

TECHNICZNY

Puchar Warszawy i Mazowsza w RjNo 2017 (Runda V) Światowy Dzień Kosmosu 20-21 MAJA 2017

Organizator: UKS Falenica, Stowarzyszenie Team 360°.

Centrum zawodów: 20.05.2017 – Komorów, Otwarta Strefa Rekreacji nad Zalewem Komorowskim ulica Główna (patrz mapka na końcu Komunikatu)

21.05.2017 – Nadarzyn, parking przed stadionem Gminnego Ośrodka Sportu w Nadarzynie ulica Żółwińska 20 (patrz mapka na końcu Komunikatu)

Biuro zawodów czynne od godziny 9:30 oba dni zawodów.

Program: 20.05.2017 (sobota) – dystans SPRINT I ŚREDNI start interwałowy 09:45 do 11:00
21.05.2017 (niedziela) – dystans DŁUGI start interwałowy 09:45 do 11:00

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 |
|-----------------|----------------|----------------|---------------|------------------|------------|------------|
| | 2005 i później | K 10/12 | M10/12 | 1968–1977 | K40 | M40 |
| | 2003–2004 | K14 | M14 | 1958–1967 | K50 | M50 |
| | 2000–2002 | K17 | M17 | 1948–1957 | K60 | M60 |
| | 1997–1999 | K20 | M20 | 1947 i wcześniej | K70 | M70 |

1978–1996

K21 M21Kategoria Rodzinna **OTR**

Są to tylko zalecane trasy, wystartować można na dowolnej. Szczegóły klasyfikacji generalnej można znaleźć w regulaminie na stronie www.orienteing.waw.pl

Zgłoszenia: Do 19.05.2017 (piątek) **do godziny 14:00** za pomocą formularza na stronie www.orienteing.waw.pl lub na adres pwim.rjno@gmail.com (w zgłoszeniu należy obowiązkowo podać rok urodzenia)

Wpisowe: Zgłoszenia w terminie poprzez stronę www.orienteing.waw.pl 10 zł/za 1 start
 Zgłoszenia w terminie poprzez e-mail pwim.rjno@gmail.com 15 zł/za 1 start
 Zgłoszenia w dniu zawodów /w miarę posiadanych map/ 20 zł/za 1 start Osoby zgłoszone, a nie startujące 5 zł/za 1 start

Parametry tras

| | | | | | |
|-------------------|--------------------|--------|-------|-----------------------|------------|
| SOBOTA | ZIELONA – | 4200 m | 5 PK | mapa w skali 1:7 500 | format A-4 |
| 20.05.2017 | NIEBIESKA – | 5500 m | 8 PK | mapa w skali 1:7 500 | format A-4 |
| DYSTANS | CZERWONA – | 7200 m | 10 PK | mapa w skali 1:10 000 | format A-4 |
| SPRINT | CZARNA – | 9200 m | 12 PK | mapa w skali 1:10 000 | format A-4 |

| | | | | | |
|-------------------|--------------------|---------|-------|------------------------|------------|
| SOBOTA | ZIELONA – | 6000 m | 5 PK | mapa w skali 1:7 500 | format A-4 |
| 20.05.2017 | NIEBIESKA – | 13900 m | 12 PK | mapa w skali 1: 10 000 | format A-3 |
| DYSTANS | CZERWONA – | 18600 m | 16 PK | mapa w skali 1: 15 000 | format A-3 |
| ŚREDNI | CZARNA – | 22700 m | 20 PK | mapa w skali 1: 15 000 | format A-3 |

NIEDZIELA 21.05.2017 Trasy czerwona i czarna w formie jednoosobowej sztafety Motala (zawodnicy otrzymują dwie mapy, zmiana mapy po przejechaniu linii startu/mety)

| | | | | | |
|----------------|--------------------|---------|-------|-------------------------|------------|
| DYSTANS | ZIELONA – | 6600 m | 7 PK | mapa w skali 1: 7 500 | format A-4 |
| DŁUGI | NIEBIESKA – | 18000 m | 17 PK | mapa w skali 1:15 000 | format A-4 |
| | CZERWONA – | 28000 m | 24 PK | 2 mapy w skali 1:15 000 | format A-4 |
| | CZARNA – | 37500 m | 32 PK | 2 mapy w skali 1:15 000 | format A-3 |

UWAGA - PRZEZ MAPE I WOKÓŁ NIEJ PRZEBIEGAJĄ DROGI ASFALTOWE NALEŻY ZACHOWAĆ OSTROŻNOŚĆ I PRZESTRZEGAC ZASADY RUCHU DROGOWEGO PODCZAS ICH PRZEKRACZANIA.

