

REGULAMIN

Mistrzostw Polski Krajowe Zrzeszenia LZS w Biegach Górskich U12, U14, U16, U18, U20 i seniorzy Krynki – 06.09.2026 r.

1. Cel:

- wyłonienie najlepszych zawodników w Polsce w kategoriach U12, U14, U16, U18, U20 i seniorów Krajowego Zrzeszenia LZS,
- promocja Gminy Brody, Powiatu Starachowickiego i Województwa Świętokrzyskiego,
- promocja biegów górskich i lekkiej atletyki,
- promocja lasów państwowych,
- promocja Rezerwatu Skały w Krynkach.

2. Organizatorzy:

- LKB Rudnik,
- Krajowe Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe,
- Świętokrzyskie Zrzeszenie Ludowe Zespoły Sportowe,
- Urząd Gminy Brody,
- Powiat Starachowicki,
- Urząd Marszałkowski Województwa Świętokrzyskiego,
- Urząd Wojewódzki w Kielcach.

3. Termin i miejsce:

Impreza odbędzie się w dniu 06.09.2026 r. w Krynkach (Rezerwat przyrody Skały)

4. Program zawodów, grupy wiekowe, dystanse i przewyższenia:

06.09.2026 r. (niedziela)

Godz. 10.15 – otwarcie zawodów

Godz. 10.40 – ur. 2016 – 2015 – U12 K- 0,6 km – przewyższenie: +- 20m

Godz. 10.50 – ur. 2016 – 2015 – U12 M- 0,6 km – przewyższenie: +- 20m

Godz. 11.00 – ur. 2014 – 2013 – U14 K- 1 km – przewyższenie: +- 30m

Godz. 11.10 – ur. 2014 – 2013 – U14 M- 1 km – przewyższenie: +- 30m

Godz. 11.25 – ur. 2012 – 2011 – U16 K- 1,5 km – przewyższenie: +- 60m

Godz. 11.40 – ur. 2012 – 2011 – U16 M- 1,5 km – przewyższenie: +- 60m

Godz. 11.55 – ur. 2010 – 2009 – U18 K- 3,0 km – przewyższenie: +- 140m

Godz. 12.10 – ur. 2010 – 2009 – U18 M- 3,0 km – przewyższenie: +- 140m

Godz. 12.35 – ur. 2008 – 2007 – U20 K- 3,0 km – przewyższenie: +- 140m

Godz. 13.00 – ur. 2008 – 2007 – U20 M- 3,0 km – przewyższenie: +- 140m

Godz. 13.30 – ur. 2006 i starsze Seniorki 6 km - przewyższenie: +- 280m

Godz. 14.15 – ur. 2006 i starsi Seniorzy 6 km - przewyższenie: +- 280m

5. Uczestnictwo:

- w kategoriach U12, U14, U16, U18, U20 i seniorzy mogą uczestniczyć wyłącznie zawodnicy LZS ważne na 2026 rok,
- wymagane jest posiadanie aktualnej karty zdrowia. Organizatorzy uwzględnią również zaświadczenia lekarskie o zdolności do udziału w zawodach sportowych lub oświadczenie trenera, kierownika ekipy, że zawodnicy będący pod ich opieką nie posiadają żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach sportowych, a ich stan zdrowia konsultowany jest z lekarzem,
- opłata startowa do 20.08.2026r.:
 - o grupy dziewcząt i chłopców – 40,00 zł,
 - o grupy młodzicy – juniorzy – 40,00 zł,
 - o senior – 60 zł,
 - o opłata od 20.08. 2026 r. wzrasta o 20 zł.

6. Zgłoszenia: - firma DoStartu (www.dostartu.pl)

Na stronie www.dostartu.pl zgłaszamy wszystkie dzieci oraz kategorie U12, U14, U16, U18, U20 i seniorzy,

7. Nagrody:

- za miejsca I - III w poszczególnych kategoriach wiekowych: medale,
- do VI miejsca dyplomy,
- oraz (w miarę możliwości) nagrody rzeczowe,
- w klasyfikacji zespołowej – puchary i dyplom do X miejsca w klasyfikacji zespołowej,
- dla zawodników kończących bieg medal uczestnictwa.

8. Klasyfikacja zespołowa:

Prowadzona będzie klasyfikacja zespołowa w kategoriach od dzieci do seniora.

Punktacja wg następującego klucza:

U12, U14, U16, U18, U20 I SENIORZY:

miejsce 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

punkty 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

9. Noclegi i wyżywienie:

- noclegi i wyżywienie we własnym zakresie
- po rozegranych zawodach jest przewidziany poczęstunek dla zawodników i trenerów.

10. Postanowienia końcowe:

- ♣ dodatkowe informacje można uzyskać w Biurze Zawodów oraz na stronie: www.dostartu.pl i www.brody.info.pl lub stronie na portalu facebook LKB Rudnik, tel. 694-626-895.

- ♣ organizator zastrzega sobie prawo interpretacji kwestii nie ujętych w powyższym regulaminie w uzgodnieniu z jury zawodów,
- ♣ zgłaszający zawodników zobowiązani są do wcześniejszego dokonania stosownych ubezpieczeń startujących uczestników,
- ♣ organizatorzy nie odpowiadają za nieszczęśliwe wypadki uczestnicy startują na własne ryzyko,
- ♣ należy oświadczenie wydrukować i podpisane przekazać w biurze zawodów,
- ♣ listy startowe z klubów lub indywidualne powinny być przekazane w biurze zawodów.

ZAPRASZAMY

Dyrektor Zawodów
Sylwester Dudek