

## KOMUNIKAT TECHNICZNY

### GRAND PRIX POLSKI, MISTRZOSTWA POLSKI, PUCHAR PODLASIA W ROWEROWEJ JEŹDZIE na ORIENTACJĘ 2015 /Runda 1/ 01-03.2015 SUPRAŚL-POCZOPEK-BIAŁYSTOK-JUROWCE

**I. Organizator:** UKS Falenica Warszawa, ul. Bartoszycka 45/47 przy współpracy z Podlaskim Okręgowym Związkiem Orientacji Sportowej ul. Grottgera 9, 15-225 Białystok

**II Patronat Honorowy** Dyrektor Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Białymstoku

Ryszard Ziemblicki

**III Komitet Honorowy** Burmistrz Supraśla  
Nadleśniczy Nadleśnictwa Supraśl  
Nadleśniczy Nadleśnictwa Krynki  
Nadleśniczy Nadleśnictwa Dojlidy

Radosław Dobrowolski  
Bogdan Kolenda  
Andrzej Romaniuk  
Mirosław Sienkiewicz

**IV Centrum zawodów** Powiatowy Ośrodek Sportu i Rekreacji "Bukowisko" w Supraślu ul. Piłsudskiego 64, 16-030 Supraśl,  
**Otwarte od 19:00 w dniu 30.04.2015**  
**Do 09:00 w dniu 01.05.2015.**



**V Biuro zawodów** Biuro zawodów znajdować się będzie w centrach poszczególnych etapów zawodów – otwarte na około godzinę przed godziną startu pierwszych zawodników.

Tel/Fax: + 48 85 7183545  
Email: [bukowisko@bukowisko.com.pl](mailto:bukowisko@bukowisko.com.pl)  
Website: [www.bukowisko.com.pl](http://www.bukowisko.com.pl)  
GPS : N 53.2129334  
E 23.3368546



#### VI Program



Data	Nazwa	Miejsce	Dystans
01.05	Puchar Podlasia w RJnO I Runda CTZ	Jurowce	Dystans średni
01.05	Puchar Podlasia w RJnO I Runda CTZ	Las Zwierzyniecki	Dystans sprint
02.05	Puchar Podlasia w RJnO I Runda CTZ	Supraśl	Dystans sprint
02.05	Mistrzostwa Polski w RJnO	Poczopek	Sprint Mix Sztafety
03.05	Puchar Podlasia w RJnO I Runda CTZ	Supraśl	Dystans klasyczny

## I DZIEŃ 01.05.2015

**01.05.2015 – Dystans średni start 10:30 – zamknięcie startu 11:15**

**Mapa** Gajówka Burczak skala 1:10 000 warstwicze co 5 m – autor Tomasz Nitsch aktualność lato 2014.

, format A-3 trasa czarna i czerwona, K-21, M-20, M-21, M-40/50,

format A-4 pozostałe kategorie wiekowe

### Parametry tras:

Czarna,	M-21	15200 m	23 PK
Czerwona	K-21, M-20, M-40/50	12300 m	18 PK
Niebieska	K-17/20, K-40/50, M-17, M-60	8200 m	14 PK
Zielona	K/M-12/14, K-60+, M-70+, OTR	4100 m	7 PK



