



## KOMUNIKAT TECHNICZNY

### Puchar Warszawy i Mazowsza w RjNo (Runda VII) MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ URODY 09-10 WRZESIEŃ 2023 Zawody z kalendarza RTZ o współczynniku rankingowym 0,7

**Organizator:** Stowarzyszenie Team 360°, UKS Falenica.

**Centrum zawodów:** 09-10.09.2023 MUZEUM ZIEMI OTWOCKIEJ, ul. Narutowicza 2 Otwock  
<http://www.muzeum.ock.com.pl/> GPS: 52°5'28.298"N, 21°16'38.411"E

**Program:** 09.09.2023 (sobota) – dystans klasyczny (start od 12:00 do 13:00 ostatni start).  
10.09.2023 (niedziela) – sprint start od 10:30 - 11:15 ostatni start dystans sprint,  
dystans średni start od 11:00 do 12:00 ostatni start dystans średni)  
**Zamknięcie mety i zbieranie PK sobota od 15:00, niedziela od 14:00**  
**Proszę o przestrzeganie norm czasowych w sobotę trasy są naprawdę długie.**

**Trasy:** **ZIELONA** – krótka i łatwa  
**NIEBIESKA** – średnio długa i średnio trudna  
**CZERWONA** – dość długa i dość trudna  
**CZARNA** – bardzo długa i bardzo trudna

Zalecane trasy:	Rok urodzenia	Panie	Panowie	Rok urodzenia	Panie	Panowie
	2013 i później	<b>K10</b>	<b>M10</b>	1974–1978	<b>K45</b>	<b>M45</b>
	2011-2012	<b>K12</b>	<b>M12</b>	1969–1973	<b>K50</b>	<b>M50</b>
	2009–2010	<b>K14</b>	<b>M14</b>	1964–1968	<b>K55</b>	<b>M65</b>
	2006–2008	<b>K17</b>	<b>M17</b>	1959–1963	<b>K60</b>	<b>M60</b>
	2003–2005	<b>K20</b>	<b>M20</b>	1954–1958	<b>K65</b>	<b>M65</b>
	1984–2002	<b>K21</b>	<b>M21</b>	1949–1953	<b>K70</b>	<b>M70</b>
	1979–1983	<b>K40</b>	<b>M40</b>	1948 i wcześniej	<b>K75</b>	<b>M75</b>

Są to tylko zalecane trasy, wystartować można na dowolnej. Szczegóły klasyfikacji generalnej można znaleźć w regulaminie na stronie [www.orienteering.waw.pl](http://www.orienteering.waw.pl)

**Zgłoszenia:** **Do 07.09.2023 (czwartek) do godziny 23:00** za pomocą formularza na stronie [www.orienteering.waw.pl](http://www.orienteering.waw.pl) lub na adres [jcmto@gmail.com](mailto:jcmto@gmail.com) (w zgłoszeniu należy obowiązkowo podać rok urodzenia)

**Wpisowe:** Zgłoszenia w terminie poprzez stronę [www.orienteering.waw.pl](http://www.orienteering.waw.pl) 20 zł/za 1 start  
Osoby poniżej 18 roku życia 10 zł/za 1 start  
Zgłoszenia w dniu zawodów /w miarę posiadanych map/ 30 zł/za 1 start

#### Parametry tras

<b>SOBOTA</b>	<b>ZIELONA</b> –	8200 m	8 PK	mapa w skali 1: 10 000 format A-4
<b>09.09.2023</b>	<b>NIEBIESKA</b> –	15300 m	12 PK	mapa w skali 1: 12 500 format A-3
<b>DYSTANS</b>	<b>CZERWONA</b> –	23800 m	17 PK	mapa w skali 1: 15 000 format A-3
<b>KLASYCZNY</b>	<b>CZARNA</b> –	30400 m	18 PK	mapa w skali 1: 15 000 format A-3
<b>NIEDZIELA</b>	<b>ZIELONA</b> –	4200 m	7 PK	mapa w skali 1: 7 500 format A-4
<b>10.09.2023</b>	<b>NIEBIESKA</b> –	6100 m	9 PK	mapa w skali 1: 7 500 format A-4
<b>DYSTANS</b>	<b>CZERWONA</b> –	7400 m	12 PK	mapa w skali 1: 7 500 format A-4
<b>SPRINT</b>	<b>CZARNA</b> –	9200 m	13 PK	mapa w skali 1: 7 500 format A-4
<b>NIEDZIELA</b>	<b>ZIELONA</b> –	6100 m	8 PK	mapa w skali 1: 7 500 format A-4
<b>10.09.2023</b>	<b>NIEBIESKA</b> –	9200 m	12 PK	mapa w skali 1: 10 000 format A-4
<b>DYSTANS</b>	<b>CZERWONA</b> –	12300 m	15 PK	mapa w skali 1: 10 000 format A-4
<b>ŚREDNI</b>	<b>CZARNA</b> –	15500 m	16 PK	mapa w skali 1: 10 000 format A-4

**Mapy i teren:** Specjalistyczne mapy do RJnO skala od 1:7 500 do 1:15 000, e-2,5 m.  
Mapa na zawody aktualizowana lato 2023 roku.

**Świadczenia** Pamiątkowa naklejka, napój na mecie, **batonik Pawełek tylko w sobotę.**

**Numer startowy:** **Zgłoszenie na zawody jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na wykonanie numeru startowego na którym jest imię i nazwisko osoby zgłoszonej.** Numer obowiązuje podczas całego cyklu Mistrzostw. Osoby nie zgłoszone oraz zgłoszone po terminie nie otrzymają numeru startowego. Wydanie duplikatu numeru za opłatą 10 PLN.

**Obowiązki uczestników:** Zawodnicy muszą posiadać kaski ochronne. Dzieci do lat 12 i nie posiadający karty rowerowej muszą przebywać pod opieką dorosłych. Podczas pokonywania tras należy przestrzegać zasad ruchu drogowego.

**Potwierdzanie punktów:** Karta startowa i perforator na punkcie kontrolnym.

**Klasyfikacja:** Prowadzona będzie w poszczególnych kategoriach wiekowych w postaci rankingu zgodnie z Regulaminem Pucharu Warszawy i Mazowsza zamieszczonym na stronie [www.orienteering.waw.pl](http://www.orienteering.waw.pl)

**Nagrody:** Podsumowanie zawodów i wręczenie nagród nastąpi w dniu 29.10.2023 r.  
Losowanie roweru, dyplomy, medale zgodnie z regulaminem cyklu na 2023 rok.

**Więcej informacji na:** [www.orienteering.waw.pl](http://www.orienteering.waw.pl), oraz [www.team360.pl](http://www.team360.pl)