Mapy i teren: Specjalistyczne mapy do rowerowej jazdy na orientację w skali od 1:7 500 do 1:15 000, e-2.5m. Mapy zaktualizowane na wiosnę 2017.

Numer startowy: Każdy zawodnik otrzyma imienny numer startowy, który obowiązuje podczas całego cyklu Mistrzostw. Wydanie duplikatu numeru za opłatą 5 PLN.

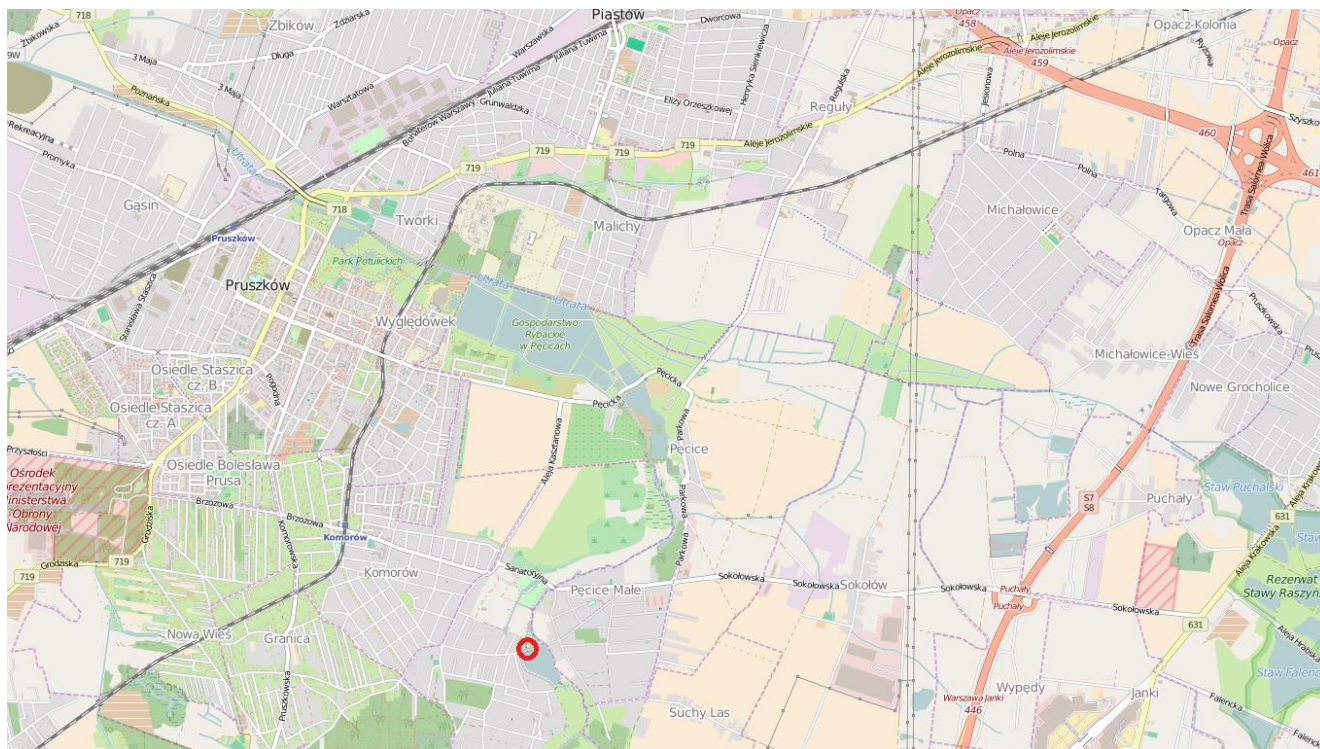
Świadczenia: Każdy zawodnik otrzyma pamiątkową kolorową naklejkę z zawodów, na mecie woda.

Obowiązki uczestników: Zawodnicy muszą posiadać kaski ochronne. Dzieci do lat 10 i nie posiadający karty rowerowej muszą przebywać pod opieką dorosłych.

