

PRZEWODNIK ZAWODNIKA



RAJD NORDIC WALKING
NA HROBACZĄ ŁĄKĘ
828 M N.P.M.



**UWAGA! ZAPLANUJ DOBRZE CZAS !
NIE BĘDZIE MOŻLIWOŚCI DOJAZDU NA MIEJSCE
STARTU SAMOCHODEM -> STRONA 2 <-**

PRZECZYTAJ BO WARTO !

Poniżej przedstawiamy kilka bardzo istotnych informacji odnośnie Rajdu Nordic Walking na Hrobaczą Łąkę
Bardzo prosimy o zapoznanie się z nimi !

V RAJD NORDIC WALKING NA HROBACZĄ ŁĄKĘ

Osoby uczestniczące w Rajdzie Nordic Walking poruszają się wyłącznie przez pierwsze 2,5 km po tej samej trasie co biegacze. Długość trasy rajdu: ok. 6 km, suma przewyższeń około 460 m.

Trasa będzie oznakowana żółto-czarnymi taśmami i poziomymi pomarańczowymi znakami na ziemi. Będą oznaczone kilometry. Bardzo prosimy o stosowanie zasad Fair Play. Nie biegniemy ! Idziemy !

Najlepsze czasy 2022 - Nordic Walking

Daniel Rymarczyk 40:44,3

Joanna Kołodziej 45:52,6

wyniki: www.bnhl.pl

NUMER ALARMOWY

Na każdym numerze startowym znajduje się numer alarmowy. Korzystaj wyłącznie w czasie wypadku podczas rajdu Nordic Walking. Możesz również zgłosić informację o zejściu z trasy.

START - SOBOTA 3.06.2023

Godzina 10:30 - start V Rajdu Nordic Walking na Hrobaczą Łąkę.

Miejsce startu: koniec ulicy Piaskowej w Kozach (nad przystankiem autobusu, asfaltem do końca, potem bita droga)

Regulaminy, multimedia, zapisy, trasy, wyniki i inne informacje znajdują się na: www.bnhl.pl.

PRZED STARTEM

BIURO ZAWODÓW

Biuro zawodów będzie działało od godziny 7:30 do 9:30 w Centrum Sportowo-Widowiskowym w Kozach przy pl. ks. Kochaja 1.

Zawodnik musi posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem.

DEPOZYT

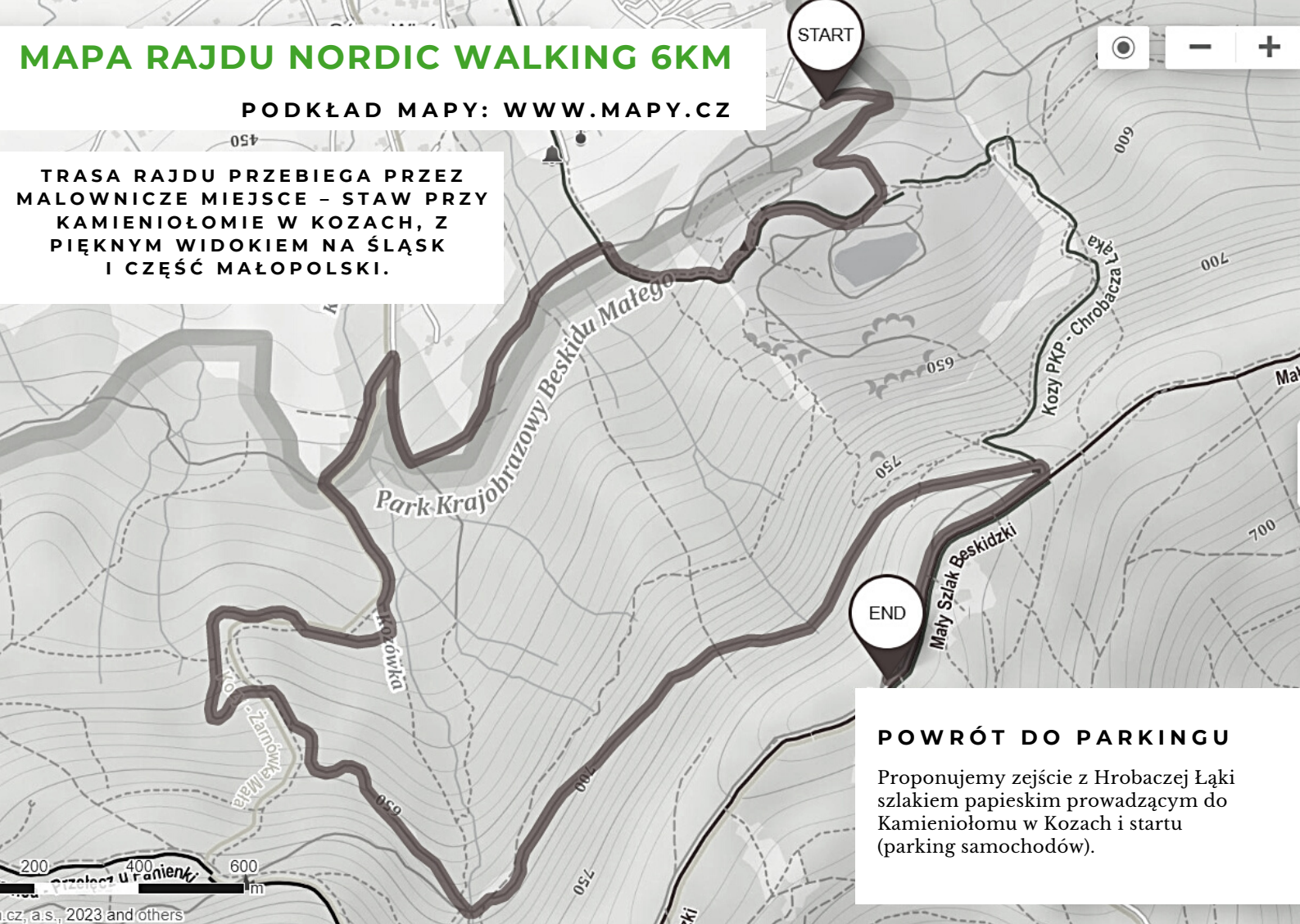
Czynny od godziny 9:00 do 10:25 w oznaczonym samochodzie w okolicach miejsca startu. Depozyt do odebrania na mecie zawodów do godziny 13.00

