniki:	2004 i starsi	dystanse: 1000 m F
Junior	dziewczeta i chłopcy - roczniki:	2005 i 2006	dystanse: 1000 m F
Junior młodszy	dziewczeta i chłopcy – roczniki:	2007 i 2008	dystanse: 1000 m F
Młodzik	dziewczeta i chłopcy – roczniki:	2009 i 2010	dystanse: 1000 m F

W niedzielę 01.09.2024 r. Otwarte Mistrzostwa Województwa Lubelskiego zaliczane do PP PZN 2024

Senior	kobiety i mężczyźni - roczniki:	2004 i starsi	dystanse: M -15 km CL, K -10 km Cl
Junior	dziewczeta i chłopcy - roczniki:	2005 i 2006	dystanse: M- 15 km Cl, K -10 km Cl
Junior młodszy	dziewczeta i chłopcy – roczniki:	2007 i 2008	dystanse: M i K 15 km Cl
Młodzik	dziewczeta i chłopcy – roczniki:	2009 i 2010	dystanse: 5 km Cl

Klasyfikacje zgodnie NRS i Wytycznymi Sportowymi PZN .

Ogólnopolskie Zawody Dzieci - IV Letni Bieg Hetmański w biegach na nartorolkach

W sobotę 31.08.2024 r biegi sprinterskie stylem dowolnym 1000 m

Dzieci starsze 2 : dziewczeta i chłopcy - roczniki: 2011 dystans : 1000 m

Dzieci starsze 1 : dziewczeta i chłopcy - roczniki: 2012 dystans : 1000 m

Dzieci młodsze 2 : dziewczeta i chłopcy - roczniki: 2013 dystans : 1000 m

Dzieci młodsze 1 : dziewczeta i chłopcy - roczniki: 2014 dystans : 1000 m

Skrzaty : dziewczeta i chłopcy - roczniki: 2015 dystans : 1000 m

Senior MASTERS kobiety i mężczyźni – kategorie Masters dystans : 1000 m - styl dowolny /IV letni Bieg Hetmański/. Przy dekoracjach podział na kategorie .



Lasy Państwowe



Gmina

Tomaszów Lubelski

KRISMAR

Lubelskie
Smakuj życie!

Dofinansowano ze środków Województwa Lubelskiego, Miasta Tomaszów Lubelski i Starostwa Powiatowego w Tomaszowie Lubelskim. Partnerem wydarzenia są Lasy Państwowe.



Ogólnopolskie Zawody Dzieci - IV Letni Bieg Hetmański w biegach na nartorolkach

W niedzielę 01.09.2024 roku **stylem klasycznym** :

Senior Masters kobiety i mężczyźni –bieg open od juniora młodszego dystans : mężczyźni 15 000 m - styl klasyczny /IV letni Bieg Hetmański/, kobiety 10 000 m styl klasyczny /IV letni Bieg Hetmański/,
Przy dekoracjach podział na kategorie .

Uwaga !!! nartorolki organizatora do klasyka o jednakowych parametrach losowane.

Dzieci starsze 2 : dziewczęta i chłopcy - roczniki: 2011 dystans : 3000 m

Dzieci starsze 1 : dziewczęta i chłopcy - roczniki: 2012 dystans : 3000 m

Dzieci młodsze 2 : dziewczęta i chłopcy - roczniki: 2013 dystans : 2000 m

Dzieci młodsze 1 : dziewczęta i chłopcy - roczniki: 2014 dystans : 2000 m

Skrzaty : dziewczęta i chłopcy - roczniki: 2015 dystans : 2000 m

Klasyfikacja w kategoriach, gdy więcej niż 3 zawodników w kategorii.

Dokładne godziny startu reguluje program minutowy i lista startowa ustalona po zamknięciu listy zgłoszeń. Każdy zawodnik musi posiadać aktualną licencję, badania lekarskie i ubezpieczenie. Weryfikacja w sobotę godz. 9:00 w niedzielę od godz. 8:00.

