

**REKOMENDACJE I ZALECENIA DLA UCZESTNIKÓW AMP w BIEGACH PRZEŁAJOWYCH****23-24.10.2020**

- 1. UWAGA: Zmiana rozpoczęcia pracy biura zawodów:** Biuro zawodów czynne jest od 16.30 do 19.30. Obowiązuje bezwzględny nakaz zakrywania twarzy i nosa.
- 2.** Do biura zawodów prawo wejścia mają wyłącznie kierownicy ekip. Podczas weryfikacji kierownik drużyny zostawia dokumenty w teczce/kopercie Komisji Weryfikacyjnej, a następnie odbiera je w wyznaczonym czasie przez weryfikatora. Teczka/koperta powinna być opisana nazwą uczelni oraz danymi kontaktowymi do kierownika.
- 3.** W biurze zawodów obowiązuje ruch jednokierunkowy. Kierownicy ekip:
 - przekazują w teczce weryfikatorom stosowne dokumenty w tym oświadczenia uczestników,
 - otrzymują numery startowe,
 - otrzymują pakiety startowe dla całej ekipy,
 - odbierają talony na posiłki.
- 4.** Kierownik ekipy może zwrócić się do właściciela pensjonatu lub recepcji hotelu o możliwość opuszczenia pokoi w godzinach późniejszych niż godziny ustalone w danym obiekcie hotelowym.
- 5.** W pensjonacie lub hotelu należy ustalić kolejność spożywania posiłków przez ekipy.
- 6.** Uczestnicy AMP winni stosować się do zasad sanitarnych związanych z pandemią obowiązujących w miejscach zakwaterowania, wyżywienia i weryfikacji.
- 7.** Ze względu na ograniczenia związane z pandemią program został nieco zmieniony. Po swoim biegu należy w miarę możliwości szybko opuścić miejsce rozgrywania zawodów.
- 8.** Na miejscu zawodów powinni przebywać tylko zawodnicy startujący na danym dystansie, trener/trenerzy lub kierownik ekipy.
- 9.** W ceremonii otwarcia biorą udział zawodniczki z pierwszego biegu na 3 km i trenerzy i kierownicy wszystkich ekip.
- 10.** W ceremonii medalowej mogą uczestniczyć tylko zawodnicy, którzy będą dekorowani oraz trenerzy lub kierownicy ekip.



PROGRAM MINUTOWY MISTRZOSTW

24.10.2020

godz. 10.00 - UROCZYSTE OTWARCIE MISTRZOSTW

godz. 10.30 - Bieg kobiet 3 km

godz. 11.10 - Bieg mężczyzn 4,5 km

godz. 12.00 - Bieg kobiet 6 km

godz. 12.55 - Bieg mężczyzn 9 km

godz. 13.55 - Oficjalne ogłoszenie wyników, ceremonia dekoracji