

Fundusz Mikroprojektów w Euroregionie Glacensis Program Interreg V-A RCz – PL jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz środków budżetu państwa - Przekraczamy granice

REGULAMIN
„Biegi górskie – sport łączy pokolenia i narody”
5 czerwca 2022 r. w Jaszkowej Dolnej

1. CELE:

- popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu
- usportowienie dzieci i młodzieży
- popularyzacja ruchu i zdrowego trybu życia ze szczególnym uwzględnieniem grupy seniorów
- współpraca z partnerskimi szkołami, przedszkolami z Mikroregionu Rychnovsko oraz seniorami w tym z Mikroregionu Bělá
- zwiększenie poziomu współpracy między instytucjami i społecznościami w regionie przygranicznym poprzez sport i inną aktywność fizyczną oraz zdrowy styl życia
- integracja międzypokoleniowa i międzynarodowa poprzez sport i inną aktywność fizyczną oraz zdrowy styl życia.

2. ORGANIZATORZY:

- Wójt Gminy Kłodzko
- Gminny Szkolny Związek Sportowy
- Ośrodek Kultury, Sportu i Rekreacji Gminy Kłodzko
- Ochotnicze Straże Pożarne Gminy Kłodzko
- Klub LKS „Iskra” Jaszkowa
- Młodzieżowa Rada Gminy Kłodzko
- Szkoła Podstawowa im. St. Mikołajczyka w Jaszkowej Dolnej.

3. MIEJSCE:

- Boisko LKS „Iskra” w Jaszkowej Dolnej.

4. TERMIN:

- 05.06.2022 roku (niedziela)



PŘEKRAČUJEME HRANICE
PRZEKRACZAMY GRANICE
2014–2020



EVROPSKÁ UNIE / UNIA EUROPEJSKA
EVROPSKÝ FOND PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ
EUROPEJSKI FUNDUSZ ROZWOJU REGIONALNEGO



Fundusz Mikroprojektów w Euroregionie Glacensis Program Interreg V-A RCz – PL jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz środków budżetu państwa - Przekraczamy granice

- Godzina 12.00 – uroczyste rozpoczęcie zawodów

5. ROCZNIK/DYSTANS

PRZEDSZKOLA

Godzina 12.15 rocznik 2017 i młodsi (dz.)

Godzina 12.25 rocznik 2017 i młodsi (chł.)

Godzina 12.35 rocznik 2015 -2016 (dz.)

Godzina 12.45 rocznik 2015 – 2016 (chł.)

SZKOŁY PODSTAWOWE

Godzina 13.00 rocznik 2013 – 2014 (dz.)

Godzina 13.10 rocznik 2013- 2014 (chł.)

Godzina 13.20 rocznik 2011 – 2012 (dz.)

Godzina 13.30 rocznik 2011 – 1012 (chł.)

Godzina 13.40 rocznik 2009 – 2010 (dz.)

Godzina 13.50 rocznik 2009 – 2010 (chł.)

Godzina 14.00 rocznik 2007 – 2008 (dz.)

Godzina 14.10 rocznik 2007 – 2008 (chł.)

SZTAFETA 4 X 400 m

Godzina 14.20 (rodzice przedszkolaków i uczniów, urzędnicy, strażacy, nauczyciele i wszyscy chętni).

KONKURENCJE DLA SENIORÓW M-60 I STARSI NORDIC WALKING

Godzina 14.30

- marsz 50 metrów na czas
- sztafeta 4 x 50 metrów (międzypokoleniowa i międzynarodowa)
- marsz długi 200 metrów.

