

**MAZOWIECKIE IGRZYSKA SAMORZĄDOWCÓW**

**Regulamin szczegółowy**

**BIEGI PRZEŁAJOWE:**

Bieg odbywa się na dystansie 1500 metrów wokół zbiornika rekreacyjnego „Zalew Karczunek” na ścieżce o nawierzchni szutrowej.

W biegu startują wszyscy chętni, którzy zostaną podzieleni na dwie kategorie wiekowe: do lat 40 (osoby urodzone w 1982 roku i młodsze) i powyżej 40 lat (osoby urodzone w 1983 roku i starsze). Kategorie stosuje się także z podziałem dla kobiet i mężczyzn.

Zawodnicy nie mogą biegać w kolcach. W sprawach spornych decyzję podejmuje sędzia biegu po ew konsultacji z organizatorem.

Organizator nie ponosi odpowiedzialności za stan zdrowotny zawodników.

Zapisy w dniu zawodów na miejscu rozgrywania konkurencji.

**KAJAKI:**

Dyscyplina bez podziału na kategorie wiekowe z udziałem dwóch osób (obowiązkowo kobieta plus mężczyzna). Każdy samorząd może zgłosić maksymalnie 3 ekipy dwuosobowe.

Dystans do przepłynięcia: 150 metrów.

Zapisy w dniu zawodów na miejscu rozgrywania konkurencji.