

# **OK! Tour 1 - 23 listopada 2024 roku, Goździkowe Bagno.**

---

## **KOMUNIKAT**

**Centrum Zawodów** - Parking przy Centrum Edukacji Leśnej w Celestynowie,

Parkowanie - na parkingach i wzdłuż drogi dojazdowej do CEL.

<https://maps.app.goo.gl/JN7EbDxPPDfkYYuV8>

Współrzędne: 52.06152, 21.4212226

## **Trasy zwykłe**

Trasa D (długa) – 6-7 km, 18 - 20 PK,

Trasa K (krótka) – 4-5 km, około 10 - 12 PK

Trasa R (rodzinna) – do 2,5 km. 8-9 PK. Po drogach i najciekawszych miejscach Goździkowego Bagna dla dzieci z rodzicami oraz dla początkujących.

## **Sztafeta jednoosobowa**

### **Sztafeta P – profesjonaliści**

4 pętle: A, B, C i D (pętla D jako ostatnia dla wszystkich zawodników)

Każda pętla o długości około 1,5 – 1,8 km.

Ostatni PK wspólny na wszystkich trasach. Zawodnik kończący bieg na pętli 1, 2 i 3 podbija ostatni PK, pobiera w strefie zmian właściwą mapę wg indywidualnie przypisanego schematu (ABC, ACB, BCA, BAC, CAB, CBA) a po zakończeniu pętli 3 pobiera w strefie zmian mapę D i kończy bieg na mecie.

Start masowy godzina 11.00

### **Sztafeta Z – zaawansowani**

Każda pętla o długości około 1,0 – 1,2 km

Ostatni PK wspólny na wszystkich trasach. Zawodnik kończący bieg na pętli 1, 2 i 3 podbija ostatni PK, pobiera w strefie zmian właściwą mapę wg indywidualnie przypisanego schematu (EFG, EGF, FEG, FGE, GEF, GFE) a po zakończeniu pętli 3 pobiera w strefie zmian mapę H i kończy bieg na mecie.

Start masowy godzina 11.05

## **Klasyfikacja**

Oddzielna klasyfikacja dla M i K na każdej z tras.

**ZAPRASZAMY do zgłaszania się na trening**