



Warszawa  
Wawer



## ZORIENTOWANI na NARTACH BIEGOWYCH

**18.01.2026 Warszawa Międzylesie**

**Organizatorzy:** Urząd Dzielnicy Wawer Miasta Stołecznego Warszawy,  
Stowarzyszenie Team 360°,  
UKS Falenica Warszawa.

**Centrum zawodów:** Warszawa Międzylesie, Szkoła Podstawowa 138, ul. Pożaryskiego 2, parking przy SP 138,  
start i meta w szkole w szatni na dole. GPS: 52.202873, 21.180554.  
Centrum czynne od 10:00.

**Uczestnicy nie ponoszą opłat za wypożyczenie sprzętu oraz start w zawodach na orientację.**

**Program:** **Nauka biegania na nartach biegowych wraz z instruktorami.**  
Zapraszamy wszystkich chętnych na z własnym sprzętem na 90 minutową praktyczną naukę poruszania się na nartach biegowych. Dla osób nie posiadających własnych nart biegowych, butów oraz kijków możliwość bezpłatnego wypożyczenia ilość ograniczona i obowiązuje zasada, kto pierwszy ten lepszy. Do dyspozycji będą 73 komplety nart biegowych z butami i kijkami. Grupa wraz z instruktorami wyrusza o godzinie 12:00 zajęcia kończą się o 14:00. W szkole jest możliwość przebrania się, zostawienia rzeczy i po zakończeniu nauki na wszystkich czekają ciepłe napoje w postaci herbaty, kawy i czekolady na gorąco.

**Narciarski Bieg na Orientację, możliwość startu z mapą.**  
Puchar Warszawy i Mazowska w Narciarskim Biegu na Orientację.  
Pierwsze starty od godziny 10:30 – ostatni start o godzinie 13:30.

**Parametry Tras:** Do wyboru na uczestników czeka tras do pokonania w formie scorelaufu – potwierdzamy punkty kontrolne w dowolnej kolejności i od dyspozycji i właściwie posmarowanych nart zależy ile punktów damy radę potwierdzić. Przykładowo:

**7 punktów kontrolnych to około 3,5 km**  
**12 punktów kontrolnych to około 5,5 km**  
**18 punktów kontrolnych to około 11,5 km**

Skala mapy 1:12 500. Mapa do NBN0. Format mapy A4, mapa w koszulce foliowej.  
Cześć map zalaminowana. Wystarczy sznurek i mapę zawieszamy na szyi.