**Udruga nordijskog hodanja i pješačenja Drava**

V. Vežića 14a, 42 000 Varaždin

unhip.drava@gmail.com

mob: 095 3575 494

**PRIJAVNICA**

**ZA 2. HRVATSKO NATJECANJE U NORDIJSKOM HODANJU**

INDIVIDUALNE PRIJAVE ZA RUTU NA 5 KM

1. IME I PREZIME: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Godina rođenja: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. Broj mobitela: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
4. E-mail: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
5. NAZIV KLUBA, UDRUGE, SEKCIJE, INDIVIDUALAC:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. MJESTO: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. DRŽAVA: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ZAOKRUŽITI SLOVO ISPRED KATEGORIJE U KOJOJ SE ŽELITE NATJECATI

(nazivi se odnose na žene i muškarce):

A) JUNIORI – do 19 godina

B) SENIORI – od 20 do 39 godina

C) MLAĐI VETERANI – od 40 do 59 godina

D) STARIJI VETARANI - od 60 godina nadalje

Prijavnicu je potrebno dostaviti do **12.5.2022.** na e-mail [**unhip.drava@gmail.com**](mailto:unhip.drava@gmail.com)

Kotizacija za sudjelovanje na 2. Hrvatskom natjecanju u nordijskom hodanju na 5 km iznosi **100,00 kn** po osobi i potrebno ju je uplatiti do **12.5.2022**. na IBAN: **HR5223600001102671960 Udruga nordijskog hodanja i pješačenja Drava – Utrka.**

Mogućnost doplate za ručak 40,00 kn, uplata na IBAN: **HR5223600001102671960 Udruga nordijskog hodanja i pješačenja Drava – Ručak**.

Svi sudionici preuzimaju osobnu odgovornost za moguće nezgode. Prijavom na natjecanje daje se suglasnost za snimanje te objavu fotografija i snimljenih materijala od strane Udruge nordijskog hodanja i pješačenja Drava. Snimljeni materijal koristit će se isključivo za dokumentiranje i promoviranje rada Udruge.

Mjesto i datum: Potpis:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

U sklopu 4. Festivala nordijskog hodanja i pješačenja Varaždinske županije

pozivamo vas na

**NATJECANJE U NORDIJSKOM HODANJU – TRAKOŠĆAN 2022**

**SUBOTA, 14. SVIBNJA 2022**.

• staza oko dvorca Trakošćan

• duljina staze 5 km (kombinirano šljunak/asfalt)

• prijave za natjecanje 9:00 – 9:30

• početak utrke 10:00

• trajanje natjecanja 10:00 – 11:00

• trajanje programa festivala 9:00 – 16:00

• proglašenje pobjednika u 16:00 na zatvaranju festivala

• kotizacija 100,00 kn (u kotizaciju je uključen startni broj, okrepa poslije utrke, majica, medalje

za prva tri mjesta u svakoj kategoriji)

• uplate na IBAN: **HR5223600001102671960 Udruga nordijskog hodanja i pješačenja Drava – Utrka**

• broj prijava ograničen (50)

• prijave se primaju do **12.05.2022.**

• prijavnice i potvrde o uplati se šalju isključivo na mail Udruge nordijskog hodanja i pješačenja

Drava [**unhip.drava@gmail.com**](mailto:unhip.drava@gmail.com)

• mogućnost doplate za ručak 40,00 kn (uplate na IBAN: **HR5223600001102671960 Udruga nordijskog hodanja i pješačenja Drava - Ručak**)

Utrku će kontrolirati suci NH i biti će praćena i regulirana INWA pravilima za utrke nordijskog hodanja. Molimo sve sudionike da poštuju pravila i uvjete utrke.

Neka od važnih pravila su:

* nema trčanja sa štapovima
* nema nošenja štapova
* paziti na pravilnu tehniku NH da ruke prolaze pored kukova naprijed i straga
* gumice za hodanje po asfaltu na krajevima štapova trebaju biti uz hodača te ih se stavlja na dijelu

staze kada se prelazi na asfalt i skida nakon prelaska na šljunak

Sve informacije možete dobiti na email adresi: **unhip.drava@gmail.com**

Telefoni:

Sonja 091 1230 331

Olgica 099 6837 111

**** **** **Slika na kojoj se prikazuje tekst, isječak crteža

Opis je automatski generiran**

Udruga 095 3575 494