



REGULAMIN

Zawody w Narciarskim Biegu na Orientację PRZEDNÓWEK (godne pożegnanie wspaniałej zimy) 16-17 marca 2013

- Organizator:** Stowarzyszenie Team 360°, Nartoteka
- Centrum zawodów:** 16.03.2013 (sobota) – Nartoteka w Falenicy, ul. Bartoszycka 26.
17.03.2013 (niedziela) – Bar w lesie. Dojazd od ul. Jana Pawła II w Wesołej.
Biuro czynne od godz 10:15
- Program:** 16.03.2013 (sobota) – dystans długi (start interwałowy w godz. 11:00-12:00)
17.03.2013 (niedziela) – dystans długi (start interwałowy w godz. 11:00-12:00)
- Trasy:** **ZIELONA** – dość krótka (jak na długi dystans) i łatwa
NIEBIESKA – średnio długa i średnio trudna
CZERWONA – dość długa i dość trudna
- Zalecane trasy:**
- | Kategoria | Rok urodzenia | Kobiety | Mężczyźni |
|-----------------|----------------|---------|-----------|
| Młodzicy | 1999 i później | K14 | M14 |
| Juniorzy | 1995 – 1998 | K18 | M18 |
| Seniorzy | 1974 – 1994 | K21 | M21 |
| Weterani młodsi | 1959 – 1973 | K40 | M40 |
| Weterani | 1944 – 1958 | K55 | M55 |
| Weterani starsi | 1943 i później | K70 | M70 |
- Są to tylko zalecane trasy, wystartować można na dowolnej.
- Parametry tras:**
- | Start i meta w centrum zawodów | | |
|--------------------------------|-----------|-------|
| ZIELONA | ok. 10 km | 6 PK |
| NIEBIESKA | ok. 20 km | 12 PK |
| CZERWONA | ok. 30 km | 18 PK |
- Zgłoszenia:** Do 15.03.2013 do godziny 24:00 przy pomocy formularza na stronie www.orienteering.waw.pl lub na miejscu.
- Wpisowe:** 10 PLN za każdy start na trasie **CZERWONEJ** i **NIEBIESKIEJ**
5 PLN za każdy start na trasie **ZIELONEJ**
- Mapy i teren:** Specjalistyczne mapy do rowerowej jazdy na orientację.
Falenica 2R, 1:10000, e-2.5m oraz Wawer, 1:15000, e-2.5m
Teren o gęstej sieci ścieżek i dróg.
- Narty:** Można rezerwować w wypożyczalni www.nartoteka.pl (centrum zawodów w sobotę) lub telefonicznie: 22-2266673.
- Potwierdzanie punktów:** Karta startowa

Serdecznie zapraszamy do udziału wszystkie osoby posiadające narty biegowe.
Więcej informacji na: www.orienteering.waw.pl oraz www.team360.pl