



# **Regulamin XXIX Ogólnopolskiego „Biegu Nadwiślańskiego” im. Alfreda Freyera 07.10.2007r. Godz. 11<sup>00</sup>**

## **I – CEL**

- upowszechnianie masowego biegania,
- podnoszenie sprawności fizycznej społeczeństwa
- popularyzacja regionu /tarnobrzewsko – baranowskiego/
- upamiętnienie sukcesów sportowych Alfreda Freyera

## **II – ORGANIZATOR**

- Ośrodek Sportu i Rekreacji „Wisła” w Tarnobrzegu
- Prezydent Miasta Tarnobrzega
- Starosta Tarnobrzewski
- Burmistrz Baranowa Sandomierskiego
- Klub Biegacza „WITAR”
- Ognisko TKKF „Siarka”

## **III – TERMIN, DYSTANS, OPIS BIEGU**

1. Termin – 07.10.2007r. godz. 11<sup>00</sup>
2. Dystans – 15 km.
3. Trasa – dziedziniec zamku w Baranowie Sandomierskim, Wisłostrada, ul. Mickiewicza, Plac Bartosza Głowackiego, ul. Sandomierska, dziedziniec zamku w Dzikowie
4. Opis trasy – 15 km. Trasa asfaltowa, płaska, dwa podbiegi. Trasa oznakowana.
5. Wyjazd autobusu na start spod zamku w Dzikowie o godz. 10<sup>00</sup>

## **IV – WARUNKI UCZESTNICTWA**

### **W biegu uczestniczyć mogą osoby, które:**

- ukończyły 16 rok życia /obowiązuje okazanie dowodu osobistego lub legitymacji szkolnej/
- posiadają aktualne badania lekarskie zezwalające na uczestnictwo w biegu długodystansowym

### **OPLATA STARTOWA:**

- osoby dorosłe – 6 zł

## **V – ZGŁOSZENIA**

1. Zgłoszenia przyjmuje Ośrodek Sportu i Rekreacji w Tarnobrzegu. tel. (015) 8225253, Al. Niepodległości 2
2. Zgłoszenia przyjmowane będą w dniu startu od godz. 8<sup>00</sup> do godz 10<sup>00</sup> w sekretariacie biegu

## VI – ORGANIZACJA BIEGU

1. w zawodach obowiązywać będą następujące klasyfikacje:
  - a/ klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn
  - b/ kategorie wiekowe mężczyzn
    - '1' – do 19 lat
    - '2' – 20 – 29 lat
    - '3' – 30 – 39 lat
    - '4' – 40 – 49 lat
    - '5' – 50 – 59 lat
    - '6' – 60 – 69 lat
    - '7' – od 70 lat
  - c/ kategorie wiekowe kobiet
    - 'K1' – do 35 lat
    - 'K2' – powyżej 35 lat
  - d/ klasyfikacja niepełnosprawnych
  - e/ klasyfikacja dla najstarszego i najmłodszego uczestnika biegu
2. Na mecie biegu do dyspozycji napoje i ciepły posiłek
3. Opieka lekarska
4. Szatnie, umywalki – w obiekcie Zespołu Szkół Rolniczych

## VII – NAGRODY, UPOMINKI

1. Za zajęcie miejsc I – VI w klasyfikacji generalnej mężczyzn, I – III w klasyfikacji generalnej kobiet – puchary i nagrody pieniężne.
2. Za zajęcie miejsc I – III w poszczególnych kategoriach wiekowych, w klasyfikacji niepełnosprawnych oraz dla najstarszego i najmłodszego uczestnika biegu – medale.
3. Wśród uczestników Biegu głównego, którzy nie zajęli punktowanych miejsc nagrody do rozlosowania.

### **Biegi młodzieżowe na terenach zamku w Dzikowie 7 października 2007r.**

Rozpoczęcie godz. 10<sup>00</sup>

**Organizator zastrzega sobie prawo zmiany Regulaminu.**

Tarnobrzeg, 03.09.2007

*Zapraszają  
Organizatorzy*



**Regulamin XXIX Ogólnopolskiego  
„Biegu Nadwiślańskiego”  
im. Alfreda Freyera  
07.10.2007r. Godz. 11<sup>00</sup>**

**PREZYDENT MIASTA TARNOBRZEG**

zaprasza do udziału uczniów szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych do wzięcia udziału w biegach młodzieżowych na dystansach:

<b>Rocznik</b>	<b>Dystans</b>	<b>Godzina</b>
<b>1998 i młodsi</b> dziewczęta i chłopcy	400m	10 <sup>00</sup>
<b>1997 – 1996</b> dziewczęta i chłopcy	400m	10 <sup>15</sup>
<b>1995 – 1994</b> dziewczęta i chłopcy	1000m	10 <sup>30</sup>
<b>1993 – 1992</b> dziewczęta i chłopcy	1000m	11 <sup>00</sup>
<b>1991 – 1990</b> dziewczęta i chłopcy	2000m OPEN	12 <sup>30</sup>

***Bieg odbędzie się w alejach Parku Dzikowskiego***

W zależności od ilości zgłoszeń Organizator przewiduje wspólny start dziewcząt i chłopców na poszczególnych dystansach.

Zapisy będą się odbywać w sekretariacie Biegu od godz. 8<sup>00</sup> – Tereny zamku w Dzikowie.

Uczestnicy Biegu winni zgłosić się z nauczycielami lub opiekunami.

Serdecznie zapraszamy do udziału

**Organizatorzy**