

REGULAMIN XI CROSS DUATHLON (bieg+rower)

Nazwa:

„ŻYROWIK 2020”

XI 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 całym rodzinami

Termin i miejsce:

09.05.2020r. (sobota) godz.: 11:00
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.silverman.pl lub www.maratonypolskie.pl w zakładce **ZAPISY** pod linkiem:
<https://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=5549>

oraz uiszczeniu opłaty startowej w kwocie 60 zł na:

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

BNP PARIBAS 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: 04.05.2020r. (poniedziałek)

Osoby wpłacające przelewem, po 04.05.2020 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 z „Orian-Show”

Po ukończeniu trasy pamiątkowy **medal**.

Na trasie będzie wodopój oraz punkt kontrolny.

UWAGA

Istnieje możliwość zapisów i wpłaty 09.05.2020r. bezpośrednio w biurze zawodów w godz. 09:00 do 10:30.

Opłata startowa w dniu zawodów to kwota 90 zł.

Każdy zawodnik podpisuje oświadczenie woli o starcie na własną odpowiedzialność.

Organizator dopuszcza start zawodników dysponującymi rowerami MTB, Trekingowymi oraz szosowymi (na odpowiednim ogumieniu przełajowym) Sprzęt rowerowy oczywiście bez wspomagania aku.!!!

Organizator zaleca rowery MTB !!!

Obowiązkowo zapięty podczas jazdy rowerem sztywny kask ochronny.

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 + 1200m rower + 350m bieg suma: ok. 2km

Nagradzamy wszystkich uczestników a najlepszy/a otrzymuje tytuł: „**MŁODY ŻYROWIK 2020**”

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 Zdzeszowice.



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 2020**

Wykaz imprez punktowanych:

1. Żyrowik 09.05.2020 rok Żyrowa
2. Swimrun 10.05.2020 rok Januszkowice (Rueda)
3. Silverman 31.05.2020 rok Januszkowice (Jezioro Srebrne)
4. Odra Triathlon 14.06.2020 rok Krapkowice – MARINA (**FINAŁ KAPIJA CUP 2020**)

Program zawodów:

08:00- powitanie i odprawa wolontariuszy

09:00- otwarcie biura zawodów

10:00- otwarcie strefy zmian (wprowadzanie sprzętu)

10:30- zakończenie weryfikacji zawodników

10:45- zamknięcie strefy zmian oraz odprawa techniczna zawodników przy strefie zmian

10:55- oficjalne otwarcie imprezy

11:00 START (bieg 3,5km)

ok. 13:30 Start Mini Cross duathlonu (dzieci)

14:15 ceremonia rozdania nagród

ok. 15:00 oficjalne podsumowanie GALI SPORTU ŻYROWIK 2020 (pożegnanie zawodników i gości zaproszonych)

Postanowienia końcowe:

Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe

Trasa może ulec zmianie

Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność

Impreza będzie zabezpieczona medycznie (ambulans)

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

UWAGA:

Istnieje możliwość startu w pierwszym dniu Gali Sportu:

Dzień wcześniej tj. Piątek ok. 13:15 w tym samym miejscu zapraszamy na Anno górskie Biegi Przełajowe na 3,5km.

Wszelkich informacji udzielają:

Koordynator zawodów - Piotr Orian tel. 604 589 483

Biuro zawodów - Anna Orian tel. 602 534 780

