

45. CROSS ŻAGAŃSKI INFORMATOR DLA ZAWODNIKÓW



SPIS TREŚCI

- Dojazd, parkingi, mapa sytuacyjna – str. 2-3
- Biuro zawodów – str. 4-5
- Start-meta – str. 5
- Szatnie, depozyt – str. 5
- Dekoracje, konkurs – str. 6
- Informacje o trasie – str. 6-7
- Obowiązki Uczestnika, kary – str. 8
- Program imprezy – str. 8
- Wzory dokumentów – str. 9-11



DOJAZD, PARKINGI, MAPA SYTUACYJNA

Bazą 45. Crossu Żagańskiego jest teren Muzeum Obozów Jenieckich w Żaganii (ul. Lotników Alianckich 6). Zlokalizowany bezpośrednio przy ul. Lotników Alianckich (droga wojewódzka nr 296 – wyjazd z Żagania w kierunku Iłowej).

Mapa pogładowa z parkingami, lokalizacją biura oraz dokładnym opisem stoisk w Miasteczku Wojskowym – znajdują się na kolejnej stronie.

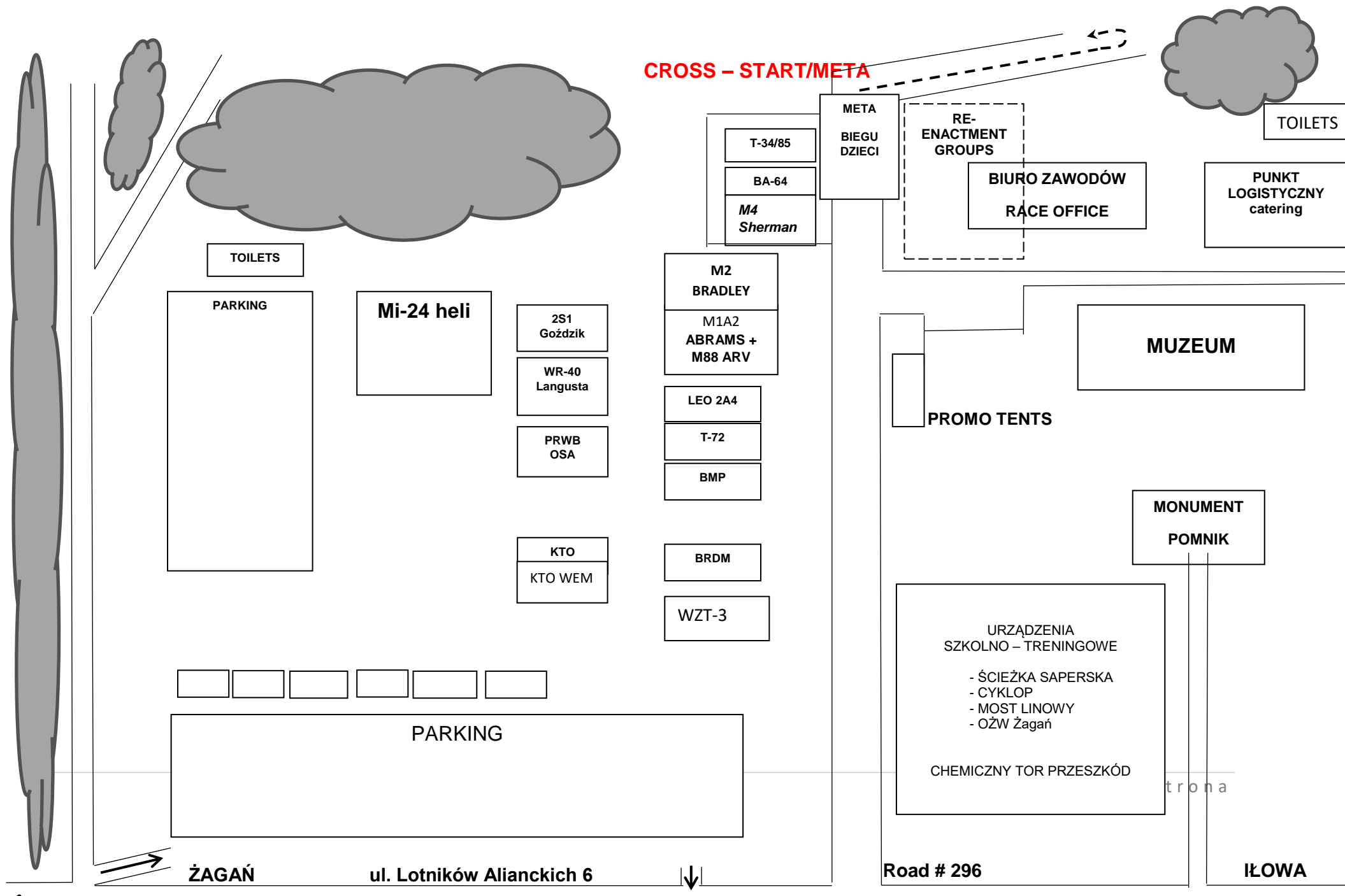
O ile to możliwe, prosimy biegaczy, aby nie przyjeżdżali pojedynczo, a przynajmniej po 2-3 osoby w samochodzie, ze względu na ograniczoną pojemność parking, dodatkowo zmniejszoną ze względu na otwarte przez dwa dni Miasteczko Wojskowe i przygotowania do uroczystych obchodów 75. Rocznicy Wielkiej Ucieczki.