ZAPISZ W TELEFONIE
604 240 604

MAPA RAJDU NORDIC WALKING 6KM

PODKŁAD MAPY: WWW.MAPY.CZ

TRASA RAJDU PRZEBIEGA PRZEZ MAŁOWNICZE MIEJSCE – STAW PRZY KAMIENIOŁOMIE W KOZACH, Z PIĘKNYM WIDOKIEM NA ŚLĄSK I CZĘŚĆ MAŁOPOLSKI.



POWRÓT DO PARKINGU

Proponujemy zejście z Hrobaczej Łąki szlakiem papieskim prowadzącym do Kamieniołomu w Kozach i startu (parking samochodów).

OBOWIĄZKOWE WYPOSAŻENIE

Uczestnicy Rajdu Nordic Walking nie mają obowiązkowego wyposażenia. Zalecamy posiadanie telefonu.

ZMIANA SPOSOBU DOTRACIA NA MIEJSCE STARTU

UWAGA !! UWAGA !! UWAGA !!

Ze względu na realizowaną przez Gminę Kozy przebudowę ulicy Piaskowej nie będzie możliwości dojazdu na miejsce startu samochodem.

NA START MOŻNA DOSTAĆ SIĘ:

- busem,
- pieszo.

TRASA PIESZA NA START

Z biura zawodów na start jest 2,5 km. Odcinek ten, można pokonać w ramach rozgrzewki przed startem. Dojście będzie oznakowane pomarańczowymi strzałkami na ziemi.

Trasa z biura zawodów prowadzi ulicami: Kościelną, Beskidzką, Panienki, Piaskową. Kierujemy się w stronę kamieniołomu w Kozach.

BUS WAHADŁOWY

Umożliwimy dojazd na start busem, który będzie odjeżdżał z parkingu Centrum Sportowo – Widowiskowego. Bus będzie kursował (od godziny 8:15) wahadłowo na trasie – CSW w Kozach – przystanek autobusowy na rozwidleniu ul. Piaskowej i ul. Panienki, skąd na miejsce startu jest tylko 400m. Wyjazd busa przy pełnej obsadzie osobowej. Ostatni odjazd busa planowany jest punktualnie o godzinie 10:00 - wyłącznie dla osób udających się na Rajd Nordic Walking.



PO STARCIE

WYNIKI RAJDU

Dekoracja ok. 13:00 (polana przy wiacie obok schroniska)
Na stronie www.bgtimesport.pl będą dostępne wyniki on-line z naszego biegu i rajdu Nordic Walking.