PONADTO:

- warsztat zdrowej żywności dla wytypowanej wcześniej grupy 80 seniorów z Polski (Gmina Kłodzko) i Czech (Mikroregion Bělá)

Fundusz Mikroprojektów w Euroregionie Glacensis Program Interreg V-A RCz – PL jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz środków budżetu państwa - Przekraczamy granice

- warsztaty z profilaktyki leczenia bólu dla wytypowanej wcześniej grupy 80 seniorów z Polski (Gmina Kłodzko) i Czech (Mikroregion Bělá)
- możliwość wykonania indywidualnej analizy masy ciała tzw. BIA dla wytypowanej wcześniej grupy 80 seniorów z Polski (Gmina Kłodzko) i Czech (Mikroregion Bělá)
- warsztat na trampolinach dla dzieci i młodzieży, biorących udział w imprezie.

6. UCZESTNICTWO:

- uczestnikami biegów są dzieci z przedszkoli, uczniowie szkół Gminy Kłodzko i Mikroregionu Rychnovsko oraz dzieci z Ukrainy.
- w biegu sztafetowym 4x400m udział biorą rodzice przedszkolaków, rodzice uczniów, strażacy, urzędnicy, nauczyciele, goście z Mikroregionu Rychnovsko oraz wszyscy chętni.
- w konkurencjach nordic walking biorą udział seniorzy m-60 i starsi z Polski (Gmina Kłodzko) i Czech (Mikroregion Bělá) oraz dzieci/młodzież (sztafeta międzypokoleniowa).

7. ZGŁOSZENIA:

- zgłoszenia imienne uczestników biegów należy przesłać do 22.05.2022 r. na adres e-mail: p.nieckarz@gmina.klodzko.pl oraz l.tybinski@wp.pl
- w dniu zawodów zgłoszenia w biurze zawodów do godziny 11.30.

Zawodnicy muszą posiadać pisemną zgodę na start podpisaną przez rodziców/prawnych opiekunów z informacją o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach. Zgody muszą być w posiadaniu opiekunów w dniu zawodów.

8. PUNKTACJA:

- **PRZEDSZKOŁA** -biegi indywidualne (nie ma punktacji drużynowej).
- **SZKOŁY PODSTAWOWE** – punktuje pierwszych piętnastu zawodników w każdym biegu według klucza:

I miejsce - 20 pkt.	VI miejsce – 10 pkt.	XI miejsce – 5 pkt.
II miejsce - 16 pkt.	VII miejsce – 9 pkt.	XII miejsce – 4 pkt.
III miejsce - 14 pkt.	VIII miejsce – 8 pkt.	XIII miejsce – 3 pkt.
IV miejsce - 12 pkt.	IX miejsce – 7 pkt.	XIV miejsce – 2 pkt.

Fundusz Mikroprojektów w Euroregionie Glacensis Program Interreg V-A RCz – PL jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego oraz środków budżetu państwa -

Przekraczamy granice

V miejsce - 11 pkt.

X miejsce – 6 pkt.

XV miejsce – 1 pkt.

9. NAGRODY:

- dla każdego uczestnika biegów przedszkolaków pamiątkowe medale
- dla przedszkoli pamiątkowe statuetki, dyplomy oraz sprzęt sportowy
- za miejsca I-III indywidualnie w każdym biegu medale, dyplomy oraz nagrody rzeczowe
- za miejsca I-III drużynowo (szkoły podstawowe) puchary, dyplomy i sprzęt sportowy
- dla wszystkich pozostałych szkół statuetki, dyplomy i sprzęt sportowy
- za miejsca I-III w biegu sztafetowym medale
- dla seniorów „nordic walking” medale, nagrody rzeczowe, statuetki.

10. SPRAWY RÓŻNE:

- organizatorzy zapewniają uczestnikom biegów: kartę startową, posiłek, napoje, opiekę medyczną
- organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmian w regulaminie z przyczyn uzasadnionych i podejmowania decyzji w sprawach nieobjętych regulaminem
- organizatorzy zastrzegają sobie prawo do przeprowadzenia weryfikacji zawodników
- za powstałe kontuzje i wypadki organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności
- zawodnicy biorą udział w zawodach w stroju i obuwiu sportowym.

WÓJT
Zbigniew Tur