

# PUCHAR ŚLĘŻY 2012



## KOMUNIKAT TECHNICZNY XXIV PUCHAR ŚLĘŻY

Puchar Komendanta Centrum Szkolenia  
Wojsk Inżynieryjnych i Chemicznych we Wrocławiu  
im.gen. Jakuba JASIŃSKIEGO  
**23-24.06.2012**

### 1. ORGANIZATOR

1. Polski Związek Orientacji Sportowej
2. Wojskowy Klub Sportowy „Śląsk”, ul.Oporowska 62; 53-434 Wrocław, tel.717337777, fax. 7337779
3. Centrum Szkolenia Wojsk Inżynieryjnych i Chemicznych we Wrocławiu, im. gen. Jakuba Jasińskiego

### 2. WSPÓŁORGANIZATOR

1. Urząd Marszałkowski
2. Quart Development S.A.

### 3. ZESPÓŁ ORGANIZATORÓW

Kierownik Zawodów	Marcin Cizek
Kierownik Techniczny	Wojciech Dwojak
Sędzia Główny	Róża Spiliszewska
Budowniczy Tras	Kostiantyn Majasow (BT-1)
Obsługa SI	Marcin Luziński



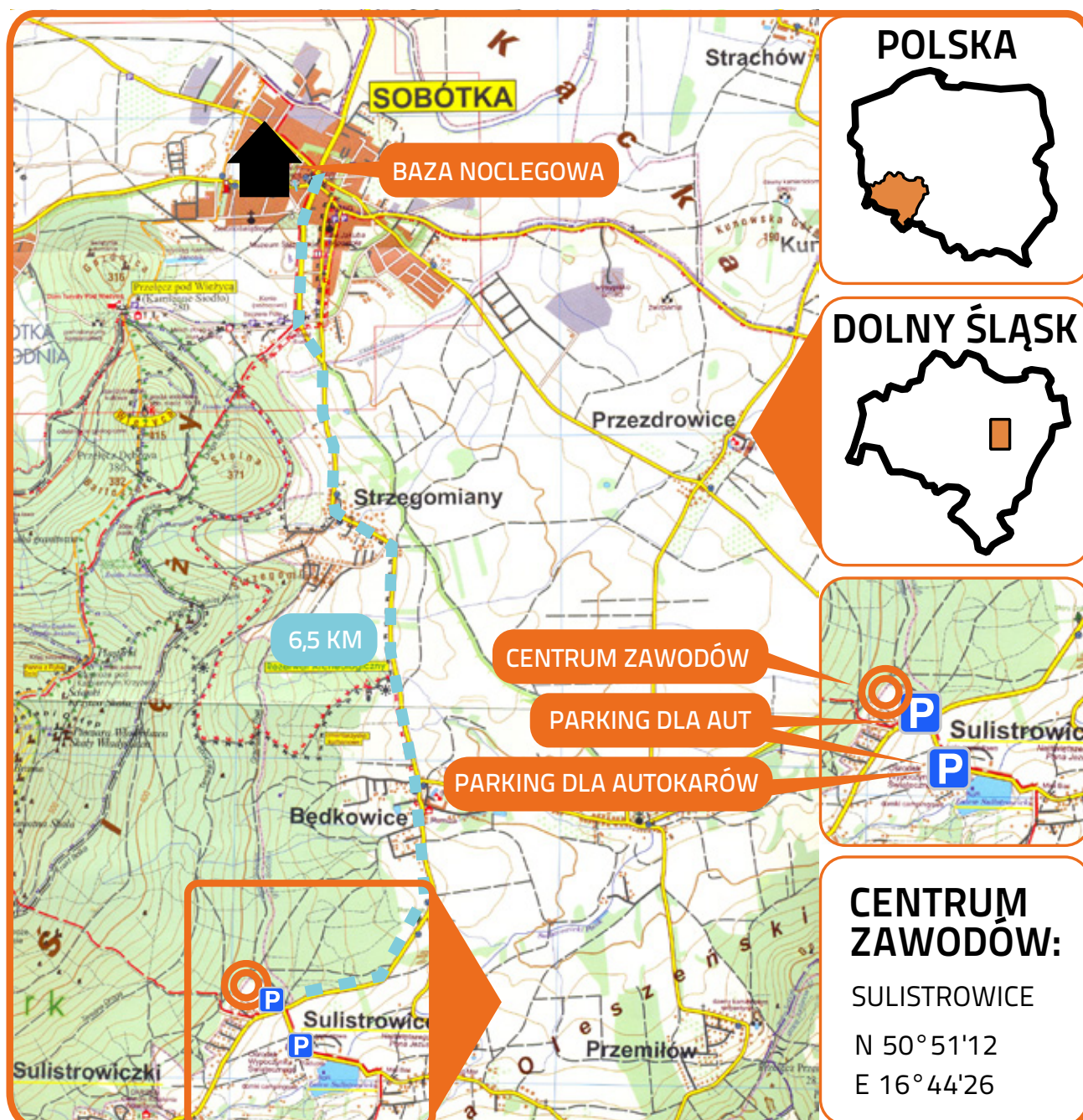
## 4. RANGA I FORMA ZAWODÓW

Dwudniowe zawody indywidualne - klasyfikacja łączna za 2 dni.  
Zawody Centralnego Terminarza Zawodów PZOS.