Po wyjściu z samochodu udajemy się do biura wydawania numerów – znajdującego się w replice baraku nr 104 za budynkiem Muzeum. Do biura wchodzimy od strony południowej – w miejscu, gdzie znajduje się m.in. wiata ogniskowa.

W drodze do biura – od godz. 10.00 – będziecie mogli zwiedzić wystawę sprzętu wojskowego. Dokładna lokalizacja poszczególnych ekspozycji znajduje się na planie sytuacyjnym na kolejnej stronie.



CROSS - START/META



TOILETS

PARKING

Mi-24 heli

2S1
Goździk

WR-40
Langusta

PRWB
OSA

KTO
KTO WEM

[Six small boxes]

PARKING

M2
BRADLEY

M1A2
ABRAMS +
M88 ARV

LEO 2A4

T-72

BMP

BRDM

WZT-3

META
BIEGU
DZIECI

T-34/85

BA-64

M4
Sherman

RE-
ENACTMENT
GROUPS

BIURO ZAWODÓW
RACE OFFICE

TOILETS

PUNKT
LOGISTYCZNY
catering

MUZEUM

PROMO TENTS

MONUMENT
POMNIK

URZĄDZENIA
SZKOLNO - TRENINGOWE

- ŚCIEŻKA SAPERSKA
- CYKLOP
- MOST LINOWY
- OŻW Żagań

CHEMICZNY TOR PRZESZKÓD

ŻAGAŃ

ul. Lotników Alianckich 6

Road # 296

IŁOWA

BIURO ZAWODÓW

Pakiety startowe na Bieg Główny wraz z numerami zawierającymi chipy do pomiaru czasu oraz numery na Bieg Dzieci i Młodzieży, a także na Cross Uciekiniera (z dodatkowym ZWROTNYM chipem mocowanym na kostkę) będą do odbioru w biurze wydawania numerów – barak 104 (nieopodal budynku Muzeum Obozów Jenieckich), ul. Lotników Alianckich 6 – na zdjęciu.



Dni i godziny wydawania pakietów startowych

- * Czwartek, 21 marca 2019 roku, w godz. 17.00 – 19.00,
- * Piątek, 22 marca 2019 roku, w godz. 15.00 – 18.00,
- * W dniu zawodów – sobota, 23 marca 2019 roku, w godz. 13.00 - 16.00.

Nie wydajemy pakietów poza godzinami otwarcia biura. Jego wcześniejsze zamknięcie w sobotę jest spowodowane tym, że z baraku startuje Cross Uciekiniera.

Nie ma możliwości zmiany zadeklarowanego wcześniej rozmiaru koszulki biegowej, czy też bluzy na Cross Uciekiniera!