**01.05.2015 – Dystans sprint start 16:00 – zamknięcie startu 16:45**

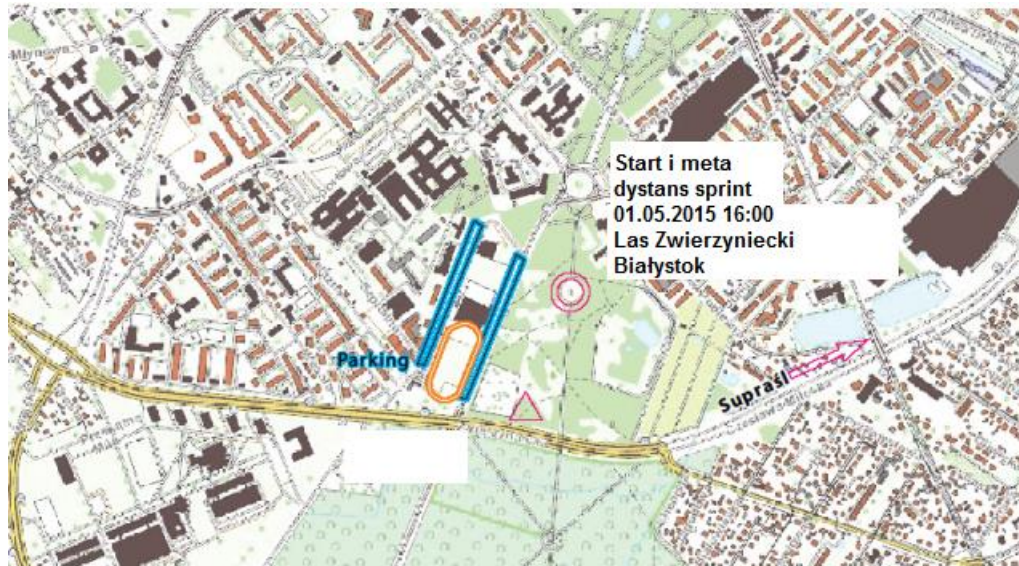
**Mapa** Las Zwierzyniecki skala 1:5 000 warstwicze co 2,5 m – autor Ryszard Chachurski aktualność lato 2014.

, format A-3 trasa czarna, czerwona, niebieska, K17/20, K21, K40/50, M17, M20, M21, M40/50, M60

format A-4 pozostałe kategorie wiekowe

### Parametry tras:

Czarna,	M-21	7900 m	20 PK
Czerwona	K-21, M-20, M-40/50	6200 m	15 PK
Niebieska	K-17/20, K-40/50, M-17, M-60	4800 m	11 PK
Zielona	K/M-12/14, K-60+, M-70+, OTR	2100 m	5 PK



## II DZIEŃ

02.05.2015 – Dystans sprint start 11:00 – zamknięcie startu 11:45

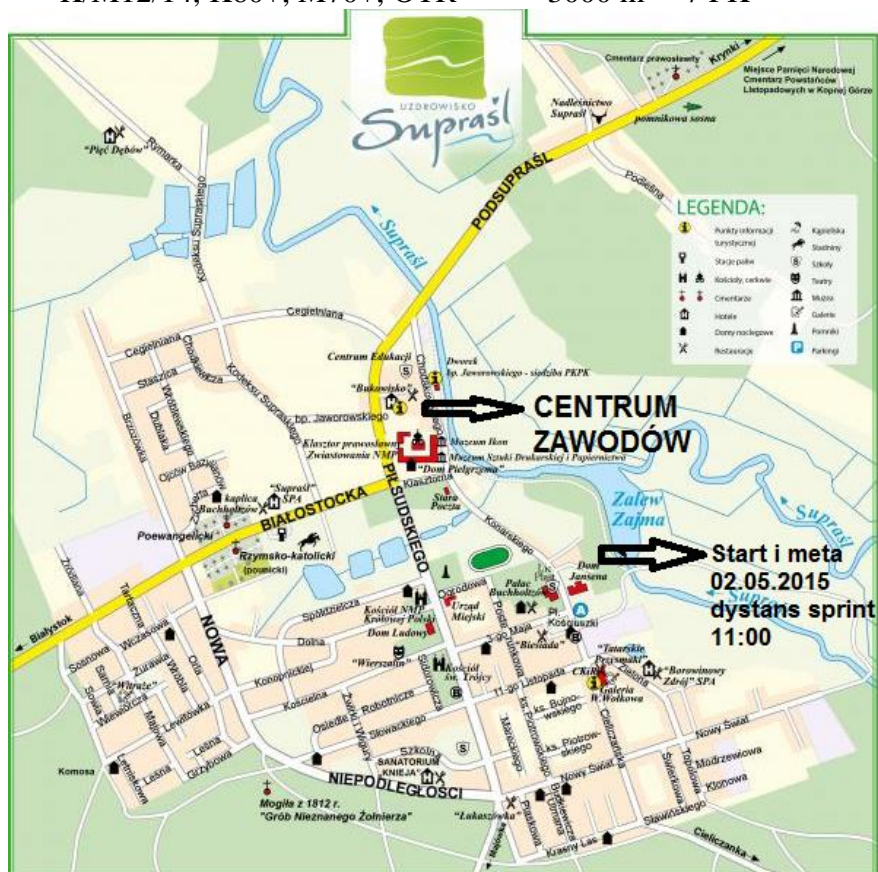
Mapa Miasto Supraśl skala 1:5 000 warstwicze co 2,5 m – autor Dariusz Sokalski aktualność jesień 2014.

