



## KOMUNIKAT TECHNICZNY

### Puchar Warszawy i Mazowsza w RjO (Runda IX)

### MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ OŚMIORNICY 7-8 PAŹDZIERNIKA 2023

**Organizator:** Stowarzyszenie Team 360°, UKS Falenica, Adam Wojciechowski

**Centrum zawodów:** 7.10.2023 **Otrębusy**, ul. Świerkowa. Przed bramą wjazdową do Pałacu Karolin (Centrum Folkloru Polskiego) GPS: 52.119870, 20.757360  
8.10.2023 **Podkowa Leśna**, róg ulic Zygmunta Krasińskiego i Bolesława Prusa, GPS: 52.117674, 20.736376

**Program:** Biuro czynne od **9:30 sobota i niedziela**.

7.10.2023 (**sobota**) – dystans klasyczny – start interwałowy od 9:45.

8.10.2023 (**niedziela**) - dystans sprint – start interwałowy od 9:45.

8.10.2023 (**niedziela**) - dystans średni – start interwałowy od 9:45.

**Zamknięcie biura o godzinie 14:00 sobota i niedziela. Rozpoczęcie zbierania punktów i zamknięcie mety. Prośba o takie zaplanowanie godziny startu, aby zdążyć przed zamknięciem bazy.**

**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 Panowie	Panie	Panowie	Rok urodzenia	Panie
	2013 i później	<b>K 10</b>	<b>M10</b>	1974–1978	<b>K45</b> <b>M45</b>
	2011–2012	<b>K 12</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>M55</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 5.10.2023 (czwartek) do godziny 22:00 za pomocą formularza na stronie [www.orienteering.waw.pl](http://www.orienteering.waw.pl) lub na adres [pwim.rjno@gmail.com](mailto:pwim.rjno@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 terminie poprzez e-mail [pwim.rjno@gmail.com](mailto:pwim.rjno@gmail.com) 25 zł/za 1 start  
Zgłoszenia w dniu zawodów /w miarę posiadanych map/ 30 zł/za 1 start

### Parametry tras

**SOBOTA**  
**7.10.2023**  
**DYSTANS**  
**KLASYCZNY**

<b>ZIELONA</b>	8 700 m	7 PK	1 mapa w skali 1:10 000	format A-4
<b>NIEBIESKA</b>	23 100 m	13 PK	1 mapa w skali 1:15 000	format A-4
<b>CZERWONA</b>	35 400 m	18 PK	2 mapy w skali 1: 15 000	format A-4
<b>CZARNA</b>	48 000 m	22 PK	2 mapy w skali 1: 15 000	format A-4

**NIEDZIELA**  
**8.10.2023**  
**DYSTANS**  
**SPRINT**

<b>ZIELONA</b>	3 450 m	7 PK	1 mapa w skali 1:5 000	format A-4
<b>NIEBIESKA</b>	6 450 m	10 PK	1 mapa w skali 1:7 500	format A-4
<b>CZERWONA</b>	7 800 m	14 PK	1 mapa w skali 1:7 500	format A-4
<b>CZARNA</b>	9 300 m	16 PK	1 mapa w skali 1:7 500	format A-4

**NIEDZIELA**  
**8.10.2023**  
**DYSTANS**  
**ŚREDNI**

<b>ZIELONA</b>	6 600 m	8 PK	1 mapa w skali 1:7 500	format A-4
<b>NIEBIESKA</b>	13 050 m	12 PK	1 mapa w skali 1:12 500	format A-4
<b>CZERWONA</b>	18 750 m	17 PK	1 mapa w skali 1:12 500	format A-4
<b>CZARNA</b>	21 300 m	20 PK	1 mapa w skali 1:12 500	format A-4

**Mapy i teren:** Specjalistyczne mapy do RJnO skala od 1:5 000 do 1:15 000, e-2,5 m. Mapy częściowo aktualizowane w 2023 roku, dostosowane do standardu ISMTBOM 2022.

**Świadczenia** Pamiątkowa naklejka, napój na mecie. Baton Pawełek..

**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 Regulaminami 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 23.10.2023 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)