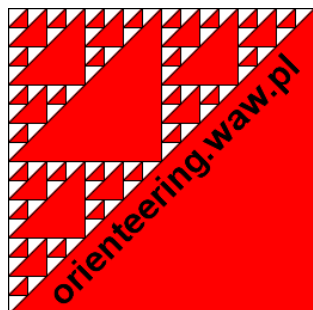




KOMUNIKAT TECHNICZNY RUNDA IV DZIENNA PUCHAR WARSZAWY i MAZOWSZA w NARCIARSKIM BIEGU na ORIENTACJĘ 2016

TERMIN 24.01.2016

ORGANIZATOR UKS „Falenica

CEL ZAWODÓW Popularyzacja imprez na orientację.

MIEJSCE Warszawa Falenica – Szkoła Podstawowa 124
ul. Bartoszycka 45/46
/możliwość wypożyczenia nart, butów i kijków
– kontakt Iwona Jaszczyńska numer tel. 882139835 /.



FORMA Dienne, indywidualne dystans klasyczny

MAPY RJnO Falenica skala 1:5 000 e-2,5 m Trasa Zielona
Falenica skala 1: 7 500 e-2,5 m Trasa niebieska
Falenica skala 1: 12 500 e-2,5 m Trasa czerwona

PARAMETRY TRAS DYSTANS KLASYCZNY

Trasa ZIELONA	3,2 km	5 PK
Trasa NIEBIESKA	6,9 km	10 PK
Trasa CZERWONA	12,9 km	15 PK



POTWIERDZANIE PK Karta startowa i perforator

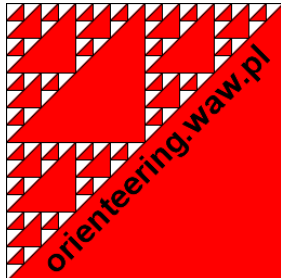
ZGŁOSZENIA Poprzez stronę www.orienteering.waw.pl do 22.01.2016
do godziny 16:00

WPISOWE Osoby zgłoszone w terminie poprzez stronę www.orienteering.waw.pl 10 zł
Osoby zgłoszone w terminie poprzez e-mail jan_cegielka@sggw.pl 15 zł
Osoby zgłoszone w dniu zawodów /w miarę posiadanych map/ 20 zł
Osoby zgłoszone, a nie startujące 7 zł

START w godzinach 12:45-13:30 – start 1100 metrów od centrum zawodów. Zapraszamy do wcześniejszego udziału w biegu narciarskim /Regulamin i trasy poniżej/

ŚWIADCZENIA Pamiątkowa okolicznościowa naklejka, ciepły posiłek w bufecie w centrum zawodów, Bufet czynny do 13:15.

KLASYFIKACJA Według Regulaminu PWiM w NBnO 2016



REGULAMIN

Mistrzostwa DZIELNICY WAWER m. st. WARSZAWY w Narciarstwie Biegowym IV Runda Cyklu "Cztery Pory Roku 2015"

Organizator	Urząd Dzielnicy Wawer m. st. Warszawy
Termin	24 styczeń 2016 r.
Centrum	Szkoła Podstawowa nr 124, ul. Bartoszycka 45/47 czynne od 8:15 do 9:45.
Program	10 : 15 start na dystansie 600 m. 10 : 30 start na dystansie 1,2 km. 10 : 50 start na dystansie 3,0 km 11 : 30 start na dystansie 4,8 i 7,2 km 12 : 40 uroczyste zakończenie. W Szkole Podstawowej 124.

Zawody rozegrane zostaną biegiem w stylu dowolnym na przygotowanej oznakowanej w terenie pętli o długości 600 metrów oraz 1200 metrów w następujących kategoriach wiekowych:

- do lat 9 dziewcząt i chłopców 0,6 km /1 okrążenie trasa niebieska/
- do lat 12 dziewcząt i chłopców 1,2 km /2 okrążenia trasa niebieska/
- do lat 16 dziewcząt i chłopców 3,0 km /5 okrążeń trasa niebieska/
- do lat 19 dziewcząt i chłopców 4,8 km /4 okrążenia trasa niebieska i czerwona/
- do lat 40 kobiet i mężczyzn 7,2 km /6 okrążenia trasa niebieska i czerwona/
- do lat 60 kobiet i mężczyzn 4,8 km /4 okrążenia trasa niebieska i czerwona/
- powyżej lat 60 kobiet i mężczyzn 3,0 km /5 okrążeń trasa niebieska/

Organizatorzy zastrzegają sobie inny podział kategorii w sytuacji małej ilości uczestników.

O zaliczeniu do kategorii wiekowej decyduje liczba lat ukończonych przez zawodnika w 2016 roku kalendarzowym.

Trasa	Patrz mapka około 1,1 km od szkoły oznakowana w terenie, przygotowane trasa do biegu stylem dowolnym – dojazd ze szkoły na nartach lub pieszo /około 7-15 minut/ po białe -czerwonych faworkach
Zgłoszenia	Zgłoszenia na adres jan_cegielka@sggw.pl do 22.01.2016 z podaniem roku urodzenia lub w Centrum zawodów do godziny 9:45 w dniu biegu.
Wpisowe	Bez opłat.
Narty	Wypożyczalnia „Nartoteka”: nart biegowych, kijków i butów, ul. Bartoszycka 26 strony internetowej www.nartoteka.pl Rezerwacje mailowo biuro@nartoteka.pl
Trasa	Wyznakowana w terenie namalowane na drzewach oznakowania tras.
Nagrody	Medale za I – III miejsce we wszystkich kategoriach wiekowych w których wystartują co najmniej 4 osoby.

Uwaga – jeśli warunki pogodowe uniemożliwią nam rozegranie zawodów o nowym terminie powiadomimy Państwa na stronie internetowej Urzędu Dzielnicy Wawer m.st.Warszawy.

Więcej informacji i regulamin: <http://czworboj.wawer.warszawa.pl/regulamin/>

Serdecznie zapraszamy do udziału.

CENTRUM ZAWODÓW ORAZ TRASA BIEGU

