

## **Harmonogram XI Biegu Leśnika Nadleśnictwo Skierniewice**

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>09:20-11:00</b> | <b>Rejestracja uczestników, rozdanie numerów startowych, chipów, koszulek</b>   |
| <b>11:20</b>       | <b>Sztafeta rodzinna</b>  |
| <b>do 11:35</b>    | <b>Rozdanie upominków uczestnikom sztafety rodzinnej</b>  |
| <b>11:35</b>       | <b>START BIEGU – trasa czerwona ok. 10 km</b>   |
| <b>11:45</b>       | <b>START BIEGU – trasa zielona ok. 3,5 km</b>   |
| <b>do 12:40</b>    | <b>Rozdanie upominków oraz medali dla uczestników trasy zielonej, posiłek regeneracyjny, degustacja produktów „Dobre z lasu”</b>  |
| <b>do 13:00</b>    | <b>Rozdanie upominków oraz medali dla uczestników trasy czerwonej, posiłek regeneracyjny, degustacja produktów „Dobre z lasu”</b> |
| <b>13:00</b>       | <b>Dekoracja zwycięzców biegu</b>   |
| <b>13:30</b>       | <b>Zakończenie imprezy</b>  |

## **Program imprezy**

### **XI Biegu Leśnika**

**Miejsce zbiórki:** Parking przy stadionie MLKS „Widok” Skierniewice

**Zapisy:** na stronie [www.zapisy.inessport.pl](http://www.zapisy.inessport.pl) lub w biurze zawodów w godzinach 9:20-11:00 w dniu zawodów

**Start sztafety rodzinnej** na dystansie ok 600 m 11:20

**Start biegu** na dystansie 10 km 11:30

**Start biegu** na dystansie 3,5 km 11:40

#### **Trasy wszystkich biegów:**

drogi i linie podziału powierzchniowego obszarów leśnych –

**Start i meta biegu:** na skraju lasu (obok stadionu MKLS „Widok” Skierniewice)

**Zakończenie imprezy:** 16.09.2023 r. ok. godz. 13:30

#### **Opis X Biegu Leśnika:**

16 września 2023 r., Nadleśnictwo Skierniewice, organizuje „XI Bieg Leśnika”. Impreza ma charakter otwarty - wszystkich chętnych serdecznie zapraszamy. To doskonała okazja do aktywnego spędzenia wolnego czasu w bliskim kontakcie z naturą. Regulamin biegu, mapę dojazdu, trasy biegu można pobrać ze strony internetowej [www.skierniewice.lodz.lasy.gov.pl](http://www.skierniewice.lodz.lasy.gov.pl). Zapisy przyjmujemy on-line pod adresem: [www.zapisy.inessport.pl](http://www.zapisy.inessport.pl) Każdy uczestnik jest zobowiązany wpłacić darowiznę na Fundację Pomocy Zwierzętom ROKA w wysokości 20 zł/ Darowizna w całości będzie wykorzystana na cele statutowe Fundacji.

Wszyscy uczestnicy na starcie otrzymają chipy do elektronicznego pomiaru czasu, numery startowe oraz pamiątkowe koszulki. Dla wszystkich uczestników biegu przewidziane są upominki, a dla zwycięzców atrakcyjne nagrody. Zapewniamy poczęstunek oraz opiekę medyczną.

Dodatkowe informacje pojawiać się również będą na portalu [facebook.com](https://www.facebook.com) ([www.facebook.com/NadlesnictwoSkierniewice](https://www.facebook.com/NadlesnictwoSkierniewice)).