

RAZPIS IN TEKMOVALNA PRAVILA ZA TEKMOVANJE V NORDIJSKI HOJI
» POKAL DNEVNIK -NIKA 2015«
4 tekma

Ime tekmovanja in točkovalna pravila	<ul style="list-style-type: none"> - POKALNO PRVENSTVO SLOVENIJE V NORDIJSKI HOJI – NIKA 2015 (ČETRТА-zadnja tekma 2015) - Tekmovanje je pokalno. Za pokal se izvedeta najmanj tri tekmovanja v istem letu. (Maraton Radenci, Šprint na Dovško babo, Terme Čatež-Nika, Haloze) - Pokal za prvo mesto prejmejo tekmovalci-ke z največ zbranimi točkami na najmanj treh tekmovanjih (rezultati se točkovno vrednotijo v obratnem vrstnem redu od števila udeležencev v posamezni kategoriji- primer: 14 udeležencev, prvi prejme 14 točk, zadnji 1) - Tekmuje se v moški in ženski konkurenci v razpisanih starostnih kategorijah. - Pokal za leto 2015 se podeli na prireditvi »Dan nordijske hoje z Niko 2016« 	
Kraj, čas prireditve	<ul style="list-style-type: none"> - Občina Podlehnik – naselje Gorca v Halozah - Sobota 7.11.2015 s pričetkom ob 10.00 uri. 	
Izvajalci:	<ul style="list-style-type: none"> - Časopisna hiša Dnevnik, razpisi in objave na spletnih straneh Dnevnikov športni klub – rezultati tekmovanj nordijske hoje in razpisi. - SZ ZUTS Slovenije z izobraževalno demonstratorsko vrsto za Nordijsko hojo in tek, - Turistično društvo Podlehnik in Zavod aktivno življenje 	
Start in cilj	Prireditveni prostor ob viničarskem muzeju in stavbah TD Podlehnik v vasi Gorca	
Opis tekmovalne proge	<ul style="list-style-type: none"> - Dolžina proge cca 7000 m – zahtevna proga. - Glavni del proge poteka v vinorodnem okolju haloške vasi Gorca pri Podlehniku. Zaradi ugodne lege na severnem robu haloškega hribovja je tu krasen razgled na celotno Podravje in Slovenske gorice na severu, od Goričkega, Hrvaškega Zagorja in v ospredju Prlekije na vzhodu, na zahodu seže pogled do Pohorja, Kamniško Savinjskih Alp v ospredju pa vidimo zadnjega karavanškega osamelca Boč, s pogledom proti jugu pa sega pogled preko osrčja Haloz do Donačke gore, nato Dolgo goro oziroma preko meja Hrvaške vse do Zagrebškega Sljemena in Trakovščana v ospredju. - Višinska razlika dosežena na celi progi je približno 200 m. Start cca 400 NMV, obračališče in krožni potek proge po vinogradih pa se spusti do cca 320 metrov nato pa še kakšen mali spust in postopen dvig proge nazaj do cilja - Proga je ves čas primerno označena. <p>Priloga: slikovni pogled tekmovalne proge bo priložen.</p>	
Tekmovalne kategorije	<p>Tekmovalne kategorije so ločene po spolu in starosti,</p> <p>A: moški in ženske stari do 40 let (rojeni leta 1975 in mlajši)</p> <p>B: moški in ženske stari od 40 do 50 let (rojeni leta 1965 do vključno 1974)</p> <p>C: moški in ženske stari od 50 do 60 let (rojeni leta 1955 do vključno 1964)</p> <p>D: moški in ženske stari nad 60 let (rojeni 1954 in starejši)</p>	

