

REGULAMIN SERII SPECJALNEJ – LECH FREE 2023

1. Seria LECH FREE w sezonie 2023 odbędzie się o 10:30 na każdym evencie, na którym odbywają się formuły: **REKRUT**, **CLASSIC** oraz **HARDCORE**.
2. Trasa serii specjalnej, nie różni się od pozostałych serii formuły.
3. Opis serii: Seria jest skierowana do osób, które chcą przełamać własne granice, na dłuższym dystansie. W tym celu wprowadziliśmy system opaskowy, znany m. in. z Mistrzostw Europy OCR i Mistrzostw Świata OCR, który umożliwia trzykrotne niepokonanie przeszkody bez konieczności wykonania kar – 20 burpees lub karnej pętli. Każdy Uczestnik zapisany do serii LECH FREE otrzymuje w Biurze Zawodów 3 niebieskie opaski na rękę, a podczas rozgrzewki otrzyma również dedykowaną opaskę na głowę. Jedna niebieska opaska na rękę, to „jedno życie”. Osoba, która nie będzie w stanie pokonać przeszkody może ją ominąć, oddając jedną opaskę sędziemu/wolontariuszowi.
4. Każda osoba, która ukończy bieg dostaje na mecie medal z dedykowaną wstążką Lech Free. Donosząc przynajmniej jedną opaskę, każdy uczestnik otrzymuje na mecie dodatkową puszkę piwa.