Pakiety startowe odbieramy osobiście. W przypadku odbioru pakietu przez osobę upoważnioną, musi ona posiadać pisemne upoważnienie od osoby, której pakiet jest odbierany (z numerami dowodów osobistych, którymi legitymują się obie osoby lub numerami innych dokumentów, stwierdzających tożsamość). Wzór upoważnienia na końcu informatora oraz na naszej stronie internetowej (Zakładka: Do pobrania). W przypadku odbioru pakietu osoby niepełnoletniej, potrzebna jest zgoda opiekuna prawnego na start. Wzór upoważnienia na końcu informatora.

UWAGA! W BIURZE ZAWODÓW NIE MA MOŻLIWOŚCI ZAPISANIA SIĘ NA ŻADEN Z BIEGÓW.

START - META

W tym roku, jako pierwsi wystartują uczestnicy Biegu Dzieci i Młodzieży. A dokładnie dwóch biegów. Start biegu krótszego – na dystansie 200 m - nastąpi o godz. 16.30 z okolic pomnika znajdującego się przed budynkiem Muzeum – zaznaczony na mapie. Ok. minuty później – tuż za linią mety, wystartują uczestnicy dłuższego biegu na ok. 700 metrów.

Wybór dystansu w biegach dzieci i młodzieży zależy od samych uczestników. **UWAGA!** Nie można biec na obu dystansach!

O godz. 17.00 wystartuje Cross Uciekiniera. Zawodnicy będą startowali pojedynczo – z korytarza baraku 104. Wejście do baraku od strony depozytu – pola mety. Zawodnicy starują co dwie minuty w kolejności opublikowanej na stronie internetowej, a także wywieszonej w okolicach startu.

Start biegu głównego na 10 km nastąpi o godz. 18.30. Start znajduje się za barakiem 104, ok. 50 metrów dalej, niż meta Biegów Dzieci i Młodzieży.

Na mecie odbieramy medal. Za metą, po wyjściu z boks, po lewej stronie (dla Crossu Uciekiniera – po prawej stronie) mamy wodę, herbatę oraz jabłko. Dzieci na mecie otrzymają medal oraz wodę.

Przed wejściem do biura zawodów zlokalizowany będzie punkt wydawania grochówki. Aby otrzymać grochówkę należy okazać kupon żywieniowy, wydawany z pakietem startowym (tylko dla uczestników biegów na 10 km i Crossu Uciekiniera). Ze względu na militarny charakter imprezy, nie przewidujemy wegetariańskiej wersji grochówki...

SZATNIE, DEPOZYT

Obok biura zawodów, w tym samym baraku znajduje się punkt depozytowy, w którym w otrzymanym tam worku możemy zostawić swoje rzeczy osobiste. Aby je odebrać po biegu należy okazać swój numer startowy. Depozyt będzie otwarty od godz. 15.30 do godz. 20.30.

Za barakiem zlokalizowane będą namioty wojskowe, które będą służyły, jako przebieralnie.

UWAGA! Na terenie Muzeum nie ma dostępu do pryszniców.

DEKORACJE, KONKURS

Dekoracje odbędą się w okolicach mety.

Po dekoracjach odbędzie się konkurs. Biorą w nim udział uczestnicy Biegu Głównego oraz Crossu Uciekiniera. Aby zdobyć jedną z nagród należy ukończyć bieg i być osobiście przy odebraniu nagrody. Posiadając przy sobie własny numer startowy i dokument potwierdzający tożsamość.

