



KOMUNIKAT TECHNICZNY MIĘDZYNARODOWY OBÓZ TECHNICZNY ZGRUPOWANIE KADRY NARODOWEJ W ROWEROWEJ JEŹDZIE na ORIENTACJĘ 03-10.07.2016 SUPRAŚL

Organizator UKS FALENICA WARSZAWA

Centrum Hala Sportowa w Supraślu – Powiatowy Ośrodek Sportu i Rekreacji ul. Piłsudskiego 64

Program



Data	Nazwa	Miejsce	Dystans	Start
03.07	Trening	Supraśl	Dystans średni	16:30
04.07	Trening	Supraśl	Pamięciówka	11:00
04.07	Trening	Supraśl	Dystans sprint	15:00
05.07	Trening	Supraśl	Jazda parami	10:30
05.07	Trening	Supraśl	Dystans średni	15:00
06.07	Trening	Lipowy Most	Pamięciówka	10:00
06.07	Trening	Lipowy Most	Dystans sprint	12:00
06.07	Trening	Lipowy Most	Dystans średni	16:00
07.07	Trening	Supraśl	Dystans sztafety	10:00
07.07	Trening	Supraśl	Jazda parami	15:30
08.07	Trening + kajaki	Supraśl	Dystans sprint	12:00
08.07	Trening	Lipowy Most	Pamięciówka	16:00
09.07	Trening	Jurowce	Pamięciówka+ jazda parami	10:30
09.07	Trening	Białystok	Dystans sprint	16:00
10.07	Zawody	Supraśl	Dystans klasyczny	10:00
04-09.07	Omówienie zajęć	Bukowisko	Sala konferencyjna	19:45

Noclegi i wyżywienie

Podłoga z własnym sprzętem do spania w cenie 12 złoty/osoba/nocleg – zapotrzebowanie należy podać w zgłoszeniu. Istnieje możliwość rezerwacji noclegów we własnym zakresie. Wyżywienie koszt całonoclegowego wyżywienia 3 posiłki 40 PLN. Opłata za każdy dzień treningów – 10 PLN

Kategorie

Kategorie wiekowe:

Kategoria	Rok ur.	Wiek lat	Panie/Panowie
Młodzicy	2002-2003	13-14	K14 M14
Juniorzy	1999-2001	15-17	K17 M17
Młodzieżowcy	1996-1998	18-20	K20 M20
Seniorzy	1977-1995	21-39	K21 M21
Weterani	1967-1976	40-49	K40 M40
	1957-1966	50-59	K50 M50
	1947-1956	60-69	K60 M60
	1946	70-	K70 M70
	wcześniej		



Zgłoszenia

W terminie do **22.06.2016** - przez stronę www.orientering.waw.pl z podaniem numerem chipa, zamówienia noclegów i wyżywienia oraz datą przyjazdu, lub poprzez adres e-mail jan_cegielka@sggw.pl

Potwierdzanie punktów

Obóz zostanie przeprowadzony przy użyciu elektronicznego systemu potwierdzania punktów kontrolnych Sport-Ident.

W obozie weźmie udział około 15-20 zawodników z Rosji w wieku od 12-35 lat. Dlatego serdecznie zapraszam do wspólnych treningów, które na pewno podniosą poziom sportowy ich uczestników.

