



**PROPOZICIJE 3. HRVATSKOG NATJECANJA U NORDIJSKOM HODANJU
NA 4. VARAŽDINSKOM FESTIVALU NORDIJSKOG HODANJA I PJEŠAČENJA**

VARAŽDIN, 28.09.2019.

(PROPOZICIJE OVOG NATJECANJA U NORDIJSKOM HODANJU SU USKLAĐENE SA PRAVILIMA NATJECANJA INWA-e ZA SVJETSKI KUP U 2019. GODINI, koje smo dobili nedavno od HSNH)

1. Natjecanje u nordijskom hodanju se odvija u osnovnom dvotaktnom dijagonalnom koraku.
2. Natjecatelj mora imati štapove za NH (fiksne ili teleskopske) i ispravno ih upotrebljavati. Mora imati gumice na vrhovima štapova na tvrdoj podlozi, te iste skinuti na mekoj podlozi. Za ove zahvate određuje se prostor na prelazu sa tvrde na meku podlogu, posebno označen žutim trakama na zemlji dužine 5 i širine 4 metra (na kraju Uršulinske ulice).
3. Natjecatelj na natjecateljskoj ruti ne smije trčati sa štapovima, niti ih nositi u rukama, a da ih aktivno ne upotrebljava. Smatra se da natjecatelj trči, ako nema na tlu, u svakom trenutku – koraku, jednu nogu.
4. Sporiji natjecatelj se mora, bržem natjecatelju, na njegov poziv, skloniti u desno i ne smije ga ometati ili zadržavati. Natjecateljska skupina – grupa, ne smije zatvarati natjecateljsku rutu po širini. Kretanje u skupini – grupi je određeno : u koloni
5. Natjecanje u nordijskom hodanju kontroliraju suci-kontrolori i mjeritelji vremena, koje određuje organizator natjecanja. Mjeritelji vremena mjere svakom natjecatelju ukupno vrijeme potrebno da svlada rutu , te dostavljaju organizatoru natjecanja rezultate .
6. Natjecatelj može biti diskvalificiran, od strane suca-kontrolora ili mjeritelja vremena, ako se ne pridržava navedenih propozicija, tj., ako ih krši. Zbog nepridržavanja ovih propozicija natjecatelju se može dodijeliti žuti karton. U slučaju dobivanja 3 žuta kartona, natjecatelj je diskvalificiran. Sudac – kontrolor može dati sam jedan žuti karton po sudioniku natjecanja.
7. Suci – kontrolori dodijelit će diskvalifikacijski CRVENI karton kada sudionik natjecanja :

7.1. Ne prati rutu utrke

7.2. Ne prati specifične upute suca-kontrolora utrke

7.3. Verbalno ili fizički zlostavlja bilo kojeg suca-kontrolora ili drugog sudionika

7.4. Ponaša se neprimjereno i narušava red

7.5. Već je dobio 2 žuta kartona i krši propozije po treći put. Tri su žuta kartona jednaka diskvalifikacijskom crvenom kartonu, koji znači isključenje sa natjecanja .

8. Slijedeće se dobne kategorije primjenjuju i za muškarce i za žene za individualnu utrku:

8.1. **JUNIOR** – mlađi od 20 godina

8.2. **SENIOR** – stariji od 21 godina

8.3. **MASTER** - 40 -59 godina

8.4. **VETERAN A** – 60 -69 godina

8.5. **VETERAN B** - stariji od 70 godina

Napomena : Sudionici stariji od 40 godina smiju se prijaviti u kategoriju SENIOR 21+, umjesto u vlastitu, ako to žele.

9. Osim individualne utrke na ovom natjecanju **se može prijaviti i za ekipnu utrku 100+** (pojedinačni natjecatelji mogu sastaviti ekipu od 4 člana/članice, ili mješovito, koji se mogu istovremeno natjecati i pojedinačno i kao članovi ekipe. Ukupna dob 4 člana mora biti više od 100 godina).

10. 3. Hrvatsko natjecanje u nordijskom hodanju se odvija na ruti dužine 5 km (3 kruga).