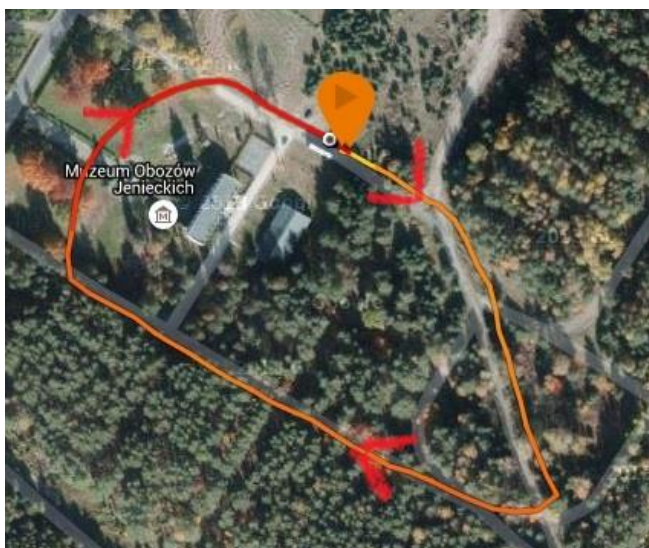
INFORMACJE O TRASIE

CROSS UCIEKINIERA

Dystans – ok. 1,2 – 1,5 km. Start interwałowy co 2 minuty w baraku 104. Najpierw należy wydostać się przez podłogę z izby mieszkalnej baraku, potem po kilkuset metrach biegu do pokonania będzie makieta tunelu Harry. Na trasie będzie także do przeskoczenia skrzynia gimnastyczna oraz do pokonania, czołgając się, kawałem prostej. Należy biec wyłącznie trasą wyznaczoną palikami i biało-czerwoną taśmą.

BIEGI DZIECI I MŁODZIEŻY

Biegi Dzieci i Młodzieży odbędą się na tej samej pętli – ale z dwoma miejscami startu. Wersja krótsza – ok. 200 metrów – wystartuje z okolic pomnika przed Muzeum. Wersja dłuższa – ok. 700 metrów - tuż sprzed wspólnej linii mety. Meta zlokalizowana jest dokładnie naprzeciw wejścia do Baraku 104. Kierunek biegu wytyczają czerwone strzałki na poniższej mapie.

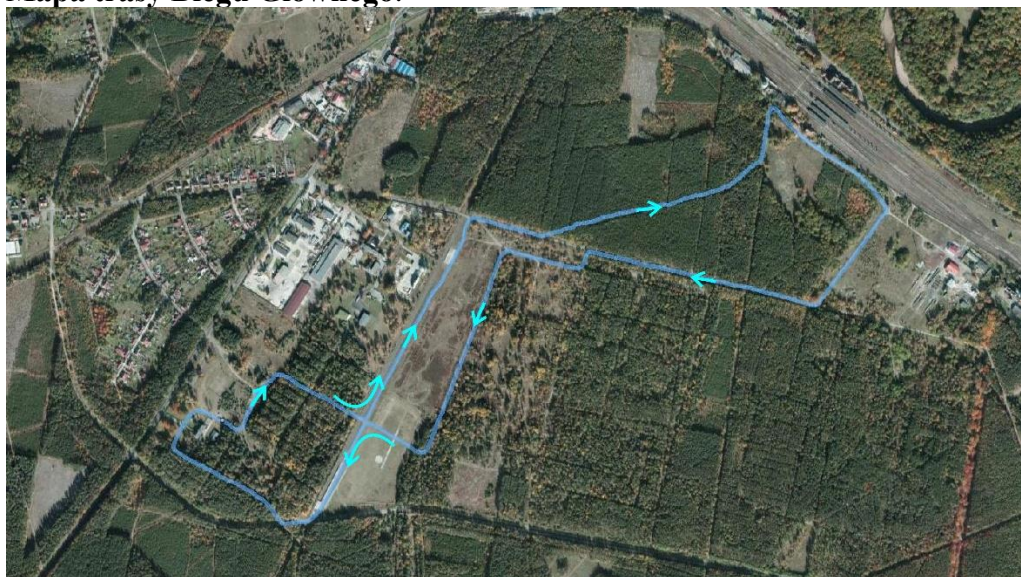


BIEG GŁÓWNY

Rywalizacja w biegu głównym odbywać się będzie na pętli o długości ok. 5 km. Każdy zawodnik będzie miał do pokonania dwie pętle, czyli razem ok. 10 km.

Start i Meta znajdują się na prostej za barakiem 104. Wybiegając z lasu, biegniemy prosto, skręcamy w prawo koło pomnika, za pomnikiem w prawo i na metę, tam gdzie start.

Mapa trasy Biegu Głównego:



Profil pętli biegu głównego (trasa płaska - patrzcie na skalę):



OBOWIĄZKI UCZESTNIKA BIEGU, KARY

Biegi Dzieci i Młodzieży:

- zawodnik może wystartować tylko na jednym wybranym dystansie – decyzję podejmuje sam lub z rodzicami.