format A-3 trasa czarna, czerwona K21, M20, M21, M40/50

format A-4 pozostałe kategorie wiekowe

### Parametry tras:

Czarna,	M21	9300 m	24 PK
Czerwona	K21, M20, M40/50	7400 m	19 PK
Niebieska	K17/20, K40/50, M17, M60	6100 m	15 PK
Zielona	K/M12/14, K60+, M70+, OTR	3000 m	7 PK



02.05.2015 – Sztafety Sprint MIX start 16:00 – start masowy I zmian

Mapa Nadleśnictwo Krynki skala 1:5 000 warstwicze co 2,5 m – autor Jan Cegiełka aktualność wiosna 2015.

format A-4 wszystkie kategorie wiekowe.

**Mistrzostwa Polski w Sztafetach Sprinterskich Mieszanych** /startuje 1 kobieta i 1 mężczyzna i pokonują trasę dwa razy w kolejności – I i III zmiana –kobieta, II i IV zmiana mężczyzna. **Dopuszcza się start sztafet wojewódzkich.**

Kategorie wiekowe **Mistrzostwa Polski** – juniorzy młodsi K17 i M17, juniorzy K20 i M20, seniorzy K21 i M21

**W kategoriach otwartych, dzieci K/M-12/14 i weteranów – skład sztafet nie wymaga udziału kobiety.**

### Parametry tras:

K21/M21	4000 m 15 PK/ 4400 m 17 PK
K17/M17, K20/M20, M40+/K40+	3700 m 13 PK/ 3700 m 13 PK
K12/M12, K14/M14, Otwarte	2100 m 8 PK/ 2100 m 8 PK

### MAPA CENTRUM ZAWODÓW SZTAFETY MIX 02.05.2015 POCZOPEK START 16:00



### III DZIEŃ

03.05.2015 – Dystans klasyczny start 10:30 – zamknięcie startu 11:30

**Mapa** Nadleśnictwo Supraśl skala od 1:7 500 do 1:15 000 warstwice co 2,5 m – autorzy Dariusz Sokalski i Lech Trzpił aktualność jesień 2014.

format A-3 trasa czarna, czerwona K21, M20, M21, M40/50

format A-4 pozostałe kategorie wiekowe

#### Parametry tras:

Czarna,	M21	32700 m	23 PK	skala mapy 1:15 000
Czerwona	K21, M20, M40/50	24300 m	18 PK	skala mapy 1:15 000
Niebieska	K17/20, K40/50, M17, M60	15600 m	15 PK	skala mapy 1:10 000
Zielona	K/M12/14, K60+, M70+, OTR	4800 m	7 PK	skala mapy 1: 7 500



**VII. Obowiązki uczestników:** Zawodnicy muszą posiadać kaski ochronne na głowie zapięte podczas pokonywania trasy. Dzieci do lat 10 i nie posiadający karty rowerowej muszą przebywać pod opieką dorosłych. Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność i ubezpieczają się we własnym zakresie. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej. Opiekę medyczną na zawodach zapewnia organizator

**VIII. Noclegi i wyżywienie:** Podłoga z własnym sprzętem do spania w cenie 10 złoty/osoba/nocleg – zapotrzebowanie należy podać w zgłoszeniu. Istnieje możliwość rezerwacji noclegów we własnym zakresie. Supraśl oferuje bardzo szeroką ilość i jakość miejsc noclegowych. Wyżywienie we własnym zakresie – można rezerwować posiłki poprzez adres e-mailowy lub telefonicznie w Bukowisku /centrum zawodów/.

