

UWAGA NIEZBĘDNE INFORMACJE

- 1** Do strefy zmian zostaną wpuszczone **TYLKO** osoby w koszulkach technicznych Biegu Firmowego. (STANDARD oraz PREMIUM). Brak koszulki technicznej Biegu Firmowego uniemożliwi wejście do strefy zmian co jest równoznaczne z dyskwalifikacją!
- 2** Zawodnicy startują zgodnie z kolejnością podaną w panelu administracyjnym na stronie WWW. Uwzględnione zostaną zmiany wprowadzone do 18 maja do godz. 10:00. Po tym terminie zmiany należy zgłaszać w Biurze Zawodów (oznaczony namiot na terenie miasteczka) 19 maja w godzinach 9:00 - 11:00. **Uwaga!** Niezgłoszone zamiany kolejności będą karane dyskwalifikacją!
- 3** Po rozgrzewce na start udają się **TYLKO** osoby startujące jako pierwsze w sztafetach (zgodnie z kolejnością podaną w panelu). W celu zachowania bezpieczeństwa prosimy o pozostanie pozostałych zawodników na stadionie LA.
- 4** Zawodnicy ustawiają się w strefie zmian zgodnie z numerem sztafety (pierwsza liczba na nr startowym). Strefa jest podzielona na części co 100 numerów počawszy od bramy START-META. Im wyższy numer startowy tym dalej od startu stoimy. Zawodnicy rywalizujący o pierwsze miejsca mogą ustawić się na startcie bez względu na posiadany numer startowy.
- 5** Czas liczony jest czasem netto, czyli liczy się od momentu przekroczenia bramy START-META zawodnika z pałeczką.
- 6** Ze względów bezpieczeństwa nie można biec z psem, ani z wózkiem. Prosimy również o nieużywanie słuchawek lub możliwie jak najbardziej ciche słuchanie muzyki podczas biegu.
- 7** Osoby biegnące wolniejszym tempem proszone są o trzymanie się prawej strony trasy tak, aby umożliwić wymijanie osobom szybszym po stronie lewej.
- 8** Po startcie pierwszej zmiany do strefy zmian zostaną wpuszczone **TYLKO** osoby startujące w sztafecie jako drugie (wskazuje na to druga liczba na numerze startowym).
- 9** W strefie zmian prosimy o stanie na linii drogi. Apelujemy o nie wchodzenie na środek drogi, aby zobaczyć nadbiegających. Warto umówić się z drużyną, w którym konkretnie miejscu w strefie będzie stać kolejny zawodnik (po lewej czy prawej stronie drogi). Można też użyć znaku rozpoznawczego - balonika, szarfy, czapeczki itd.
- 10** Zmiana w sztafecie (przekazanie pałeczki) następuje PRZED metą, ale zawodnik zmieniany w sztafecie biegnie dalej i dopiero za metą schodzi na lewo, gdzie otrzyma medal.

! PARKING DLA ZAWODNIKÓW ZNAJDUJE SIĘ NA POLACH MARSOWYCH (WJAZD OD UL. MICKIEWICZA).

! REKOMENDUJEMY I BARDZO PROSIMY O PRZYJAZD KOMUNIKACJĄ MIEJSKĄ.

! APELUJEMY O NIEPARKOWANIE AUT NA TERENACH ZIELONYCH.