

"Polska Biega" - 8 maja, stadion MCSiR.

22.04.2010.

Znamy już dokładną mapkę biegów, ilość i długość dystansów oraz regulamin majowej imprezy, która odbędzie się na stadionie MCSiR (dawny KKS "Ruch"), przy Al. Piłsudskiego. Akcja ta wchodzi w skład Ogólnopolskiej Akcji "Polska Biega".

W naszym mieście zaplanowana ona jest na 8 maja (sobota). Pierwsze biegi już o godz. 10.00, natomiast zapisy trwać będą od godz. 9.00. Biuro zawodów na miejscu, na stadionie.

Będzie pięć dystansów: 400 metrów - dla najmłodszych uczestników biegów, 800 metrów, 1200 metrów, 2000 metrów i najdłuższy - 3000 metrów.

Do zdobycia będą nagrody rzeczowe. Jedną z nich jest rower. Będzie rozlosowany wśród wszystkich uczestników biegu. Poza tym nagrodzeni będą najlepsi w swoich dystansach.

Impreza ma charakter otwarty, bezpłatny, Szczegóły poniżej.

Zapraszamy serdecznie.

Regulamin "Polska
Biega" w Skarżysku-Kamiennej

I. CEL:

-

popularyzacja biegów masowych jako
jednej z form zdrowego i aktywnego stylu życia

-

uczestnictwo w Ogólnopolskiej Akcji
"Polska Biega"

-
forma spędzenia wolnego czasu

II. ORGANIZATOR:

-
Miejskie Centrum Sportu i Rekreacji w Skarżysku-Kamiennej

III. TERMIN I MIEJSCE:

-
8 maja 2010r. (sobota), godz. 10.00

-
biuro zawodów, start i meta na stadionie MCSiR przy Al. Piłsudskiego (dawny KKS
"Ruch")

IV. TRASA BIEGU:

-
pięć różnych dystansów, uzależnionych od kategorii wiekowej, do wyboru:

- 400 metrów - dla najmłodszych - bieg po bieżni dookoła stadionu

- 800 metrów - start na
stadionie, krótki odcinek ul. Tysiąclecia - Al. Piłsudskiego (pasem od strony
ZEORK) - nawrót przy skrzyżowaniu z ul. Żeromskiego - Al. Piłsudskiego (pasem od
strony DH "Panorama") - ul. Tysiąclecia - meta na stadionie

- 1200 metrów - start na stadionie - ul. Tysiąclecia - Al.
Piłsudskiego (pasem od strony ZEORK) - nawrót przy markecie "Biedronka", Al.
Piłsudskiego (pasem od strony DH "Panorama"), al. Tysiąclecia - meta na
stadionie

- 2000 metrów - start na stadionie - ul. Tysiąclecia - Al. Piłsudskiego (pasem od strony ZEORK) - nawrót przy skrzyżowaniu z ul. Norwida - Al. Piłsudskiego (pasem od strony DH „Panorama") - ul. Tysiąclecia - meta na stadionie

- 3000 metrów - start na stadionie - ul. Tysiąclecia - Al. Piłsudskiego (pasem od strony ZEORK) - nawrót przy „Carrefour" (drugim w kolejności od drogi S-7) - Al. Piłsudskiego (pasem od strony DH „Panorama") - ul. Tysiąclecia - meta na stadionie

V. PROGRAM IMPREZY:

-
godz. 9.00 - zapisy do zawodów

-
godz. 10.00 - start pierwszej kategorii wiekowej

VI. KLASYFIKACJA:

-
w kategoriach wiekowych

-
według startów w poszczególnych dystansach

VII. NAGRODY:

-
przewidziane są nagrody rzeczowe

-
rozlosowane będą wśród wszystkich uczestników biegu

VIII. WARUNKI UCZESTNICTWA:

- bieg jest ogólnodostępny dla wszystkich; ma charakter otwarty, bezpłatny

-

zapisy przyjmowane będą w biurze zawodów bezpośrednio przed biegiem, lub w biurze MCSiR, przy ul. Sienkiewicza 34,

IX. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

Podczas zawodów organizator zapewnia opiekę medyczną.

Mapa biegów i dystanse: