

# **Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików – bieg sprinterski oraz klasyczny**

## **Komunikat techniczny**

### **1. Cel imprezy**

- Wyłonienie Międzywojewódzkich Mistrzów Młodzików dla makroregionu B (lubelskie – łódzkie – mazowieckie – podlaskie) w sprinterskim oraz klasycznym biegu na orientację
- Popularyzacja biegu na orientację
- Promocja aktywnego wypoczynku
- Integracja społeczności biegowej

### **2. Organizator**

KOS Azymut Nowy Dwór Mazowiecki

### **3. Partnerzy**

Unia Związków Sportowych Warszawy i Mazowsza  
BKS Wataha Warszawa  
Warszawsko – Mazowiecki Związek Orientacji Sportowej  
Miasto Nowy Dwór Mazowiecki  
Gmina Pomiechówek  
Nadleśnictwo Jabłonna  
Leśnictwo Pomiechówek

### **4. Zespół organizacyjny**

- Kierownik zawodów: Józef Kmiecński
- Sędzia główny: Józef Kmiecński
- Sekretariat: Magdalena Wańczyk
- Budowa tras: Karol Galicz
- Kartograf: Karol Galicz
- Obsługa SI: ZAZU Sports – Przemysław Patejko

### **5. Termin, miejsce i godzina startu**

- 5 października 2024, godz. 10:00 – bieg sprinterski MMM
- 5 października 2024, godz. 14:30 – bieg klasyczny MMM /

### **6. Centrum Zawodów**

- 5 października 2024 – Park Dolina Wkry, Pomiechówek – GPS: 52.474251, 20.739753

### **7. Dekoracje**

- 5 października 2024, godz. 17.40 – Park Dolina Wkry

## 8. Potwierdzanie punktów

W zawodach zostanie użyty system potwierdzania punktów SportIdent, działający w trybie bezdotykowym. Na miejscu będzie możliwość wypożyczenia czipa dotykowego.

### **Bieg sprinterski MMM**

a) mapa: POMIECHÓWEK – PARK DOLINA WKRY



autor mapy: Karol Galicz  
specyfikacja: ISSprOM 2019-2  
skala: 1:4000  
cięcie warstwowe: 2,5 m  
format: A4  
orientacja mapy: pozioma  
aktualność: wrzesień 2024  
nr katalogowy PZOS: 2024-XXX-XXXX-MAZ

b) teren zawodów

Terenem rywalizacji jest Park Dolina Wkry w Pomiechówku, wraz z przylegającym terenem leśnym.

c) dojście do strefy startu – 200 m

Strefa startu znajdować się będzie na wyspie nad rzeką Wkra, a na wejściu na wyspę będzie stał sędzia. Strefa startu zamykana jest o godzinie 9:30 – po tej godzinie wszyscy zawodnicy przebywający poza strefą startu nie będą dopuszczeni do startu w biegu sprinterskim

d) procedura startowa

- zawodnik wchodzi do pierwszego boksu na 3 minuty przed swoją minutą startową
- w drugim boksie będą do pobrania opisy punktów na rękę (dostępne również na mapie)
- w trzecim boksie zawodnik po wybiciu swojego czasu startu pobiera mapę i rusza na trasę biegu
- dobieg od ostatniego boksu do startu – 70 m, wyznakowany taśmami
- interwał startowy dla wszystkich kategorii wynosi 1 minutę
- punkt startu (trójkąt) oznakowany lampionem oraz banerem „START”
- kategorie OPEN startują 15 minut po starcie ostatniego zawodnika MMM
- minuta zerowa – g. 10:00

- limit czasu – 50 minut
- parametry tras

K14 – 1,5 km / 17 PK

M14 – 1,8 km / 20 PK

KM10 – 1,1 km / 13 PK

OPEN – 2 km / 23 PK

Budowa tras: Karol Galicz

### Bieg klasyczny MMM

a) mapa: POMIECHÓWEK – LEŚNICZÓWKA



autor mapy: Karol Galicz

specyfikacja: ISOM 2017

skala: 1:7500

cięcie warstwicowe: 2,5 m

format: A4

orientacja mapy: pozioma

aktualność: wrzesień 2024

nr katalogowy PZOS: 2024-XXX-XXXX-MAZ

b) teren zawodów

Terenem rywalizacji jest las położony nad rzeką Wkra, wraz z przyległym Parkiem Dolina Wkry