Prijave	<p>E naslov nht.haloze@gmail.com do 2.11.2014 ali na kraju dogodka.</p> <p>Štartnina je 20€ in se plača na Zavod aktivno življenje, Zgornja Pristava 24, 2323 Ptujška Gora TR 61000-0001005461 najkasneje do 2.11.2014 ali se poravna na startu prireditve</p> <p>Prijava na dan prireditve je 25.00 €.</p> <p>V startnino je všteti čaj ob prihodu, voda na progi, kosilo na žlico, 2dcl vina ali brezalkoholni napitek, domače dobrote na mizi.</p>	
Merjenje časa in rezultati	<ul style="list-style-type: none"> - Merjenje časa opravi organizator. Meritve se opravijo elektronsko- ročno kot na prejšnjih tekmovanjih. Tekmovalci prejmejo tekmovalne kartončke. - Rezultati se izobesijo na oglasno desko najkasneje pol ure po zadnjem prihodu v cilj. - Rok za pritožbe bo odprt 15 minut po objavi rezultatov in bo zapisan na oglasni deski. - Pritožba stane 20.00 €, ki se jih vrne v primeru opravičenosti pritožbe. Komisijo sestavlja vodja sodnikov, vodja tekmovanja, nevtralni sodnik, prizadeti tekmovalec in prijavitelj napake (sodnik ali drugi tekmovalec). Izid glasovanja je dokončen. <p>Podelitev priznanj se izvede na glavnem prireditvenem prostoru za vse moške in ženske kategorije cca 2 uri po zaključku tekmovanja.</p>	
Tekmovalna pravila	<ul style="list-style-type: none"> - Tekmovanje v nordijski hoji poteka v osnovnem dvotaktnem diagonalnem koraku. - Tekmovalec na tekmovalni progi ne sme teči s palicami ali palic nositi v rokah ne da bi jih aktivno uporabljal. Šteje se, da tekmovalec teče, če nima na tleh v vsakem trenutku – koraku vsaj ene noge. - Tekmovalec je ves čas tekmovanja dolžan nositi štartno številko na prsih in je ne sme prekrito z oblačili. - Tekmovalec, ki je počasnejši se mora hitrejšemu na poziv umikati v desno in ga ne sme ovirati ali zadrževati, prav tako ne sme tekmovalna skupina zapirati proge po širini. Gibanje v skupini je lahko zgolj zasledovalno-v koloni. - Tekmovalec na tekmovalni progi ne sme biti opit ali pod vplivom nedovoljenih poživil. - Tekmovalce, ki ne bodo upoštevali tekmovalnih pravil se diskvalificira in ne bodo uvrščeni na listo rezultatov. 	
Sodniki	<ul style="list-style-type: none"> - Sodniki bodo nadzorovali tekmovalno progo po vsej dolžini. - O nepravilnostih bodo sestavili zapis ali fotodokumentacijo. - Sodniki so vidni in nevidni. - Eden sodnik se ves čas tekmovanja giba za zadnjim tekmovalcem. 	
Splošna določila	<p><i>Veljajo vsa pravila zapisana na tekmovalnih razpisih spletne strani časopisne hiše Dnevnik.</i></p> <p><i>Povzete: tekmuje se na lastno odgovornost, organizator ne prevzema nobenih pravnih ali odškodninskih odgovornosti pri nastali škodi na zdravju ali izginotju oziroma uničenju opreme. Vso slikovno gradivo se sme uporabljati za predstavitvene in poročevalske potrebe organizatorja.</i></p>	
Zdravstveno varstvo	<p><i>Osnovno zdravstveno varstvo je zagotovljeno.</i></p>	

Opozorila	<ul style="list-style-type: none"> - Na tekmovalni progi je ena okrepčevalnica z vodo. - Vsak tekmovalec mora za varnost pred dehidracijo poskrbeti sam. - Priporočljiva oprema: športna oblačila in obutev za pohodništvo, palice za nordijsko hojo, pas ali nahrbtnik za potrebno tekočino, zdravstvena izkaznica in kontrolni kartonček z osebnimi podatki (velikost 10 x 5 cm, ime in priimek, letnica rojstva, spol). - V primeru napovedi izjemno slabega vremena si pridržujemo pravico odpovedi ali prestavitve tekmovanja dva dni pred izvedbo. 	
-----------	--	--

PROGRAM PRIREDITVE:

Do 10. ure prihod udeležencev na prizorišč Gorca pri Podlehniku

10.00 do 10.30	prevzem štartnih števil, ki so hkrati bon za kosilo in morebitne dodatne prijave
10.30 do 11.00	čas za ogrevanje
11.00	start tekmovanja
do 13. ure	pričakovani prihodi v cilj
13.00 do 14.00	pogostitev (kosilo na žlico, zapitek in haloške dobrote iz mize kmečkih žena)
13.00 do 14.00	objave rezultatov tekme na oglasni deski
14.30	kratak program in podelitev priznanj zmagovalcem
15.00	Zaključek in slovo

POSEBNO OBVESTILO ZA zainteresirane POHODNIKE:

Člani športnega kluba Dnevnik in vsi željni pohodništva s palicami po smučarsko se lahko prijavite na pohod po haloških gričih.

Start in cilj pohoda bo na skupnem prizorišču na Gorci pri Podlehniku-vinogradniški muzej. Za udeležence pohoda je pripravljena ena pohodniška pot, ki ni zahtevna. Dolžina poti je do 10 kilometrov in je krožna. Z manjšimi postanki se bomo potepali cca 3 ure. V kolikor je za posamezne udeležence želja krajšega sprehoda ga bomo organizirali, če bo vsaj 10 zainteresiranih. V nasprotnem primeru pa se bodo pohodniki z manjšo telesno pripravljenostjo na poti preprosto ustavili, se odpočili in obrnili, se vrnili na startno-ciljni prostor. Na poti ni predvidenih okrepčevalnic z vodo zato morajo pohodniki imeti potrebne napitke s seboj.

