

# PROGRAM IMPREZY

**15:30 Nordic Walking 2km**

**16:00 Uroczyste otwarcie**

**16:05 Start do biegu głównego 10 km**

**18:00 Wręczenie nagród**

## REGULAMIN

### WARUNKI UCZESTNICTWA

W biegu głównym mogą wystartować osoby, które mają ukończone 16 lat, a ponadto posiadają aktualne badania lekarskie świadczące o braku przeciwwskazań do udziału w biegu długodystansowym lub podpiszą oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność.

### ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

Zgłoszenie uczestnictwa w biegu głównym odbywać się będzie na stronie internetowej, strona do zapisów: <http://euforiabiegacza-sport.pl/zawody/pd2020/info.html>

**Uwaga! Limit zgłoszeń we wszystkich biegach wynosi 300 osób.** O ile nie zostanie wyczerpany limit zgłoszeń w czasie zapisów internetowych zgłoszenia można będzie dokonać również w dniu biegu w biurze zawodów. Opłata startowa 30 zł (Bieg Główny) i (Nordic Walking) płatna na konto TKKF „START” Polkowice Bank Spółdzielczy we Wschowie 1 o/Polkowice 74 8669 0001 2014 0143 2756 0001 z dopiskiem „POLKOWICKA DYCHA” / „POLKOWICKI NORDIC WALKING” oraz za pomocą płatności online. Pamiątkowe medale, koszulki oraz bon regeneracyjny dla wszystkich uczestników.

### KATEGORIE WIEKOWE

M/K M1 16 - 29 lat  
M/K M2 30 - 39 lat  
M/K M3 40 - 49 lat  
M/K M4 50 - 59 lat  
M/K M5 60 - i starsi

### PUCHARY

Puchary od I do VI miejsca w kategorii OPEN kobiet i mężczyzn.

Nordic Walking - Puchary od I do III miejsca w kategorii OPEN kobiet i mężczyzn.

### NAGRODY PIENIĘŻNE W KAŻDEJ KAT. WIEKOWEJ OD I – III M

**I M - 400 zł, II M - 300 zł, III M - 200 zł**

Pamiątkowe medale oraz koszulki dla każdego uczestnika biegu.

Losowanie 30 nagród niespodzianek wśród wszystkich uczestników biegu głównego.

### NAGRODY NORDIC WALKING

Nagrody pieniężne i puchary za zajęcie miejsca I-III w kat. OPEN Kobiet i Mężczyzn

### INFORMACJE DODATKOWE

Biuro zawodów – Szkoła Podstawowa nr 3, ul. K.B.Kominka. Odbiór numerów startowych w dniu zawodów od godz. 13.00.

Organizator zapewnia: opiekę medyczną podczas biegu w czasie objętym programem imprezy; bon regeneracyjny w ramach opłaty wpisowej; szatnie dla uczestników biegów.

Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

### KONTAKT

TKKF „Start” Polkowice  
Adam Nowak – tel. 692 463 963

**Patronat honorowy:**

**Łukasz Puźniecki**

Burmistrz Polkowic

**Sponsor strategiczny:**



**GMINA  
POLKOWICE**

Serce Zagłębia Miedziowego

**Patronat medialny:**



WWW.LEGNICA.FM