9. Zgłoszenia indywidualne tylko internetowo: <https://tiny.pl/dkrzb>

Zgłoszenie klubowe na druku zawierające: imię i nazwisko zawodnika, rok urodzenia, pełną nazwę i adres klubu, oświadczenie o posiadanych badaniach lekarskich oraz potwierdzenie ubezpieczenia, **rodzaj wiązania na jakich zawodnik startuje /SNS , NNN/** oraz imię, nazwisko i podpis osoby zgłaszającej należy przestać e-mailem na adres: **tom.tom60@wp.pl** **najpóźniej do dnia 30.08.2024 r. godz. 18:00.** Zgłoszenia powinny być zredagowane **CZYTELNIE**_druk PZN- format

exel.<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1fHuLZxiseoo2hdV2INcR8opEAUf9yYMu/edit?usp=sharing&oid=111003949847629324573&rtopof=true&sd=true>

Lista zgłoszonych- sprawdź zgłoszenie: <https://tiny.pl/dkdrq>

10. Sprzęt:

1. Uczestnicy Pucharu Polski startują na sprzęcie przygotowanym przez PZN. Obowiązuje losowanie nartorolek. W stylu klasycznym losowanie nartorolek przygotowanych przez organizatora.
2. **Zawodnicy obowiązkowo startują w kaskach i okularach.** Zaleca się zastosowanie ochraniaczy.
3. **Mastersi** w stylu klasycznym startują na nartorolkach przygotowanych przez organizatora – obowiązuje losowanie .



Lasy Państwowe



Gmina
Tomaszów Lubelski

KRISMAR

Lubelskie
Smakuj życie!

Dofinansowano ze środków Województwa Lubelskiego, Miasta Tomaszów Lubelski i Starostwa Powiatowego w Tomaszowie Lubelskim. **Partnerem wydarzenia są Lasy Państwowe.**



4. **Opłata startowa tylko kategorii MASTERS w IV Biegu Hetmańskim** 60 zł od uczestnika za dwa dni / jeden dzień 30 złotych / , płatne w Biurze Zawodów przy odbiorze numerów startowych lub dowody wpłaty na rachunek – Lubelski Okręgowy Związek Narciarski, 22-600 Tomaszów Lubelski, ul. Al. Sportowa 8 Nr konta : Nr konta 39 1600 1462 1871 6875 7000 0001 BGŻ BNP Paribas S.A. Oddział w Tomaszowie Lubelskim

11. Nagrody: Indywidualnie w poszczególnych grupach: - I – III miejsce: puchar + dyplom + pozostali dyplomy. **W IV Biegu Hetmańskim nagrody finansowe w bieg open stylem klasycznym 15 km – I miejsce 300 zł, II miejsce – 200 zł , III miejsce – 150 zł.**

Wszyscy uczestnicy otrzymują pamiątkową koszulkę z logo zawodów. Przy większej liczbie zgłoszonych pierwszych 120 zawodników – decyduje kolejność zgłoszeń.

Organizator czyni starania w celu pozyskania nagród rzeczowych dla najlepszych i do rozlosowania.

12. Postanowienia końcowe:

1. Zawody przeprowadzone będą zgodnie z postanowieniami NRS i niniejszego regulaminu.
2. Zawody odbędą się na trasie ulicznej długości 2,5 km i torze nartorolkowym 500 m.
3. W przypadku różnicy zdań w sprawie interpretacji przepisów, rozstrzygające jest stanowisko Delegata Technicznego
4. Organizator nie pokrywa kosztów dojazdu i noclegów. Zainteresowanych noclegiem bezpłatnym na swoich materacach i śpiworach prosimy o kontakt.
5. Za ubezpieczenie zawodników odpowiada zgłaszający klub, organizacja lub osobiście zgłoszony uczestnik (Art.52 ust o Kult. Fiz. Z dnia 19.01.1996r.) Organizator nie ponosi odpowiedzialności za szkody wynikłe w stosunku do uczestników zawodów oraz osób trzecich. Uczestnik imprezy zobowiązany jest do przestrzegania regulaminu zawodów.
6. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
7. Dla wszystkich startujących **organizator zabezpieczy gorący posiłek w formie grilla.**

Szczegóły, galeria zdjęć, wyniki : www.lozn.org.pl. Prosimy o powiadomienie zaprzyjaźnione kluby i zawodników..

Z narciarskim pozdrowieniem Za Komitet Organizacyjny Waldemar Kołcun – Prezes LOZN.



Las Państwowe



KRISMAR

Lubelskie
Smakuj życie!

Dofinansowano ze środków Województwa Lubelskiego, Miasta Tomaszów Lubelski i Starostwa Powiatowego w Tomaszowie Lubelskim. **Partnerem wydarzenia są Lasy Państwowe.**