11. Podloga po kojoj se kreću natjecatelji : beton, asfalt, kaldrma, zemlja i sitni tucanik. Visinska razlika je 8 metara.

12. Broj sudionika na 3. Hrvatskom natjecanju u nordijskom hodanja, je ograničen na 100 natjecatelja i natjecateljica. Za natjecanje će biti postavljena osvježavajuća postaja sa vodom na kraju Uršulinske ulice.

13. Natjecanje u nordijskom hodanju se odvija u užoj gradskoj jezgri grada Varaždina, gdje je zabranjen promet motornim vozilima. Start je na Kapucinskom trgu, kao i cilj.

14. Natjecatelji u nordijskom hodanju se moraju pridržavati slijedeće rute: Start na Kapucinskom trgu, ulica I.Cankara, ulica Kačićeva, Uršulinska ulica, penjanje na zemljane bedeme Starog grada (sa desne strane), spuštanje sa bedema (sa lijeve strane), Uršulinska,

Draškovićeva, A.Opolski, cilj na Kapucinskom trgu, tri kruga, ukupno 5 km. Smjer rute natjecanja će biti označen, a pokazivat će ga i suci-kontrolori.

15. Prijave sudionika natjecanja u nordijskom hodanju se primaju do 24.09.2019., a mogu se izvršiti i na sam dan održavanja 4.varaždinskog festivala NH i P, najkasnije 15 min prije početka, ako ima slobodnih mjesta.

16. Prijavljeni sudionici natjecanja dobivaju brojeve sa zihericama koje moraju istaknuti na prednjem dijelu tijela i imati ih cijelo vrijeme natjecanja.

17. Kotizacija za sudjelovanje na 3. Hrvatskom natjecanju u nordijskom hodanju, individualno natjecanje - iznosi 20,00 HRK po natjecatelju, i ekipno natjecanje (4 natjecatelja) - iznosi 40,00 HRK po ekipi, i treba se uplatiti na račun Kluba nordijskog hodanja Varaždin, IBAN u prijavnici, do 24.09.2019., ili na sam dan natjecanja, 15 minuta prije starta, ako ima slobodnih mjesta.

18. Nagrade su medalje za 1.,2. i 3. mjesto u svakoj kategoriji i ekipnoj prijavi , a u ukupnom plasmanu pehari i štapovi za nordijsko hodanje, koji će biti uručeni na pozornici.

19. Natjecatelji se natječu na osobnu odgovornost. Organizator ne odgovara za posljedice u slučaju nezgode natjecatelja, ali je dužan pozvati interventnu službu Hitne medicinske pomoći.

20. Organizator osigurava jednog volontera Društva Crvenog križa Grada Varaždina, sa potrebnom opremom pve pomoći na startu i cilju 3. Hrvatskog natjecanja u nordijskom hodanju

21. Natjecatelj ili natjecateljica, koji misle da su oštećeni, mogu uložiti usmeni prigovor organizatoru natjecanja, koji ga mora odmah riješiti, u skladu s ovim propozicijama i Pravilima natjecanja INWA 2019.

22. PRIJAVA ZA 3. HRVATSKO NATJECANJE U NORDIJSKOM HODANJU se vrši na posebnim obrascima – prijavnicama (Prijavnica za grupnu prijavu, prijavnica za individualnu prijavu i prijavnica za ekipnu prijavu), koji se nalazi u prilogu ovih Propozicija.

23. U slučaju oštećenja štapa za NH tijekom utrke, sudionik treba nastaviti pazeći na sve tehničke stavke NH, do slijedeće postaje (okrepna stanica ili start/cilj) gdje ćemu se dati novi štapovi za NH, ili će se nastaviti natjecati s neoštećenim štapom.

24. Rezultati natjecanja će biti objavljeni na društvenim mrežama i izvješćima javnih medija, kao i oglasnoj ploči u blizini pozornice i na stranici HSNH i KNHV, s čime se natjecatelji slažu, kao i objavom fotografija .

25. Sudionici natjecanja u NH trebaju nositi prikladnu odjeću i obuću na natjecanju. Ne smiju upotrebljavati slušalice za uši.

Propozicije izradio : SrećkoRadulović

