

„I Ogólnopolska Zimowa Senioriada na Podhalu
Rabka – Zdrój 2014”

**Bieg narciarski lub bieg z nartami
(REGULAMIN)**

1. Cel zawodów: wyłonienie najlepszych zawodników w grupach i kategoriach wiekowych
2. Miejsce zawodów: Polczakówka, – Rabka Zdrój
3. Termin zawodów: 4 marca 2014
4. Start ok . godz. 11.00
5. Konkurencja: bieg narciarski lub bieg z nartami na dystansie od 0,5 km do 2,5km
(w zależności od warunków śniegowych)
6. We wszystkich grupach obowiązywać będzie styl klasyczny
7. Program zawodów:
 - 1) Weryfikacja list uczestników oraz odbiór numerów startowych
 - 2) Zapoznanie się z trasą
 - 3) Kolejność startu:

Kobiety

- 80+
- 70+
- 60+
- 50+

Mężczyźni

- 80+
- 70+
- 60+
- 50+

- 4) Ogłoszenie wyników i dekoracja zawodników.