

Dziki Cross – trening indywidualny ze wsparciem technicznym SBR!

Termin –11 kwietnia 2021r.

Miejsce – Kozienicki Park Krajobrazowy

Start/Meta – Parking Leśny – Kozłów

Dystanse – 5km; 10km; Półmaraton - 2 pętle; Maraton – 4 pętle

Starty – 09.00 - Półmaraton ; Maraton

10.00 - 5km; 10km

Spóźnialscy, wolontariat – 10.15

Limit czasowy – 6h

Kontakt – biegiemradom@wp.pl ; 504 574 021

**Zgłoszenia elektroniczne – do 8 kwietnia – biegiemradom.pl ;
sportmaniacs...**

**Zgłoszenia – parking Kozłów – 08.30 – 08.50 – maraton, półmaraton
09.30 – 09.50 – 5km; 10km**

Opłaty za trening i pamiątkowy medal – 20zł

Dopłata za medal Złoty Dzik – za udział w 3 edycjach – 10zł

Opłaty gotówkowe w dniu treningu – 30 zł

Pomiar czasu – indywidualny.

**Stale numery startowe – otrzymane na pierwszym, lub drugim treningu –
brak numeru i wydanie nowego – 5zł.**

Meta – herbata, kawa, woda mineralna

**Trasa – maraton, półmaraton – 7,5 km; 12,4 km; 17,3co ok.5km
woda mineralna, herbata, izotonik, napoje własne (tylko na
pkt.12,4km; 22,3km; 32,2km)**

**Uwaga – kubki, butelki, opakowania z żeli zostawiamy wyłącznie na
punktach odżywczych.**

**Każdy uczestnik ponosi pełną osobistą odpowiedzialność za udział
w treningu i wskazane jest ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych
wypadków.**

Klasyfikacje

Klasyfikacje końcowe kobiet i mężczyzn – tryptyk 10km; PM; M

**Punktacja – od ostatniego miejsca=1pkt. - do pierwszego miejsca liczba
uczestników (kobiet; mężczyzn) = liczba punktów z zast. Mnożników.**

Mnożniki – 10km = 1; półmaraton=1,5; maraton=2