



KOMUNIKAT TECHNICZNY
Puchar Warszawy i Mazowsza w RjNo (Runda I)
MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ SZPINAKU 25-26 MARZEC 2023
Zawody z kalendarza RTZ o współczynniku rankingowym 0,7

Organizator: Stowarzyszenie Team 360°, UKS Falenica.

Centrum zawodów: 25-26.03.2023 Warszawa Falenica SP 124, ul. Bartoszycka 45/47. GPS:52.16407; 21.22498. Biuro czynne od **11:00 sobota** oraz **10:30 niedziela**. Wejście do biura od strony sali gimnastycznej /stare wejście/ - rowery należy pozostawić na zewnątrz.

Program: 25.03.2023 (sobota) – dystans klasyczny (start od 11:00 do 12:00 ostatni start).
 26.03.2023 (niedziela) – **sprint start od 10:30 - 11:15 ostatni start dystans sprint, dystans średni start od 11:00 do 12:00 ostatni start dystans średni**
UWAGA godzina 14:15 oba dni zawodów zamknięcie bazy i zdejmowanie PK BARDZO PROSZE O PRZESTRZEGANIE CZASOWYCH

Trasy: **ZIELONA** – krótka i łatwa
NIEBIESKA – średnio długa i średnio trudna
CZERWONA – dość długa i dość trudna
CZARNA – bardzo długa i bardzo trudna

Zalecane trasy:	Rok urodzenia	Panie	Panowie	Rok urodzenia	Panie	Panowie
	2013 i później	K10	M10	1974–1978	K45	M45
	2011-2012	K12	M12	1969–1973	K50	M50
	2009–2010	K14	M14	1964–1968	K55	M65
	2006–2008	K17	M17	1959–1963	K60	M60
	2003–2005	K20	M20	1954–1958	K65	M65
	1984–2002	K21	M21	1949–1953	K70	M70
	1979–1983	K40	M40	1948 i wcześniej	K75	M75



Są to tylko zalecane trasy, wystartować można na dowolnej. Szczegóły klasyfikacji generalnej można znaleźć w regulaminie na stronie www.orienteeing.waw.pl

Zgłoszenia: Do 23.03.2023 (czwartek) do godziny 23:00 za pomocą formularza na stronie www.orienteeing.waw.pl lub na adres jcmtbo@gmail.com (w zgłoszeniu należy obowiązkowo podać rok urodzenia)

Wpisowe: Zgłoszenia w terminie poprzez stronę www.orienteeing.waw.pl 20 zł/za 1 start
Osoby poniżej 18 roku życia 10 zł/za 1 start
Zgłoszenia w dniu zawodów /w miarę posiadanych map/ 25 zł/za 1 start

Parametry tras

SOBOTA	ZIELONA –	8200 m	9 PK	mapa w skali 1: 7 500 format A-4
25.03.2023	NIEBIESKA –	15100 m	12 PK	mapa w skali 1: 12 500 format A-4
DYSTANS	CZERWONA –	20500 m	16 PK	mapa w skali 1: 15 000 format A-4
KLASYCZNY	CZARNA –	23700 m	17 PK	mapa w skali 1: 15 000 format A-4
NIEDZIELA	ZIELONA –	3600 m	8 PK	mapa w skali 1: 7 500 format A-4
26.03.2023	NIEBIESKA –	4200 m	10 PK	mapa w skali 1: 7 500 format A-4
DYSTANS	CZERWONA –	5400 m	12 PK	mapa w skali 1: 7 500 format A-4
SPRINT	CZARNA –	6800 m	13 PK	mapa w skali 1: 7 500 format A-4
NIEDZIELA	ZIELONA –	4900 m	10 PK	mapa w skali 1: 7 500 format A-4
26.03.2023	NIEBIESKA –	7400 m	14 PK	mapa w skali 1: 10 000 format A-4
DYSTANS	CZERWONA –	10900 m	17 PK	mapa w skali 1: 10 000 format A-4
ŚREDNI	CZARNA –	12400 m	20 PK	mapa w skali 1: 10 000 format A-4

Mapy i teren: Specjalistyczne mapy do RJoO skala od 1:7 500 do 1:15 000, e-2,5 m.
Mapa na zawody aktualizowana zima 2022 roku.

Świadczenia Pamiątkowa naklejka, napój na mecie, **batonik Pawełek tylko w niedzielę.**

Numer startowy: **Zgłoszenie na zawody jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na wykonanie numeru startowego na którym jest imię i nazwisko osoby zgłoszonej.** Numer obowiązuje podczas całego cyklu Mistrzostw. Osoby nie zgłoszone oraz zgłoszone po terminie nie otrzymają numeru startowego. Wydanie duplikatu numeru za opłatą 10 PLN.

Obowiązki uczestników: Zawodnicy muszą posiadać kaski ochronne. Dzieci do lat 12 i nie posiadający karty rowerowej muszą przebywać pod opieką dorosłych. Podczas pokonywania tras należy przestrzegać zasad ruchu drogowego.

Potwierdzanie punktów: Karta startowa i perforator na punkcie kontrolnym.

Klasyfikacja: Prowadzona będzie w poszczególnych kategoriach wiekowych w postaci rankingu zgodnie z Regulaminem Pucharu Warszawy i Mazowsza zamieszczonym na stronie www.orienteeing.waw.pl

Nagrody: Podsumowanie zawodów i wręczenie nagród nastąpi w dniu 29.10.2023 r.
Losowanie roweru, dyplomy, medale zgodnie z regulaminem cyklu na 2023 rok.

Więcej informacji na: www.orienteeing.waw.pl, oraz www.team360.pl