Za vse pohodnike veljajo vsa pravila zapisana na razpisih spletne strani časopisne hiše Dnevnik.

Povzetek: udeležba na lastno odgovornost, organizator ne prevzema nobenih pravnih ali odškodninskih odgovornosti pri nastali škodi na zdravju ali izginitju oziroma uničenju opreme. Vso slikovno gradivo se sme uporabljati za predstavitvene in poročevalske potrebe organizatorja.

Prijave do 2.11.2015 na e. naslov: nht.haloze@gmail.com

Startnina pohoda za prijavljene je 15.00€ in se plača na zbirnem mestu pri TD Podlehnik (15€ za prijavljene). Nenapovedana prijava na dan prireditve je 20.00 €.

Pohodnik ob prihodu na prijavnico prejme bon za čaj, kosilo na žlico, dobrote iz mize kmečkih žena in 2 dcl vina-mošta.

Za vse udeležence bo mogoča tudi degustacija vin in mošta v degustacijski kleti vinogradniškega muzeja. Degustacija ni všteta v ceno prireditve. Možen bo tudi nakup haloških vin.....

Na naš haloški dogodek vljudno vabljeni vsi ljubitelji NORDIJSKE HOJE IN TEKA. Posebno povabilo velja predvsem tekmovalcem, ki bodo imeli na voljo zadnjo tretjo tekmo za dnevnikov pokal 2015. Odprtih mest za doseg zmage je zares ogromno. Poglejte skupne rezultate na spletni strani Dnevnikovega športnega kluba in lahko se zgodi, da se odloči o zmagovalcu prav na zadnji tekmi.

Torej:

*PRIDITE MED ČUDOVITE GRICE IN VINSKE GORICE.
TOD SE ODPIRA POGLED PO VSEJ DEŽELI ŠTAJERSKI, POLNI RODOVITNIH RAVNIC,
DOSEŽE RAZIGRANOST GRICEV SLOVENSКИH GORIC IN NENAZADNJE NA ZAHODU DO
KAMNIŠKO SAVINJSКИH ALPSКИH VRŠACEV IN NJIH IZOSTRENIH GORSКИH ŠPIC.*

*KO PA HALOŽAN V DOBRI DRUŽBI ZVRNE KOZARČEK AL DVA,
SKUPAJ Z GOSTI,
DOSEŽE POGLED POVSEM DO ZVEZDNEGA NEBA.*

Kako do dnevnega cilja:

Na pot se lahko odpravite po tisočeri poteh. Najsigurneje pa se ne boste izgubili, če se zapeljete po avtocesti v smeri Ptuja. Tam se namesto izvoza za Ptuj odločite, da pot nadaljujete proti republiki Hrvaški. Na hitro se avtocesta konča in že ste na dvopasovnici, ki vodi proti mejnemu prehodu Gruškovje. Od zaključka avtoceste naprej prevozite prvo križišče z lokalno cesto Videm-Lancova vas nato čez reko Polskavo in po 100 metrih že naravnost preko križišča z regionalno cesto za Majšperk. Nato po cca 1km prečkate reko Dravinjo (OD KONCA AVTOCESTE JE GRADBIŠČE VSE DO DRAVINJE) in ste v Halozah. Po kakšnem kilometru zmanjšujete hitrost in zavijete na prvi asfaltirani odcep precej ostro desno. Na levi boste opazili vas Podlehnik. Tu ste že tik pred ciljem in že v vasi Gorca, ki se razteza na prvem haloškem grebenu v smeri zahoda. Vsa križišča z lokalnimi cestami bodo od izstopa iz magistralne ceste naprej označena s posebnimi letaki z napisom NHT.

Če ste se morda zapeljali mimo prej opisanega odcepa boste na desni zagledali bencinsko črpalko. Ne obračajte, ker je prekršek. Zapeljite se po lokalni cesti do mostu preko magistralne ceste in se preko mostu vrnite po vzporedni cesti nazaj do mesta kjer vas bo vodila preko magistralke. Prečkajte jo in spet boste na pravi poti. Kot ADUT v žepu pa vam ostane tudi mobilna številka 041 758 303 – Liki.

V veselem pričakovanju med in na gričih!

Vaši demonstratorji NHT iz SZ ZUTS pod taktirko Liki-ja