

MARCINKA CROSS CHALLENGE

Tarnów – niedziela 15 marca 2020 r.

R E G U L A M I N

Cel imprezy:

- promocja Parku biegowego „Marcinka”
- popularyzacja biegów masowych, jako jednej z form zdrowego i aktywnego stylu życia.
- popularyzacja wydarzenia sportowego na pograniczu sportu ekstremalnego i masowego, które wymaga połączenia umiejętności pochodzących z różnych dziedzin aktywności fizycznej.

Organizator:

Stowarzyszenie Sportowe **SOKÓŁ TARNÓW**

Miejsce i termin:

- **Góra św. Marcina – 15 marca 2020r. (niedziela)**

- start i meta: Park biegowy „Marcinka” na polanie przy ul. Harcerskiej

- biuro zawodów czynne w dniu zawodów w godzinach 8.00-13.00 Park biegowy MARCINKA Tarnów, ul. Harcerska

Program :

godz. od 8.00 do 9.30 – odbiór numerów startowych

godz. 9.45 - rozgrzewka

godz. 11.00 – start biegu

godz. 12.30 – zakończenie biegu, dekoracja zwycięzców, ognisko, posiłek.

Zgłoszenie uczestnictwa (rejestracja) i opłata startowa:

1. Zapisy do biegu dostępne na stronie www.sokoltarnow.pl

2. Opłata startowa przy zapisie on-line:

do dnia 10.02.2020 r. **50 zł**

do dnia 24.02.2020 r. **70 zł**

do dnia 04.03.2020 r. **80 zł**

Warunkowo w miarę wolnych miejsc można dokonać zapisu i opłaty w dniu zawodów w kwocie 100 zł !!!

Trasa Biegu:

- Trasa biegu o długości 7,5 km zlokalizowana jest na terenach Parku biegowego „Marcinka” przy ul. Harcerskiej (3 km) oraz lasu na Górze św. Marcina (4,5 km).

Na trasie znajdują się przeszkody:

- Naturalne: kamieniste i błotniste wąwozy, drzewa, strome podbiegi,
- Sztuczne (około 15 przeszkód): bramki slalomowe, liny, trawersy poziome, pajęczyny linowe, „zasieki”, pod którymi trzeba się przeczołgać oraz kilka dodatkowych atrakcji.

Klasyfikacja biegu:

- generalna kobiet i mężczyzn

Nagrody, upominki i inne świadczenia:

- *statuetki i upominki za miejsca 1-3 w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn*

- *pamiątkowy medal, nr startowy, dyplom, napoje, posiłek dla wszystkich startujących w biegu*

Warunki uczestnictwa w biegu:

W biegu mogą brać udział osoby, które przed startem:

- dokonały opłaty startowej

- podpisały oświadczenie o właściwym stanie zdrowia i udziale w zawodach na własną odpowiedzialność

Postanowienia końcowe

- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.

- W miarę możliwości finansowych losowane będą nagrody rzeczowe,

- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

- Organizator zapewnia miejsce na przebranie, mycie i przechowanie ubrań

- Załącznikiem do niniejszego regulaminu jest mapa trasy biegu.

- Szczegółowe informacje można uzyskać pod numerami telefonów:

723403109 – Marcin Olesik

508157802 – Adam Winczura