

ZAPRASZAMY NA „BIEGÓWKI 2025”

07.02.2025

**ZAPRASZAMY NA „BIEGÓWKI 2025”**

### **ZAPRASZAMY NA „BIEGÓWKI 2025”**

Szanowni Państwo,

Zapraszamy Państwa do udziału we wspólnych zajęciach nauki jazdy na nartach biegowych, a po szkoleniu na posiłek regeneracyjny i spotkanie integracyjne przy ognisku.

Wydarzenie zaplanowaliśmy na dzień 23 lutego 2025 roku (niedziela) w Klikuszowej.

Zapraszamy zarówno osoby rozpoczynające przygodę z narciarstwem biegowym, jak i osoby zaawansowane, które mogą korzystać z tras biegowych bez instruktora. Na miejscu istnieje możliwość wypożyczenia sprzętu.

Trasy biegowe w Klikuszowej koło Nowego Targu usytuowane są u podnóża Turbacza, najwyższego szczytu Gorców. To świetnie przygotowane miejsce szkoleniowo-rekreacyjne dla amatorów narciarstwa biegowego oraz zawodowców. Trasa liczy 1,8 km długości.

Zajęcia będą prowadzone przez wykwalifikowanych instruktorów. Zachęcamy do wzięcia udziału w szkoleniu wszystkich Członków OIRP w Krakowie oraz ich Rodziny, w tym dzieci w wieku od 5 lat.

Miejsce: Centrum Narciarstwa Biegowego Gorce Klikuszowa, Klikuszowa 246, 34-404 Klikuszowa <https://www.cnklikuszowa.pl/>

Dojazd: własny lub zorganizowany przez OIRP Kraków

Godzina i czas szkolenia: zbiórka w Klikuszowej 9.30; rozpoczęcie szkolenia 10.00; czas trwania szkolenia ok. 2h z przerwą na herbatkę; po szkoleniu: ognisko dla wszystkich uczestników wyjazdu.

Wszystkich zainteresowanych prosimy o zgłoszenia na adres: [sport@oirp.krakow.pl](mailto:sport@oirp.krakow.pl)

W zgłoszeniu należy wskazać:

- czy chcą Państwo uczestniczyć w szkoleniu z instruktorem,
- czy chcą Państwo wypożyczyć sprzęt (w celu wypożyczenia sprzętu konieczne jest podanie w treści zgłoszenia swojego wzrostu oraz numeru buta),
- czy są Państwo zainteresowani skorzystaniem z dojazdu zorganizowanego przez OIRP Kraków (koszty transportu pokrywa Izba; szczegóły co do czasu i miejsca zbiórki w Krakowie zostaną podane zainteresowanym w osobnej wiadomości).

Koszty po stronie uczestników:

- 100 zł dla osób korzystających ze szkolenia z instruktorem (kwota zawiera koszt wypożyczenia sprzętu, instruktora oraz wejścia na obiekt)

lub

- 50 zł dla osób niekorzystających ze szkolenia (kwota zawiera koszt wypożyczenia sprzętu i wejścia na obiekt)

lub

- 20 zł za samo wejście na obiekt, dla osób niekorzystających z zajęć z instruktorem i posiadających własny sprzęt.



Koszty poczęstunku przy ognisku pokrywa OIRK Kraków.

Prosimy o zapisy na adres: [sport@oirp.krakow.pl](mailto:sport@oirp.krakow.pl) do wtorku 18 lutego 2025 roku, do godz. 15.00.

Płatność za szkolenie, wypożyczenie sprzętu i wejście na obiekt będzie dokonywana indywidualnie w miejscu szkolenia, w gotówce. Dokonanie zgłoszenia na Biegówki 2025 jest równoznaczne z obowiązkiem zapłaty za zajęcia.

Ewentualne pytania można kierować na adres: [sport@oirp.krakow.pl](mailto:sport@oirp.krakow.pl)

Wszyscy uczestnicy powinni ubrać się jak na bieganie w zimie. Sugerujemy, aby dolna część garderoby nie chłonęła wody. Strój powinien być lżejszy, niż na narty zjazdowe. Proszę koniecznie pamiętać o rękawiczkach.

Na ognisku czekać będzie na nas poczęstunek oraz ciepła herbata.

Zastrzegamy możliwość odwołania zajęć z powodu m.in. zbyt małej ilości uczestników lub niekorzystnych warunków pogodowych.

Do zobaczenia!