**IX. Mapy i teren:** Specjalistyczne mapy do RJnO według norm IOF

**X. Kategorie i zalecane trasy:**  
**ZIELONA** – krótka i łatwa  
**NIEBIESKA** – średnio długa i średnio trudna  
**CZERWONA** – dość długa i dość trudna  
**CZARNA** – bardzo długa i bardzo trudna



Rok urodzenia	Panie	Panowie	Rok urodzenia	Panie	Panowie
2003 i później	<b>K12</b>	<b>M12</b>	1966–1975	<b>K40</b>	<b>M40</b>
2001–2002	<b>K14</b>	<b>M14</b>	1956–1965	<b>K50</b>	<b>M50</b>
1998–2000	<b>K17</b>	<b>M17</b>	1946–1955	<b>K60</b>	<b>M60</b>
1995–1997	<b>K20</b>	<b>M20</b>	1945 i wcześniej	<b>K70</b>	<b>M70</b>
1976–1994	<b>K21</b>	<b>M21</b>	Kategoria Rodzinna	<b>OTR</b>	

Są to tylko zalecane trasy, wystartować można na dowolnej.

**ZAWODY SZTAFETOWE** - Mistrzostwa Polski w Sztafetach Sprinterskich Mieszanych /startuje 1 kobieta i 1 mężczyzna i pokonują trasę dwa razy w kolejności – I i III zmiana – kobieta, II i IV zmiana mężczyzna. **Dopuszcza się start sztafet wojewódzkich.**

Kategorie wiekowe **Mistrzostwa Polski** – juniorzy młodsi K17 i M17, juniorzy K20 i M20, seniorzy K21 i M21, weterani, **Puchar Podlasia** – dzieci K12 i M12 oraz K14 i M14.

## XI. Zgłoszenia



**W terminie do 28.04.2015** - Mieszkańcy Podlasia. Oraz kategorie K/M 12 i K/M 14:  
Zgłoszenia w terminie poprzez stronę [www.orienteing.waw.pl](http://www.orienteing.waw.pl) 10 zł/za 1 start  
Sztafety Sprint Mix 20 zł/za sztafetę  
Zgłoszenia w terminie poprzez e-mail [jan\\_cegielka@sggw.pl](mailto:jan_cegielka@sggw.pl) 12 zł/za 1 start  
Zgłoszenia w dniu zawodów /w miarę posiadanych map/ 15 zł/za 1 start  
Dzieci ze szkół podstawowych klasy I-VI 2 zł/za 1 start  
Osoby zgłoszone, a nie startujące 3 zł/za 1 start  
Uczestnicy /zarejestrowani w PZOS/ – zgłaszają się według kategorii wiekowych:  
Zgłoszenia w terminie poprzez stronę [www.orienteing.waw.pl](http://www.orienteing.waw.pl) 20 zł/za 1 start  
Sztafety Sprint Mix 40 zł/za sztafetę  
Zgłoszenia po terminie poprzez e-mail [jan\\_cegielka@sggw.pl](mailto:jan_cegielka@sggw.pl) 25 zł/za 1 start  
Zgłoszenia w dniu zawodów /w miarę posiadanych map/ 30 zł/za 1 start  
Osoby zgłoszone, a nie startujące 10 zł/za 1 start

## XII. Potwierdzenie punktów:

Zawody zostaną rozegrane przy użyciu elektronicznego systemu potwierdzania punktów kontrolnych Sport-Ident. Wypożyczenie karty SI – 5 złoty na wszystkie starty.

## XIII. Zakończenie:

02.05.2015 – 20:00 Centrum zawodów /pierwsze dwa dni zawodów/  
03.05.2015 – 14:00 Centrum zawodów /trzeci dzień zawodów i Puchar Podlasia/

## XIV. Nagrody:



1. Zawodnicy zajmujący miejsca od 1 do 6 w kategoriach wiekowych w klasyfikacji generalnej Pucharu Podlasia Runda I /suma czasów wszystkich etapów też z zawodów sztafetowych/ otrzymują okolicznościowe pamiątkowe medale i dyplomy.
2. Zawodnicy zajmujący miejsca od 1 do 3 w kategoriach wiekowych w poszczególnych etapach Pucharu Podlasia Runda I otrzymują dyplomy.
3. Zawodnicy zarejestrowani w PZOS z aktualną licencją sportową otrzymują medale za miejsca 1-3 w Sztafetowych Sprinterskich Mistrzostwach Polski Zespołów Mieszanych.

**Serdecznie zapraszamy do udziału wszystkie osoby posiadające rower.**

Więcej informacji na: [www.orienteing.waw.pl](http://www.orienteing.waw.pl), [www.mtbo.pl](http://www.mtbo.pl)