- Klasyfikacja:** Prowadzona będzie w poszczególnych kategoriach wiekowych w postaci rankingu zgodnie z Regulaminem Pucharu Warszawy i Mazowsza zamieszczonym na stronie www.orienteing.waw.pl
- Nagrody:** Podsumowanie zawodów i wręczenie nagród nastąpi w dniu 05.11.2017 r. Specjalna nagroda w postaci losowania jednego roweru firmy Wheeler wśród osób, które wystartują w minimum jednym etapie w 9 rundach cyklu, za każdy start powyżej, zawodnik otrzymuje dodatkowy kupon biorący udział w losowaniu. Jedna osoba maksymalnie może mieć 4 kupony biorące udział w losowaniu. roweru.
- Potwierdzenie punktów:** Karta startowa

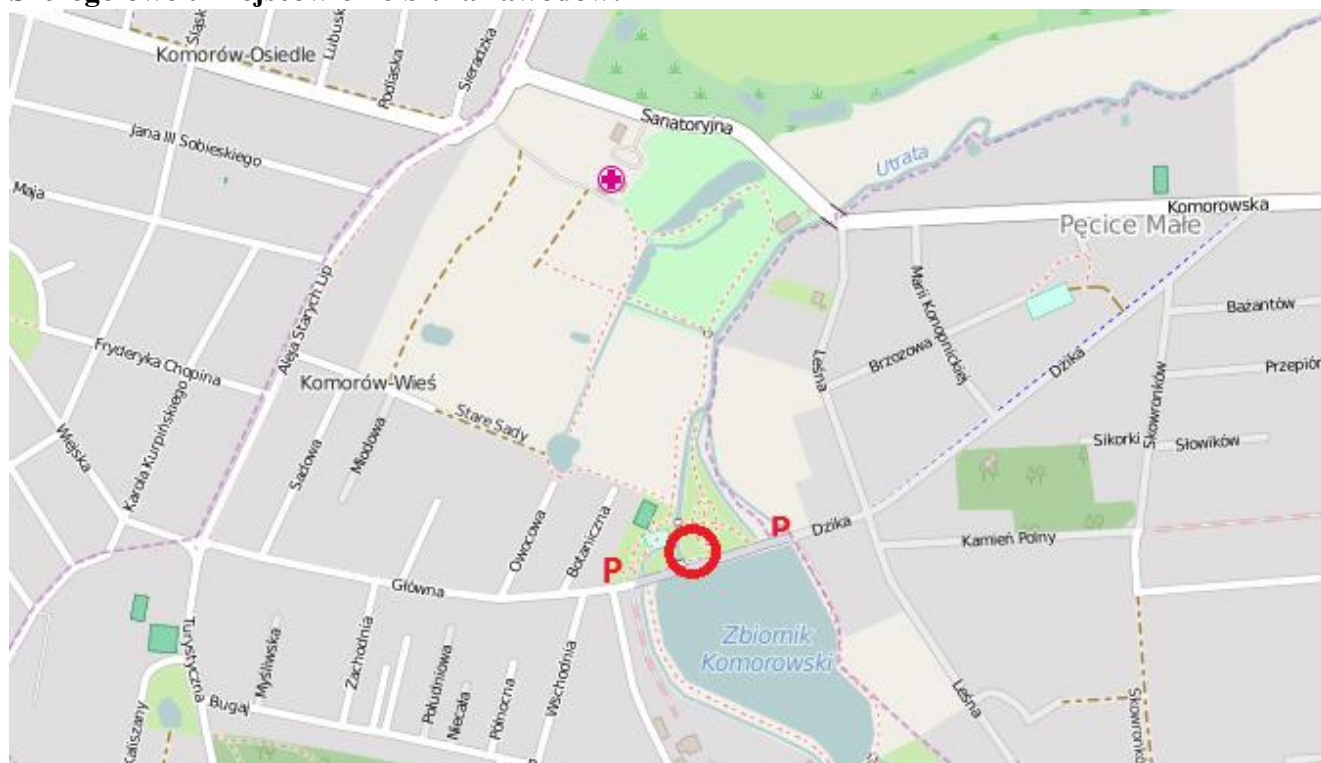
Więcej informacji na: www.orienteing.waw.pl, www.mtbo.pl oraz www.team360.pl

Dojazd na start zawodów w sobotę:



- autem: z Warszawy Alejami Jerozolimskimi w kierunku Pruszkowa, w miejscowości Reguły skrócić w lewo i dalej kierować się na Komorów lub Trasą S7/S8 na południe i zjazd na węzle Puchawy w kierunku Komorowa.
- komunikacją publiczną: dogodny przewóz rowerów zapewniają pociągi SKM/KM, najbliższa stacja Pruszków (ok. 5 km). Nie polecamy przewozić roweru kolejką WKD.

