



## REGULAMIN i KOMUNIKAT TECHNICZNY

### Mistrzostwa Warszawy i Mazowsza w Narciarskim Biegu na Orientację 2013 (Runda IV) 27 stycznia 2013

- Organizator:** Towarzystwo Narciarskie „Biegówki”
- Centrum zawodów:** Narciarska trasa biegowa „Hipodrom” w Warszawie Wesolej, ul. Pierwszego Praskiego Pułku 89 (teren Szwadronu Jazdy RP, tuż przy hotelu Willa Park Wesola).
- Program:** 27.01.2013 (niedziela), 11:00 – bieg liniowy-precyzyjny (start interwałowy)  
Startować można do godz. 11:40.
- Zasady:** Zawodnik na starcie otrzymuje mapę na której kolorem czerwonym narysowana jest trasa jaką należy pokonać. Trasa w terenie jest przygotowana do biegu stylem klasycznym. Na mapie nie ma zaznaczonych punktów kontrolnych. W terenie znajdują się punkty kontrolne (wszystkie na trasie narysowanej na mapie). Zadaniem zawodnika jest zaznaczenie na mapie usytuowania punktów kontrolnych. W tym celu na każdym punkcie kontrolnym znajdują się igła, przy pomocy której zawodnik robiąc dziurkę na mapie pokazuje usytuowanie danego punktu kontrolnego w terenie. Na mecie przy pomocy przygotowanego szablonu będzie oceniana precyzja naniesienia punktów kontrolnych przez zawodnika. Błąd w promieniu 2 mm to 0 sekund karnych, każdy błąd powyżej 2 mm to 30 sekund kary za każdy milimetr błędu do czasu pokonania trasy. Maksymalnie będzie oceniana precyzja naniesienia punktu kontrolnego do 8 milimetrów błędu – czyli maksymalnie zawodnik może otrzymać 180 sekund kary za każdy punkt kontrolny. Tu wyjaśnienie jak wygląda to w praktyce. Mapa będzie w skali 1:5000, czyli 1 cm na mapie to 50 metrów w terenie. Błąd dopuszczalny 2 milimetry oznacza 10 metrów w terenie, powyżej tej odległości będą doliczane sekundy karne, czyli za każde 5 metrów błędu powyżej dopuszczalnych 10 metrów błędu zawodnik otrzyma 30 sekund kary. Możemy to porównać do strzelania bez użycia broni. Wszyscy zawodnicy otrzymają specjalnie przygotowane mapy w koszulkach foliowych wraz ze sznurkiem dzięki czemu można będzie mapę swobodnie powiesić na szyi aby mieć wolne ręce do trzymania kijków i pokonywania trasy. Na mapie można zrobić tylko jedno oznakowanie igłą lokalizację danego punktu kontrolnego. W przypadku dokonania więcej niż jednego oznakowania (zrobienie 2 lub większej ilości dziurek na mapie) w okolicach danego punktu kontrolnego będzie doliczona maksymalna kara za błąd czyli dodane 180 sekund do ogólnego czasu pokonania trasy.
- Trasy:** **ZIELONA** – krótka i łatwa  
**CZERWONA** – dość długa i dość trudna
- Parametry tras:** **Start i meta w centrum zawodów**
- |                 |        |      |             |
|-----------------|--------|------|-------------|
| <b>ZIELONA</b>  | 800 m  | 3 PK | mapa 1:5000 |
| <b>CZERWONA</b> | 2500 m | 7 PK | mapa 1:5000 |
- Zgłoszenia:** Do 25.01.2013 do godziny 14:00 przy pomocy formularza na stronie [www.orienteering.waw.pl](http://www.orienteering.waw.pl) lub na adres [jan\\_cegielka@sggw.pl](mailto:jan_cegielka@sggw.pl) (w zgłoszeniu należy obowiązkowo podać rok urodzenia)

- Wpisowe:** 10 PLN za każdy start na trasie **CZERWONEJ**  
5 PLN za każdy start na trasie **ZIELONEJ**
- Mapy i teren:** Specjalistyczna mapa do narciarskiego biegu na orientację.  
Hipodrom, 1:5000, e-2.5m, autor: Tomasz Nitsch.
- Potwierdzenie punktów:** Na mapie

**Serdecznie zapraszamy do udziału wszystkie osoby posiadające narty biegowe.  
Więcej informacji na: [www.orienteeering.waw.pl](http://www.orienteeering.waw.pl) oraz [www.team360.pl](http://www.team360.pl)**