



**REGULAMIN V Biegu Przelajowego
o Puchar Burmistrza Miasta i Gminy Twardogóra
z okazji Międzynarodowego Dnia Kobiet.
GRAND PRIX DZLA w biegach przelajowych**

1. **ORGANIZATORZY:** Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Twardogórze, Międzyszkolny Ludowy Klub Sportowy Echo w Twardogórze oraz Dolnośląski Związek Lekkiej Atletyki.
2. **PARTNERZY:** Gmina Twardogóra, Nadleśnictwo Oleśnica Śląska.
3. **TERMIN I MIEJSCE:** 16 marca (niedziela) 2025 r. od godz. 11:00. Start i Meta biegu: Plac przy stawie Pałacowym, Goszcz (boczna ul. Twardogórskiej)
4. **PROJEKT PROGRAMU MINUTOWEGO, DYSTANSE TRASA:**
Biegi zostaną rozegrane na trasach drogami leśnym i umożliwiającymi start w kołcach lekkoatletycznych.

Program minutowy, dystanse:

11.30	Przedszkolaki K i M	rocznik 2018 i młodsi	dystans 300m
11.40	U 10 K i M	rocznik 2016-17	dystans 300m
11.50	U 12K	rocznik 2014-15	dystans 500m
12.00	U 12 M	rocznik 2014-15	dystans 500m
12.10	U 14K	rocznik 2012-13	dystans 1,1 km (1 pętla)
12.25	U 14 M	rocznik 2012-13	dystans 1,1 km (1 pętla)
12.40	U 16K	rocznik 2010-11	dystans 2,2 km (2 pętla)
12.55	U 16 M	rocznik 2010-11	dystans 2,2 km (2 pętla)
13.10	U 18 i U20 K	rocznik 2008-09 i 2006-07	dystans 3,3 km (3 pętla)
13.25	U 18 i U20 M	rocznik 2008-09 i 2006-07	dystans 3,3 km (3 pętla)
13.50	8 km	bieg OPEN	dystans ok. 8 km (7 pętli 1,1 km)

Dekoracje odbędą się do 10 minut po zakończeniu biegu.

W przypadku małej liczby zgłoszeń organizator zastrzega sobie możliwość łączenia biegów z zachowaniem oddzielnej klasyfikacji.

Uwaga! Rozgrzewkę należy prowadzić na drogach, na których nie przebiegają trasy.

5. UCZESTNICTWO:

- w zawodach mogą uczestniczyć zarówno zawodnicy posiadający jak i nieposiadający aktualną licencję Polskiego Związku Lekkiej Atletyki,
- kategorie **U 14, U 16, U18 i U20** rozgrywane są dodatkowo w ramach cyklu zawodów **GRAND PRIX DZLA**. Regulamin Grand Prix określa **załącznik nr 1**.
- kategorie U 14, U 16, U18 i U20 oraz bieg na 8 km, start z numerami nadanymi przez organizatora. Numer startowy należy umieścić z przodu na odzieży wierzchniej.
- kategorie U 12, U 10 oraz przedszkolaki z kartkami startowymi pobranymi w biurze zawodów,
- dystanse i kategorie w **biegach dzieci i młodzieży** zgodnie z punktem 4. regulaminu,
- **bieg na 8 km** ma charakter otwarty, w którym prowadzona będzie klasyfikacja odrębnie dla kobiet i mężczyzn, bez podziału na kategorie wiekowe. Organizator dopuszcza wprowadzenie oddzielnej klasyfikacji dla zawodników zamieszkałych na terenie Gminy Twardogóra.
- każdy zawodnik zobowiązany jest do złożenia w biurze zawodów oświadczenie o zdolności do udziału w biegu. W przypadku osób niepełnoletnich oświadczenie musi zostać podpisane przez jednego z rodziców/opiekunów prawnych. **Powyższy obowiązek nie dotyczy zawodników posiadających aktualną licencję PZLA.**



Bieżące informacje na temat biegu będą udostępniane na Facebooku GOSiR, Echo oraz DZLA.
W przypadku pytań prosimy o kontakt: Tomasz Dzugaj - tel. 668 332 463.