

REGULAMIN

X CROSS DUATHLON (bieg+rower)

Nazwa:

„ŻYROWIK 2019”

X Cross Duathlon (bieg+rower)



Organizator:

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

Współorganizator:

GRUPA KAPIJA SPORT Zdzeszowice
„STARTER” Zdzeszowice

Partnerzy:

Urząd Miasta Zdzeszowice
Starostwo Powiatowe Krapkowice
„Odrzańskie Konsorcjum” K-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:

11.05.2019r. (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:**

<http://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=4536>

oraz uiszczeniu opłaty startowej w kwocie 50 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 biorące udział w zawodach)

Wpłaty i rejestracja internetowa do dnia: 06.05.2019r. (poniedziałek)

Osoby wpłacające przelewem, po 06.05.2019 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 11.05.2019r. bezpośrednio w biurze zawodów w godz. 08:00 do 09:30.

Opłata startowa w dniu zawodów to kwota 80 zł.

Każdy zawodnik podpisuje oświadczenie woli o starcie na własną odpowiedzialność.

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

Przewidujemy start SZTAFET – dwuosobowych.

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

Trasa Cross duathlonu:

ok. 94% drogi polne i dukty leśne

ok. 6% asfalt, beton

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

3,5km bieg, 8km rower, 3,5km bieg, 8km rower i 3,5km bieg suma: ok.27km

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 suma: ok. 2km

Nagradzamy wszystkich uczestników a najlepszy/a otrzymuje tytuł: „**MŁODY ŻYROWIK 2019**”

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 i zawodniczkę z Miasta i Gminy Zdzieszowice.



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: **KAPIJA CUP 2019**

Wykaz imprez:

1. Żyrowik 11.05.2019 rok Żyrowa
2. Swimrun 26.05.2019 rok Januszkowice
3. Silverman 09.06.2019 rok Januszkowice
3. Odra Triathlon 07.07.2019 rok Krapkowice

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 3,5km)

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 (ambulance)

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

UWAGA:

Istnieje możliwość startu w pełnej Gali Sportu:

Po południu o godz.16:00 można wystartować w VIII RUN CROSS na 10 km

Dzień wcześniej tj. Piątek w tym samym miejscu zapraszamy na Anno górskie Biegi Przelajowe na 3,5km.

PAKIET PROMOCYJNY OPLATY za trzy starty tj. Piątek: 12:00 3,5km bieg.

Sobota: 10:00 Cross Duathlon oraz 16:00 Bieg 10km = 75 zł. Płatne na konto do 06.05.2019 r.

Wszelkich informacji udzielają:

Piotr Orian tel. 604 589 483

Anna Orian tel. 602 534 780

