



KOMUNIKAT TECHNICZNY

Puchar Warszawy i Mazowsza w RjNo (Runda V)

ŚWIATOWY DZIEŃ PIECZENIA 16-17 MAJ 2026

UWAGA TRASY PRZEBIEGAJĄ PO DROGACH LOKALNYCH

PODCZAS JAZDY NALEŻY PRZESTRZEGAĆ ZASAD RUCHU DROGOWEGO

Organizator: UKS Falenica , Stowarzyszenie Team 360°.

Centrum zawodów: Patrz mapa na ostatniej stronie komunikatu:
16-17.05.2026 Michalów Grabina, parking leśny pod linią wysokiego napięcia przy singiel tracku, **ul. Leśna 3** GPS: [52.358219, 21.008680](https://www.google.com/maps/place/52.358219,21.008680) Biuro czynne od **10:30**

Program: **W ciągu jednego dnia jest możliwość pokonania wszystkich tras.**
Sobota i niedziela – dystans: sprint, średni i klasyczny start od 10:30.
Godzina 14:30 zamknięcie biura zawodów w oba dni zawodów.
17.05.2026 Niedziela po godzinie 14:30 zdejmowanie punktów z terenu.

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
	Rok urodzenia	Panie	Panowie	Rok urodzenia	Panie	Panowie
	2016 i później	K 10	M10	1977–1981	K45	M45
	2014–2015	K12	M12	1972–1976	K50	M50
	2012–2013	K14	M14	1967–1971	K55	M55
	2009–2011	K17	M17	1962–1966	K60	M60
	2006–2008	K20	M20	1957–1961	K65	M65
	1987–2007	K21	M21	1952–1956	K70	M70
	1982–1986	K40	M40	1951 i wcześniej	K75	M75



Są to tylko zalecane trasy. Wystartować można na dowolnej. Szczegóły klasyfikacji generalnej można znaleźć w regulaminie na stronie www.orienteering.waw.pl

- Zgłoszenia:** **Do 14.05.2026 (czwartek)** do godziny 23:00 za pomocą formularza na stronie www.orienteering.waw.pl lub na adres jcmto@gmail.com (w zgłoszeniu należy obowiązkowo podać rok urodzenia)
- Wpisowe:** Zgłoszenia w terminie poprzez stronę www.orienteering.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/ 20 zł/za 1 start
- Parametry tras**
- | | | | | | |
|-------------------|--------------------|---------|-------|-----------------------|------------|
| SOBOTA | ZIELONA – | 4600 m | 8 PK | mapa w skali 1:7 500 | format A-4 |
| 16.05.2026 | NIEBIESKA – | 6200 m | 12 PK | mapa w skali 1:7 500 | format A-4 |
| DYSTANS | CZERWONA – | 8400 m | 14 PK | mapa w skali 1:7 500 | format A-4 |
| SPRINT | CZARNA – | 9100 m | 15 PK | mapa w skali 1:7 500 | format A-4 |
| SOBOTA | ZIELONA – | 6900 m | 9 PK | mapa w skali 1: 7 500 | format A-4 |
| 16.05.2026 | NIEBIESKA – | 10200 m | 12 PK | mapa w skali 1:10 000 | format A-4 |
| DYSTANS | CZERWONA – | 13200 m | 14 PK | mapa w skali 1:10 000 | format A-4 |
| ŚREDNI | CZARNA – | 15400 m | 16 PK | mapa w skali 1:10 000 | format A-4 |
| NIEDZIELA | ZIELONA – | 9800 m | 10 PK | mapa w skali 1:10 000 | format A-4 |
| 17.05.2026 | NIEBIESKA – | 17100 m | 15 PK | mapa w skali 1:10 000 | format A-4 |
| DYSTANS | CZERWONA – | 23700 m | 18 PK | mapa w skali 1:15 000 | format A-4 |
| KLASYCZNY | CZARNA – | 30700 m | 20 PK | mapa w skali 1:15 000 | format A-4 |
- Mapy i teren:** Specjalistyczne mapy do RJnO skala od 1:7 500 do 1:15 000, e-2,5 m.
- Świadczenia** Napój na mecie, **Batonik Pawełek 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 niezgłoszone oraz zgłoszone po terminie nie otrzymają numeru startowego. Wydanie duplikatu numeru za opłatą 10 PLN.
- Obowiązki uczestników:** **PODCZAS POKONYWANIA TRASY UCZESTNIKÓW OBOWIAZUJE PRZESTRZEGANIE ZASAD RUCHU DROGOWEGO.**
Zawodnicy muszą posiadać kaski ochronne. Dzieci do lat 12 i nieposiadający karty rowerowej muszą przebywać pod opieką dorosłych. Podczas pokonywania tras należy przestrzegać zasad ruchu drogowego.
- Potwierdzenie** 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.orienteering.waw.pl
- Nagrody:** Podsumowanie zawodów i wręczenie nagród nastąpi w dniu 24.10.2026 r. Losowanie roweru, dyplomy, medale zgodnie z regulaminem cyklu na 2026 rok.
Więcej informacji na: www.orienteering.waw.pl, **oraz** www.team360.pl

