



REGULAMIN i KOMUNIKAT TECHNICZNY

Mistrzostwa Warszawy i Mazowsza w Narciarskim Biegu na Orientację 2013 (Runda X) 23 lutego 2013

- Organizator:** Rafał Zaworonek
- Centrum zawodów:** Nieporęt od strony Urzędu Gminy, za kościołem przy cmentarzu.
Biuro czynne od godz. 11:00.
- Program:** 23.02.2013 (sobota) – dystans średni (start interwałowy w godz. 11:10-11:40)
- Trasy:**
ZIELONA – krótka i łatwa
NIEBIESKA – średnio długa i średnio trudna
CZERWONA – dość długa i dość trudna

Zalecane trasy:	Kategoria	Rok urodzenia	Kobiety	Mężczyźni
	Młodzicy	1999 i później	K14	M14
	Juniorzy	1995 – 1998	K18	M18
	Seniorzy	1974 – 1994	K21	M21
	Weterani młodsi	1959 – 1973	K40	M40
	Weterani	1944 – 1958	K55	M55
	Weterani starsi	1943 i później	K70	M70

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

Parametry tras:	Start i meta w centrum zawodów	
	ZIELONA	4.6 km 9 PK
	NIEBIESKA	5.4 km 8 PK
	CZERWONA	7.2 km 11 PK

- Zgłoszenia:** Do 22.02.2013 do godziny 22:00 przy pomocy formularza na stronie www.orienteering.waw.pl lub na adres verlin.domowy@wp.pl (w zgłoszeniu należy obowiązkowo podać rok urodzenia).
- Wpisowe:** 10 PLN za każdy start na trasie **CZERWONEJ** i **NIEBIESKIEJ**
5 PLN za każdy start na trasie **ZIELONEJ**
- Mapy i teren:** Specjalistyczna mapa do narciarskiego biegu na orientację.
Nieporęt, 1:10000, e-2.5m.
- Potwierdzanie punktów:** Karta startowa

Serdecznie zapraszamy do udziału wszystkie osoby posiadające narty biegowe.
Więcej informacji na: www.orienteering.waw.pl oraz www.team360.pl