c) dojście na start – 300 m

Dojście na start wyznakowane faworkami. Zawodnicy mogą się rozgrzewać na drodze do startu oraz w okolicach parkingu przy centrum zawodów

d) procedura startowa

- zawodnik wchodzi do pierwszego boksu na 3 minuty przed swoją minutą startową
- w drugim boksie będą do pobrania opisy punktów na rękę (dostępne również na mapie)
- w trzecim boksie zawodnik po wybiciu swojego czasu startu pobiera mapę i rusza na trasę biegu
- dobieg od ostatniego boksu do startu – 40 m, wyznakowany taśmami
- interwał startowy dla kategorii KM14 i KM10 wynosi 2 minuty
- punkt startu (trójkąt) oznakowany lampionem oraz banerem „START”
- kategorie OPEN startują 30 minut po starcie ostatniego zawodnika kategorii KM14 i KM10
- minuta zerowa – g. 14:30

- limit czasu – 150 minut KM 14 /
- parametry tras

K14 – 2,46 km / 13 PK

M14 – 3,3 km / 16 PK

KM10 – 1,3 km / 5 PK

OPEN – 4 km / 19 PK

Budowa tras: Karol Galicz

UWAGA!!! Po biegu mapy będą odbierane zawodnikom. Zwrot map nastąpi po starcie ostatniego zawodnika w biegu klasycznym

9. Opłaty startowe: Organizator nie pobiera wpisowego

10. Zawody towarzyszące – UWAGA!!!

Równolegle, podczas zawodów biegowych MMM, odbywać się będą w tym samym terenie Mistrzostwa Mazowsza w orientacji precyzyjnej! W związku z tym, w terenie znajdować się będzie duża ilość lampionów na tyczkach bez kodów punktów ani stacji SI do potwierdzenia obecności na punkcie. Punkty z PreO nie będą się pokrywały z punktami zawodów BnO, natomiast niektóre z nich będą w bliskim sąsiedztwie punktów biegowych. Prosimy wszystkich uczestników o zachowanie ważności i ostrożności – punkty z zawodów w orientacji precyzyjnej nie są do podbicia, prosimy je zignorować. Start zawodów w orientacji precyzyjnej jest tak zaplanowany, aby zminimalizować możliwość napotkania przez biegaczy punktów z OP, natomiast uczulamy na ten fakt zawodników!!!

Uczestnicy biegu sprinterskiego nie będą mieli prawa startu w Mistrzostwach Mazowsza w orientacji precyzyjnej!

11. Parking

Parking dostępny w Pomiechówku przy centrum zawodów

12. Nagrody

Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików – medale miejsca I-III, dyplomy miejsca I-VI

Klasyfikacja drużynowa: Puchary i dyplomy za miejsca I-VI

Każdy zawodnik otrzyma w pakiecie pamiątkowy gadżet z Zawodów

14. Postanowienia końcowe

- zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie
- organizator zapewnia elektroniczny pomiar czasu, opiekę medyczną, wodę na mecie.
- zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z przepisami IOF (International Orienteering Federation) oraz PZOS (Polski Związek Orientacji Sportowej)
- mapa wykonane zgodnie ze specyfikacją leśną ISOM 2017 oraz sprinterską ISSprOM 2019-2

- mapy będą zabezpieczone przed wilgocią
- zawodnicy startują na własną odpowiedzialność i nie mogą mieć przeciwwskazań do wysiłku fizycznego
- zawodnicy niepełnoletni startują wyłącznie za zgodą rodziców / opiekunów prawnych
- organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów
- wszystkie sytuacje sporne rozstrzyga sędzia główny
- uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach, zdjęciach, w mediach oraz materiałach promocyjnych
- ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do kierownika zawodów
- uczestnik zawodów zobowiązany jest bezwzględnie stosować się do postanowień niniejszego regulaminu
- wyniki na żywo:
- wyniki będą publikowane na bieżąco na stronie: SPORTIDENT CENTER
- mail kontaktowy do organizatorów: [jozefkmięcinski@gmail.com](mailto:jozefkmięcinski@gmail.com)

ZAPRASZAMY SERDECZNIE!!!