



REGULAMIN i KOMUNIKAT TECHNICZNY

Mistrzostwa Warszawy i Mazowsza w Narciarskim Biegu na Orientację 2013 (Runda XI) 24 lutego 2013

- Organizator:** Stowarzyszenie Team 360°
- Centrum zawodów:** Choszczówka, ul. Chlubna 1A, przy restauracji Dziki, 0.3 km od stacji Warszawa Choszczówka. Biuro czynne od godz. 10:30.
Wypożyczalnia nart: rezerwacje na stronie <http://biegowkinachoszczowce.pl>
- Program:** 24.02.2013 (niedziela) – dystans klasyczny (start interwałowy w godz. 11:00-11:30)
- Trasy:**
ZIELONA – krótka i łatwa
NIEBIESKA – średnio długa i średnio trudna
CZERWONA – dość długa i dość trudna
- Zalecane trasy:**
- | Kategoria | Rok urodzenia | Kobiety | Mężczyźni |
|-----------------|----------------|---------|-----------|
| Młodzicy | 1999 i później | K14 | M14 |
| Juniorzy | 1995 – 1998 | K18 | M18 |
| Seniorzy | 1974 – 1994 | K21 | M21 |
| Weterani młodsi | 1959 – 1973 | K40 | M40 |
| Weterani | 1944 – 1958 | K55 | M55 |
| Weterani starsi | 1943 i później | K70 | M70 |
- Są to tylko zalecane trasy, wystartować można na dowolnej.
Szczegóły klasyfikacji generalnej Mistrzostw można znaleźć w regulaminie na stronie www.orienteering.waw.pl
- Parametry tras:**
- | Start i meta w centrum zawodów | | | |
|--------------------------------|---------|-------|--------------|
| ZIELONA | 5.1 km | 6 PK | mapa 1:10000 |
| NIEBIESKA | 8.2 km | 10 PK | mapa 1:15000 |
| CZERWONA | 11.2 km | 13 PK | mapa 1:15000 |
- Zgłoszenia:** Do 23.02.2013 do godziny 20:00 przy pomocy formularza na stronie www.orienteering.waw.pl lub na adres jan_cegielka@sggw.pl (w zgłoszeniu należy obowiązkowo podać rok urodzenia).
- Wpisowe:** 10 PLN za każdy start na trasie **CZERWONEJ** i **NIEBIESKIEJ**
5 PLN za każdy start na trasie **ZIELONEJ**
- Mapy i teren:** Specjalistyczna mapa do rowerowej jazdy na orientację.
Michałówek, 1:10000 i 1:15000, e-2.5m.
- Potwierdzanie punktów:** Karta startowa

Serdecznie zapraszamy do udziału wszystkie osoby posiadające narty biegowe.
Więcej informacji na: www.orienteering.waw.pl oraz www.team360.pl