



SPORT ZA SVE - ZAGREB



*Zagrebački savez sportske rekreacije „Sport za sve“ i
Hrvatski savez nordijskog hodanja*

ORGANIZIRAJU

4. KOLO PRVENSTVA HRVATSKE U NORDIJSKOM HODANJU na 5 i 10 km

SUBOTA, 15.06.2024., ZAGREB – JEZERO BUNDEK
(sjeveroistočna istočna strana jezera)

Zagrebački savez sportske rekreacije u suradnji sa Hrvatskim savezom nordijskog hodanja, organizira
4. KOLO PRVENSTVA HRVATSKE U NORDIJSKOM HODANJU - u subotu 15.06.2024.

CILJ DOGAĐANJA je naznačiti važnost bavljenja redovitom tjelesnom aktivnošću i omogućiti našim sugrađanima aktivni boravak na otvorenom u parkovima.

Datum UTRKE: subota, 15.06.2024.,

Mjesto okupljanja i start i cilj: ZAGREB – Jezero Bundek (istočna strana Bundeka)

Vrijeme događanja: 8.00h – 12.00h

Sudionici: klubovi nordijskog hodanja iz cijele Hrvatske i iz Zagreba, te svi zainteresirani nordijski hodači

Program i satnica:

8.00 - 8.45h Prijave sudionika, podjela brojeva i startnih paketa

9.00 – Start utrke na 10 kilometara

9.15h – start utrke na 5 km

12.00h - Proglašenje pobjednika po završetku utrke

Utrku će kontrolirati suci NH i biti će praćena i regulirana INWA pravilima za utrke nordijskog hodanja. Molimo sve sudionike da poštuju pravila i uvjete utrke.

Kategorije:

13 – 16 godina - KADET

16 – 20 godina - JUNIOR

21 – 39 godina - SENOR
40 – 49 godina - MASTER A
50 – 59 godina - MASTER B
60 – 69 godina - VETERAN A
70 – 79 godina - VETERAN B

- prijave isključivo na <https://www.stotinka.hr/hrv>,

PRIJAVE i UPLATA KOTIZACIJE 25 eura do 8.06.2024. na

ZSSR“SPORT ZA SVE“, Savska cesta 137, 10000 Zagreb IBAN: HR0323600001101531928

U opisu: kotizacija za utrku – ime i prezime osobe

- **Potvrda uplate poslati na e-mail organizatora ili donijeti na start**
- kotizacija **25,00 €** (u kotizaciju je uključen startni broj, okrepa na stazi, okrepa poslije utrke, majica, bočica vode, medalje za prva tri mjesta u svakoj kategoriji)
- ukoliko se prijavite i uplatite kotizaciju do **03.06.2024.** možete birati veličinu majice
- prijave su moguće i na dan utrke direktno, kotizacija je **25,00 € u gotovini i jamči samo startni broj**

Propozicije utrke:

- staza kombinacija trave i šljunak
- duljina staze 5 km 2 kruga
- duljina staze 10 km 4 kruga
- natjecatelj mora imati štapove za NH (fiksne ili teleskopske)
- paziti na pravilnu tehniku NH da ruke izmjenično prolaze pored kukova naprijed i straga
- nema trčanja sa štapovima
- nema nošenja štapova
- paziti da se ne blokira put drugih sudionika
- staza je kombinirana trava/šljunak, gumice se ne smiju koristiti
- paziti da se broj utrke nosi ispravno, na vidljivom mjestu, naprijed i straga
- sva ostala pravila nalaze na službenoj Facebook stranici Odbora za natjecanja:
<https://www.facebook.com/profile.php?id=61555892150110>

Svi sudionici preuzimaju osobnu odgovornost za moguće nezgode. Prijavom na natjecanje daje se suglasnost za snimanje te objavu fotografija i snimljenih materijala od strane organizatora. Snimljeni materijal koristit će se isključivo za dokumentiranje i promoviranje.

Veselimo se Vašem dolasku i sudjelovanju!

Kontakt osoba: Valentina Novosel Kukolja

E-MAIL: vnovosel.sportzasve@gmail.com; Mob.: 098378241