PARKING
SAMOCHODY MOŻNA ZOSTAWIĆ NA
PL.KS.KAROLA KOCHAJA ORAZ WZDŁUŻ ULICY
CMENTARNEJ W KOZACH
SĄ TO OKOLICE BIURA ZAWODÓW

O RAJDZIE

ORGANIZATOR

Głównym organizatorem zawodów jest Centrum Sportowo-Widowiskowe w Kozach.



Posiadamy infrastrukturę sportową: m.in. kawiarnię, halę sportową, basen, stadion piłkarski, siłownię, saunę, salę tenisa stołowego, salę do ćwiczeń korekcyjnych, boisko wielofunkcyjne ze sztuczną nawierzchnią, boisko Orlik, boisko do siatkówki i koszykówki, skocznia w dal, 60 m bieżnia tartanową.

OPINIE

Znacie się na rzeczy i to co robicie jest super. Tak trzymać na najwyższym poziomie. - **Tomasz Z.**

Dużym ułatwieniem było podstawienie busa dla osób niezmotoryzowanych. Bardzo dziękuję za to. - **Joanna G.**

Byłam pierwszy raz u Was, było przepięknie, organizacja super, doping i muzyka na trasie, widoki cudne, sama trasa epicka, sponiewierana bardzo, ale dziękuję mam nadzieję, że wrócę do Was za rok. Gratulacje dla Was za organizację - **Małgorzata C.**

Z organizacją ciśnienie do przodu, SZACUN. Za rok jestem - **Marzena R.**

Jak zawsze najwyższy poziom organizacyjny. Od startu przez doping w trakcie po bębniącą metę. Po prostu sztos - **Arkadiusz K.**



Z NASZYCH BADAŃ

ANKIETOWYCH WYNIKA, ŻE:

95 %

**UCZESTNIKÓW POLECA INNYM
NASZĄ IMPREZĘ.**

DZIĘKUJEMY ZA ZAUFANIE!



**POSTAWILIŚMY SOBIE ZA CEL
ORGANIZOWAĆ NAJLEPSZY GÓRSKI RAJD
NORDIC WALKING NA PODBESKIDZIU. MA
TO BYĆ DLA WAS DOBRA ZABAWA ORAZ
SPRAWDZIAN WASZEJ KONDYCJI.
ZAPRASZAMY !**



**- KONRAD HAMERLAK
- DYREKTOR CSW W KOZACH**

NOWA KATEGORIA W 2023

W 2023 roku po raz pierwszy będzie prowadzona klasyfikacja na najlepszego zawodnika i najlepszą zawodniczkę z powiatu bielskiego. Warunkiem udziału w tej kategorii jest zameldowanie na terenie powiatu bielskiego.



**PO ODBIORZE PAKIETU ZRÓB ZDJĘCIE
NA NASZEJ ŚCIANCE I POKAŻ SWOIM ZNAJOMYM**



WSPÓŁPRACUJEMY Z NAJLEPSZYMI

GMINA KOZY

Kozy leżą w południowo-wschodniej części województwa śląskiego. Sąsiadują z miastami: Bielsko-Biała – od zachodu oraz Kętami – od wschodu. Ponadto graniczą z gminami Wilamowice (wieś Pisarzowice), Porąbka (wieś Bujaków), Czernichów (wieś Międzybrodzie Bialskie w powiecie żywieckim) oraz gminą Wilkowice. Południowa część wsi opiera się o masyw Hrobaczej Łąki i Groniczaków, co stanowi o malowniczości położenia Kóz. Tu właśnie odbywa się nasza impreza.



BIEGAM ŻEBY ŻREĆ WIĘCEJ CIASTKÓW

Jeśli nie wyobrażasz swojego życia bez gór, biegania oraz ciastków, to warto biegać z nimi.

To grupa biegowa, która prowadzi dla Was treningi na trasach naszego biegu i rajdu Nordic Walking. Oni biegają z nami na Hrobaczą Łąkę! Znajdziecie ich na Facebook!



WALIMY W KOCIOŁ

To grupa pasjonatów szeroko pojętej sztuki perkusyjnej, którzy będą Was dopingować na biegu i rajdu Nordic Walking.

ORKIESTRA DĘTA

Młodzieżowa Orkiestra Dęta z Kóz da kopa - biegaczom i kijkowcom!



PARTNERZY

SERDECZNIE DZIĘKUJEMY

