

5. JURIŠ NA DOVŠKO BABO

RAZPIS IN TEKMOVALNA PRAVILA ZA TEKMOVANJE V NORDIJSKI HOJI » POKAL DNEVNIK -NIKA 2015«

(predvidene štiri tekme: Maaton Radenci 16.5.2015 Juriš na Dovško Babo 20.6.2015, Terme Čatež 12.09.2015 in Haloze 7. ali 14.11.2015)

Ime tekmovanja in točkova pravila	<ul style="list-style-type: none">- POKALNO PRVENSTVO SLOVENIJE V NORDIJSKI HOJI – NIKA 2015 (druga tekma od predvidenih štirih v letu 2015)- Tekmovanje je pokalno. Za pokal se izvedeta najmanj tri tekmovanja v istem letu. (pokal dnevnik,)- Pokal za prvo mesto prejmejo tekmovalci-ke z največ zbranimi točkami na najmanj dveh tekmovanjih (rezultati se točkovno vrednotijo v obratnem vrstnem redu od števila udeležencev v posamezni kategoriji- primer: 14 udeležencev, prvi prejme 14 točk, zadnji 1)- Tekmuje se v moški in ženski konkurenci v razpisanih starostnih kategorijah.	
Kraj, čas prireditve	<ul style="list-style-type: none">- Občina Dovje Mojstrana – naselje Dovje- Sobota 20.6.2015 s startom ob 08.30 uri	
Izvajaleci:	<ul style="list-style-type: none">- Turistično društvo Dovje Mojstrana- Časopisna hiša Dnevnik, razpisi in objave na spletni strani, reportaža dogodka,- SZ ZUTS Slovenije z izobraževalno demonstratorsko vrsto za Nordijsko hojo in tek,- Zavod aktivno življenje	
Start in cilj	V središču vasi Dovje pred hišo PR KATR, cilj Cicov Rovt na poti Dovški Babi	
Opis tekmovalne proge	<ul style="list-style-type: none">- Dolžina proge 5900 m s 400 metri višinske razlike – zahtevna proga.- Proga poteka po južnem pobočju Karavank nad vasjo Dovje po makadamski poti, ki vodi skozi gozdne in pašniške predele in se približno enakomerno vzpenja. Odličen razgled na Julijske alpe s pogledi na našega očaka Triglav. Cilj je na Cicovem Rovtu 400 metrov višje.- Proga je ves čas primerno označena. <p>Priloga: slikovni pogled poteka tekmovalne proge bo priložen naslednji teden.</p>	
Tekmovalne kategorije	Tekmovalne kategorije so ločene po spolu in starosti, A: moški in ženske stari do 40 let (rojeni leta 1975 in mlajši) B: moški in ženske stari od 40 do 50 let (rojeni leta 1965 do vključno 1974) C: moški in ženske stari od 50 do 60 let (rojeni leta 1955 do vključno 1964) D: moški in ženske stari nad 60 let (rojeni 1954 in starejši)	
Prijave	Turistično društvo Dovje info@mojstrana.com ali zavod.aktivno.zivljenje@gmail.com do 15.6.2015 Štartnina je 20 € in se plača izvajalcu na startu med 08.00 in 08.30 uro. V startnino je všteto: domači piškoti, voda, malica (orlova juha, kruh, bezgov sok)	
Merjenje časa in rezultati	<ul style="list-style-type: none">- Merjenje časa opravi organizator. Meritve se opravijo elektronsko.- Rezultati se izobesijo na oglasno desko najkasneje pol ure po zadnjem prihodu v cilj.	

	<ul style="list-style-type: none"> - Rok za pritožbe bo odprt 15 minut po objavi rezultatov in bo zapisan na oglasni deski. - Pritožba stane 20€, ki se jih vrne v primeru opravičenosti pritožbe. Komisijo sestavlja vodja sodnikov, vodja tekmovanja, nevtralni sodnik, prizadeti tekmovalec in prijavitelj napake (sodnik ali drugi tekmovalec). Izid glasovanja je dokončen. - podelitev medalj na prireditvenem prostoru po zaključku tekmovanja. 	
Tekmovalna pravila	<ul style="list-style-type: none"> - Tekmovanje v nordijski hoji poteka v osnovnem dvotaktnem diagonalnem koraku; - Tekmovalec mora uporabljati palice za nordijsko hojo in tek; - Tekmovalec na tekmovalni progi ne sme teči s palicami ali palic nositi v rokah ne da bi jih aktivno uporabljal. Šteje se, da tekmovalec teče, če nima na tleh v vsakem trenutku – koraku vsaj ene noge; - Tekmovalec je ves čas tekmovanja dolžan nositi štartno številko na prsih in je ne sme prekrito z oblačili; - Tekmovalec, ki je počasnejši se mora hitrejšemu na poziv umikati v desno in ga ne sme ovirati ali zadrževati, prav tako ne sme tekmovalna skupina zapirati proge po širini. Gibanje v skupini je lahko zgolj zasledovalno-v koloni; - Tekmovalec na tekmovalni progi ne sme biti opit ali pod vplivom nedovoljenih poživil; - Tekmovalce, ki ne bodo upoštevali tekmovalnih pravil se diskvalificira in ne bodo uvrščen na listo rezultatov. 	
Sodniki	<ul style="list-style-type: none"> - Sodniki bodo nadzorovali tekmovalno progo po vsej dolžini; - O nepravilnostih bodo sestavili zapis ali fotodokumentacijo; - Sodniki so vidni in nevidni; - Eden sodnik se ves čas tekmovanja giba za zadnjim tekmovalcem. 	
Splošna določila	<p>Veljajo vsa pravila zapisana na tekmovalnih razpisih spletne strani časopisne hiše Dnevnik.</p> <p>Povzetek: tekmuje se na lastno odgovornost, organizator ne prevzema nobenih pravnih ali odškodninskih odgovornosti pri nastali škodi na zdravju ali izginotju oziroma uničenju opreme. Vso slikovno gradivo se sme uporabljati za predstavitvene in poročevalske potrebe organizatorja.</p>	
Zdravstveno varstvo	Osnovno zdravstveno varstvo je zagotovljeno.	
Opozorila	<ul style="list-style-type: none"> - Na tekmovalni progi sta dve okrepčevalnici z vodo. - Na cilju je okrepčevalnica z vodo, cedevito, lubenico in domačimi priboljški. - Vsak tekmovalec mora za varnost pred dehidracijo poskrbeti sam. - Priporočljiva oprema: športna oblačila in obutev za pohodništvo, palice za nordijsko hojo, pas ali nahrbtnik za potrebno tekočino, zdravstvena izkaznica in kontrolni kartonček z osebni podatki (velikost 10 x 5 cm, ime in priimek, letnica rojstva, spol). 	

PROGRAM PRIREDITVE:

Do 08.15

ure prihod udeležencev in plačilo startnine na prizorišč v Dovjah

Od 08.30 do 08.45 ogrevanje
Ob 09.00 start tekmovanja v nordijski hoji
Do 11. ure pričakovani prihodi v cilj
Po 12 uri Zaključne prireditve in podelitve priznanj

Glede na oddaljenost dogodka si pridružujemo pravico morebitnih sprememb urnika.