**Bieg na Tyniok – trasa, sprawy techniczne**

Trasa Biegu na Tyniok, który odbędzie się w niedzielę 21 lipca liczy sobie ok. 3200 m. Odcinek asfaltowy ma 1400 m, pozostała część trasy - z najwyższym punktem na szczycie Tynioka - przebiega polnymi drogami. Trasa jest bardzo urozmaicona - patrz zdjęcia... z płaskimi odcinkami i podbiegami. Przebiega w cichym i spokojnym otoczeniu i może być nie tylko obiektem sportowej walki ale też i relaksu.

Zachęcamy zatem do startu!

Sprawy techniczne:

1. Biuro zawodów czynne od godz. 13.00 do 13.45 przy wejściu do Szkoły Podstawowej w Rastoce

2. Na starcie nie ma możliwości skorzystania z szatni

3. Odprawa techniczna ok. 13.45 na boisku przed szkołą

4. Honorowy start wspólny wszystkich uczestników nastąpi o godz. 14.00 z boiska szkolnego w Rastoce

5. Odcinek 200 m od startu to odcinek honorowy (bez ścigania) - biegacze podążają za samochodem strażackim

6. Start ostry nastąpi po zjechaniu z trasy samochodu strażackiego

7. Na odcinku asfaltowym (ok. 1400 m) biegaczy poprzedzał będzie pilot na motocyklu

8. Na najbardziej wysuniętym odcinku trasy (ok. 1700 m) ulokowany będzie punkt kontrolny - notowane będą numery przebiegających zawodników

9. Na całej trasie biegu zawodnikom towarzyszyć będzie samochód strażacki z ratownikiem medycznym (na końcu stawki biegaczy)

10. Na mecie nie będzie możliwości skorzystania z szatni czy prysznica

11. Wręczenie nagród nastąpi po zakończeniu konkurencji dla dzieci i podliczeniu wyników

12. Potańcówka przy kapeli i ognisku

13. Ze względu na specyfikę biegu (meta w innym miejscu niż start) zwracamy uwagę zawodnikom, którzy przyjadą na start samochodem bez osoby towarzyszącej (kierowcy) na konieczność powrotu na miejsce startu. Organizator zapewnia transport powrotny tylko dla najmłodszych uczestników. Nie ma natomiast żadnego problemu z przejazdem samochodu prowadzonego przez osobę towarzyszącą startującemu biegaczowi z miejsca startu na metę.

14. W związku z ograniczonymi możliwościami parkingowymi wokół Szkoły w Rastoce i w sąsiedztwie Organizator nie gwarantuje miejsca parkingowego zawodnikom przybywającym na start Biegu. Zaleca się przyjazd z drugą osobą (kierowcą), który uda się samochodem na miejsce, w którym usytuowana jest meta (szczyt Tynioka).