

## XXIII ZIMA NA PRADZE 2019

marsze i biegi na orientację,

O-run 5 km, nordic walking 5 km,

**XIV BIEG WEDLA** biegi przełajowe na 0,25;2;5,5;9 km

pod honorowym patronatem Burmistrza Dzielnicy Warszawa Praga Płd.

### REGULAMIN

**ORGANIZATOR** : HKT „TREP” PTTK [www.trepklub.waw.pl](http://www.trepklub.waw.pl) , Komisja InO  
Oddziału PTTK Warszawa Praga im. Z. Glogera

przy współpracy: Urzędu Dzielnicy i CPK Dz. Warszawa Praga Płd. m. stoł.  
Warszawy, KS „Drukarz”, orienteering.waw.pl, silne-studio.pl, agapa,

**SPONSOR Tytułarny** : E.Wedel, Rada Osiedla Kamionek, mieszkaniac.pl

**Sponsor**: Misianka, Sklep Biegacza, Festiwal Biegowy, Figaro

**TERMIN** : 2.02.2019 r. (sobota)

**FORMA** : TO - TRASA DLA ŚREDNIOZAAWANSOWANYCH w  
marszu na orientację – start indywidualny - 1 pkt na OInO

**TP/TF - TRASA DLA POCZĄTKUJĄCYCH/FAMILIJNA** w marszu na  
orientację - zespoły 2-5 osobowe/dla dzieci z opiekunami - 1 pkt na OInO

**TRInO 6/W/15; 9/W/18** Warszawa Kamionek – trasa turystyczno-  
rekreacyjna, mapa i opis trasy na stronie [www.trino.pttk.pl](http://www.trino.pttk.pl) – 1 pkt na OInO

**BnO-TRASA SPORTOWA** w bno (park tour – bieg parkowy na trasach o  
dł. ok.: A- 2 km,B-3,0 km,C-4,0 km, **O-run**- 5 km - 1 pkt na OInO

**XIV BIEG WEDLA** bieg przełajowy –na dyst.- **0,25 km** dla maluchów (ur.  
2012 i później) **1,86 km** (1 pętla) – dla dzieci i młodz. do lat 15 i pow. 70  
lat; **5,5 km** (3 pętle); **9 km** (5 pętli) **Nordic Walking** – 5 km

**MAPA** : Park Skaryszewski 2, 01-15-523/2WA, 1 : 5 000 (lub inne)

**CENTRUM** : i sekretariat na placu za muszlą koncertową przy stadionie KS  
„Drukarz” w parku, szatnia w budynku KS „Drukarz”.

**DOJAZD** : - tramwajem nr: 3,6,9,24,26,28 - autobusem nr: 102,125,135, 158,  
- dojście najbliższe od al. Waszyngtona lub ul. Grochowskiej ul.  
Międzynarodową (wzdłuż ogrodzenia parku) ok. 600 m

**START** : godz. 10.00- mno i bno, o-run, NW godz. 11.00 BW

**ZGŁOSZENIA** : na trasy mno, bno, na formularzu [www.orienteering.waw.pl](http://www.orienteering.waw.pl)  
(do 1.02. druk map), na trasę BW, O-run, NW na stronie [www.biegwedla.pl](http://www.biegwedla.pl)  
(lub do wyczerpania miejsc) lub na miejscu w miarę zwolnionych miejsc,

**INFORMACJE DODATKOWE**: Andrzej Krochmal tel. 605 403 929

**WPISOWE** : BW–10/45 zł, InO – 5 zł opłata na miejscu w dniu imprezy, po  
wcześniejszym zgłoszeniu

**NAGRODY**: dla najlepszych dyplomy i słodkie upominki od WEDLA, pakiety  
startowe z medalami i puchary dla zwycięzców Biegu Wedla, na mecie gorąca  
czekolada, naklejka, itp.

**DO ZOBACZENIA NA IMPREZIE - ORGANIZATORZY**