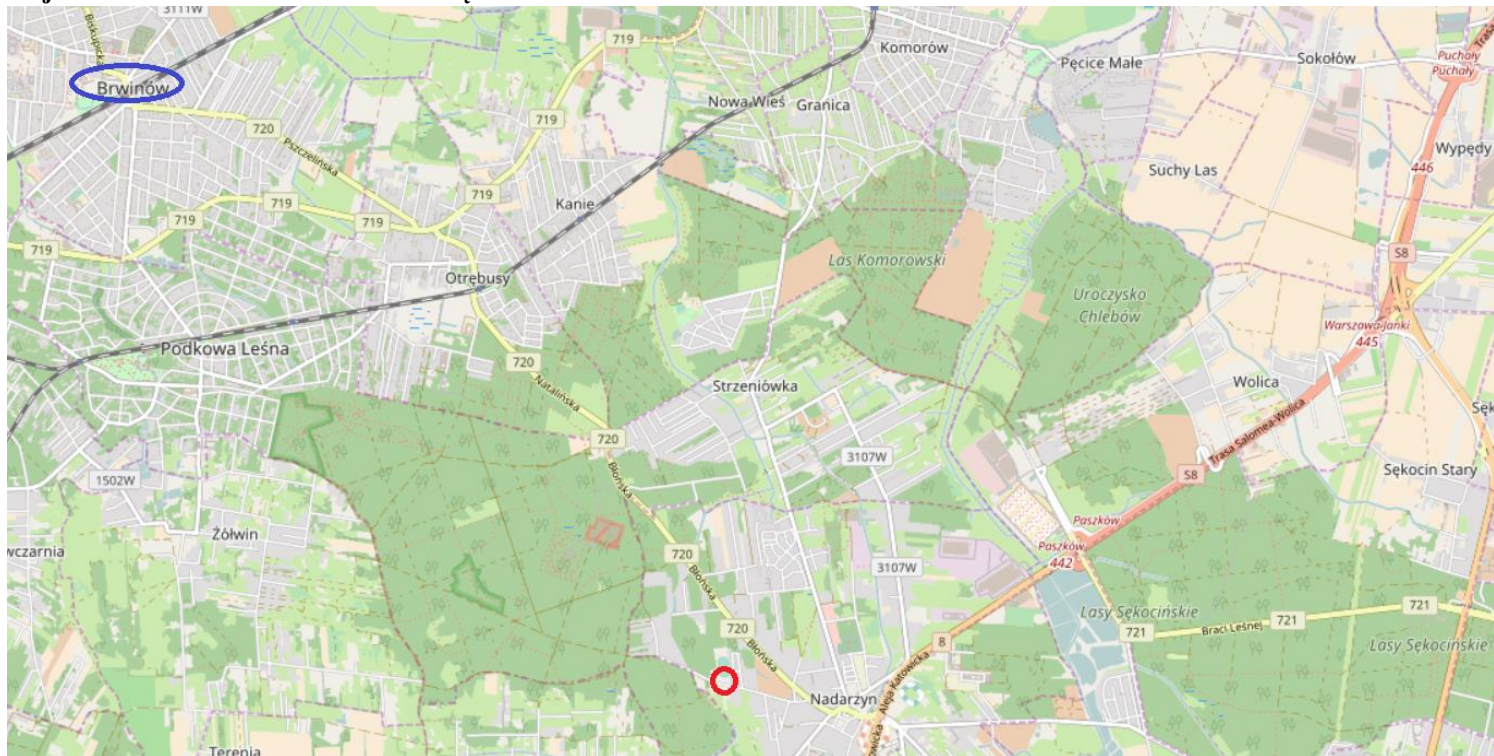
Szczegółowe umiejscowienie biura zawodów:



Na mapie pokazano parkingi samochodowe, nie ma przejazdu autem obok zalewu pomiędzy ulicami Główna i Dziką.

W przypadku braku miejsc na parkingu prosimy o takie pozostawienie pojazdów, aby nie blokować dojazdu do pobliskich posesji!

Dojazd na start zawodów w niedzielę:



- autem: z Warszawy trasą S8 i dalej DK8 do Nadarzyna, dalej w kierunku Błonie, na ulicy Błonskiej skręcić w lewo na ulicę Żółwińską.
- komunikacją publiczną: dogodny przewóz rowerów zapewniają pociągi KM, najbliższa stacja Brwinów (ok. 8,5 km). Nie polecamy przewozić roweru kolejką WKD (najbliższa stacja Otrębusy).