Cross Uciekiniera:

- zawodnik nie może utrudniać innemu biegaczowi udziału w Crossie, na wyraźną komendę słowną zbliżającego się biegacza, ma obowiązek ustąpić mu miejsca na trasie – bezkolizyjnie dać się wyprzedzić,

- zawodnik ma obowiązek pokonywać trasę wyłącznie w oznakowanym miejscu – trasa wytyczona biało-czerwonymi taśmami.

Bieg Główny:

- każdy zawodnik ma obowiązek posiadać na trasie, podczas całego biegu – sprawne i włączone przenośne źródło światła – czołówka, latarka itp.

- zawodnik ma obowiązek poruszać się tylko po wyznaczonej trasie.

KARY

- za udokumentowane utrudnianie biegu w Crossie Uciekiniera – 1 minuta dodana do wyniku.

- za bieg bez źródła światła na 10 km – od 3 do 10 minut dodanych do czasu biegu.

- za bieg poza trasą – od 5 minut doliczonego do czasu biegu do dyskwalifikacji.

PROGRAM IMPREZY

10.00 – otwarcie miasteczka wojskowego z ekspozycją sprzętu polskiej i amerykańskiej armii oraz otwarcie Muzeum Obozów Jenieckich

13.00 – otwarcie Biura Zawodów, wydawanie numerów i pakietów startowych

16.00 – zamknięcie Biura Zawodów i wydawania numerów

16.30 – start Biegu Dzieci i Młodzieży

17.00 – start interwałowy Crossu Uciekiniera.

18.30 – start Biegu Głównego na 10 km

20.15 – dekoracja zwycięzców Biegu Głównego i Crossu Uciekiniera

20.40 – konkurs z nagrodami

21.10 – zakończenie zawodów



**UPOWAŻNIENIE
DO ODBIORU PAKIETU STARTOWEGO
45. Cross Żagański**

Upoważniam Panią/Pana

.....
(imię i nazwisko)

Legitymującą/ego się dowodem osobistym

.....
(seria, numer)

Do odbioru mojego pakietu startowego

.....
(numer startowy, imię i nazwisko)

.....
(adres zamieszkania, data urodzenia)

Jednocześnie oświadczam, że nie istnieją przeciwwskazania medyczne do mojego udziału w zawodach i startuję w 45. Crossie Żagańskim na własną odpowiedzialność.

Niniejszym wyrażam zgodę na wykorzystywanie danych osobowych zawartych w formularzu zgłoszeniowym (zgodnie z ustawą z dnia 29.08.1997 roku o ochronie danych osobowych, Dz. Ust. nr 133) przez organizatora imprezy i podmioty współpracujące, do celów organizacyjnych.

Zapoznałem/am się z regulaminem 45. Crossu Żagańskiego, znam jego treść i zobowiązuje się do jego przestrzegania.

....., dnia...../...../2019 roku

(miejsowość)

.....
(własnoręczny podpis)

UWAGA! Do upoważnienia należy dołączyć ksero dowodu osobistego osoby biorącej udział w biegu (wyłącznie do okazania!)



**ZGODA OPIEKUNA PRAWNEGO
NA START OSOBY NIEPEŁNOLETNIEJ**
45. Cross Żagański

Ja
(imię i nazwisko opiekuna prawnego)

Niniejszym oświadczam, że jestem opiekunem prawnym córki/syna/wychowanki/wychowanka *

.....
(imię i nazwisko osoby niepełnoletniej, data urodzenia)

i wyrażam zgodę na jej/jego uczestnictwo w imprezie pn. 45. Cross Żagański (23.03.2019). Startuje on(a) na moją odpowiedzialność i ryzyko. Oświadczam, że córki/syna/wychowanki/wychowanka * jest zdrowy/a i nie ma medycznych przeciwwskazań do jej/jego udziału w zawodach. Razem zapoznaliśmy się z regulaminem 45. Crossu Żagańskiego, znamy jego treść i zobowiązujemy się do jego przestrzegania. Podane dane są prawdziwe i znane mi się przepisy art. 233 Kodeksu Karnego o odpowiedzialności karnej za podanie danych niezgodnych z rzeczywistością.

....., dnia...../...../2019 roku
(miejscowość)

.....
(własnoręczny podpis)

* Niepotrzebne skreślić