

**45 Międzynarodowe Zawody w Chodzie Sportowym
o Puchar Obrońców Poczty Polskiej w Gdańsku
Mistrzostwa Polski Weteranów
Gdańsk, 2009.08.29**

R E G U L A M I N

- Miejsce i data: - **Gdańsk**, ulice Starego Miasta - **2009.08.29**
- Patronat honorowy zawodów: - Dyrektor Generalny Poczty Polskiej
- Prezydent Miasta Gdańska
- Organizator: - Międzyzakładowy Klub Sportowy Łączności „Konradia” Gdańsk
- Sposób rozegrania zawodów: - Zawody rozgrywane będą zgodnie z przepisami IAAF i postanowieniami niniejszego regulaminu.
- Warunki uczestnictwa: Oficjalne **pisemne** zgłoszenie zawodników **do dnia 21.08.2009** na adres:
**MKSŁ „Konradia
ul. Targ Rakowy 7/8
80-940 Gdańsk**
Fax: +48 58 3089201 lub e-mail: konradia@poczta.onet.pl
w którym należy podać: imię, nazwisko, datę urodzenia i dystans
na którym zawodnik lub zawodniczka będą startować.
- Posiadanie aktualnej karty zdrowia z Przychodni Sportowo - Lekarskiej.
- Wniesienie na rzecz organizatora opłaty startowej zgodnie z przepisami PZLA.
- Ubezpieczenie zawodników przez zgłaszający klub sportowy.
- Zasady finansowania: - Koszty organizacji zawodów pokrywają organizatorzy.
- Koszty osobowe uczestników - zgłaszające kluby sportowe.
- Udział w zawodach bez opłaty startowej.
- Zamówienia na noclegi i wyżywienie: - **pisemne** zgłoszenia należy przesać w terminie **do dnia 21.08.2009** łącznie ze zgłoszeniem zawodników do zawodów. Opłata za rezerwację w biurze zawodów.
- Biuro zawodów: - siedziba Regionu Poczty Polskiej ul. Targ Rakowy 7/8
w dniu 28.08.2009 w godz. 10.00 - 18.00.
- Weryfikacja zgłoszeń: - w dniu 29.08.2009 w godz. 08.00 - 08.45 w budynku Poczty Polskiej w Gdańsku.
- Nagrody: - Na wszystkich dystansach nagradzane będą 3 pierwsze miejsca.
- Za 6 miejsc na dystansach 10 km senierek i 10 km seniorów przewidziane są nagrody pieniężne.
- Kategorie wiekowe:
- | | | | | |
|--------------------|-------|--------------------|-------|-----------------|
| Dziewczęta starsze | 3 km | 1996 - 1997 | 3 km | Chłopcy starsi |
| Młodziczki | 3 km | 1994 - 1995 | 5 km | Młodzicy |
| Juniorzy młodsi | 5 km | 1992 - 1993 | 10 km | Juniorzy młodsi |
| Juniorzy | 10 km | 1990 - 1991 | 10 km | Juniorzy |
| Seniorzy | 10 km | - 1989 | 10 km | Seniorzy |
| Weterani | 5 km | - 1974 | 5 km | Weterani |
- Program minutowy:
- | | |
|---------------|---|
| 08.00 - 08.45 | - weryfikacja zgłoszeń i wydawanie numerów startowych |
| 09.00 | - uroczyste otwarcie zawodów |
| 09.30 | - start na 3 km |
| 10.00 | - start na 5 km |
| 10.40 | - start na 10 km |
| 12.30 | - wręczenie nagród i zakończenie zawodów |

W ramach 45 Międzynarodowych Zawodów w Chodzie Sportowym o Puchar Obrońców Poczty Polskiej w Gdańsku rozegrane będą **Mistrzostwa Polski Weteranów** na dystansie 5 km, w których prawo startu mają zawodniczki i zawodnicy urodzeni przed dniem 29.08.1974