## 5. PROGRAM ZAWODÓW

23.06 SOBOTA	24.06 NIEDZIELA
<b>12.00-14.30</b> Czynne Biuro Zawodów w Centrum Zawodów	<b>do 08.00</b> Możliwość skorzystania z natrysków w Szkole
<b>15.00</b> <b>od 17.00</b> Start Etap 1 Pucharu Ślęży Możliwość zakwaterowania w Szkole	<b>08.30-10.30</b> Czynne Biuro Zawodów w CZ <b>do 10.00</b> Trzeba opuścić Szkołę <b>11.00</b> Start Etap 2 Pucharu Ślęży <b>13.30</b> Ceremonia Zakończenia PŚ

## 6. LOKALIZACJA



Dokładna mapa dostępna [tutaj](#)

## 7. ZAKWATEROWANIE



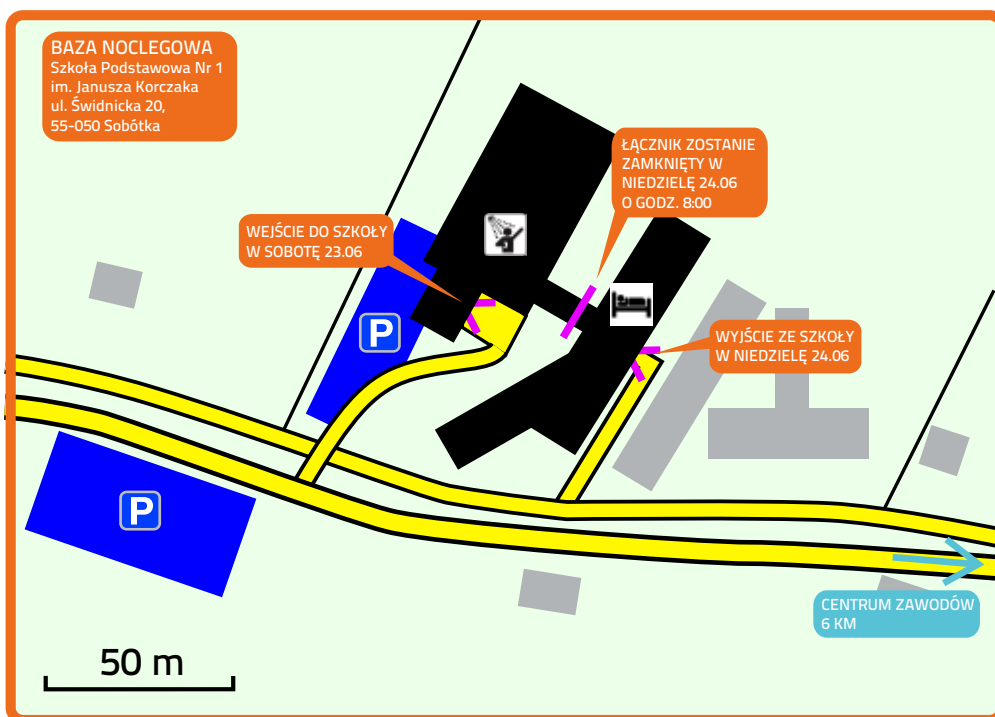
Osoby, które zamówiły nocleg będą zakwaterowane w kompleksie szkolnym (Szkoła Podstawowa i Gimnazjum) w Sobótce. Do dyspozycji będzie 5 sal lekcyjnych

SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 4	SALA 5
UKS Orientuś	UKS Orientuś	H, M, T Pabich	reszta	reszta

Szkoła będzie otwarta od godziny 17.00. Osoby zakwaterowane odbierają klucze od organizatora w miejscu zakwaterowania.

W niedzielę organizowany jest w Szkole turniej tańca, dlatego drzwi do części w której znajduje się prysznic zostaną zamknięte o godz. 08.00

Szkołę należy opuścić do godz. 10.00



## 8. WYŻYWIENIE

Istnieje możliwość skorzystania z wyżywienia (kolacja w sobotę wieczorem oraz śniadanie w niedzielę rano - do godz. 08.00) w stołówce szkolnej.

Koszt to **10 zł**/posiłek/osoba

Organizator nie pośredniczy w załatwianiu posiłków, należy kontaktować się z kierowniczką stołówki:

**p. Aneta Kulińska, tel. 602 680 302**

Zapotrzebowanie na posiłki trzeba zgłosić najpóźniej do soboty 23.06 do godz. 12.00

## 9. PARKINGI

Na zawodach dostępne będą dwa parkingi.

Po wypełnieniu pierwszego, oddalonego od Centrum Zawodów o 300 metrów, uruchomiony będzie drugi parking bezpośrednio w Centrum Zawodów.

### Parking płatny:

Auto/Bus: 3 zł/dzień

Autobus: 10 zł/dzień

Należy bezwzględnie poddać się wskazaniom parkingowych, którzy będą kierować ruchem.

## 10. CENTRUM ZAWODÓW



Na dwa dni będzie to samo Centrum Zawodów.

W Centrum Zawodów znajdować się będzie:

- WC - jedna kabina
- bufet
- osoba do pilnowania dzieci (bez wyposażenia, prosimy zabrać zabawki dla dzieci)
- punkt pierwszej pomocy

W odległości 300 m od CZ na terenie Ośrodka Wypoczynkowego znajdować się będą:

- dodatkowe toalety
  - natryski
- Istniała będzie też możliwość wykąpania się w Jeziorze Sulistrowicki.

Wejście na teren Ośrodka za okazaniem numeru startowego, w innym wypadku płatne.

## 11. ETAP 1 -23.06 - MIDDLE - DOWNHILL

DATA: 23.06.2012

**KATEGORIE:** KM-10N, KM-10, KM-12, KM-14, K-16, KM-18, KM-21, M-35/40, K-45+, M-45+, OPEN A, B, C, RODZINNA

**OPIS ZAWODÓW:** Dystans średni, dla kategorii: K-16, KM-18, KM-21, M-35/40 rozgrywany w formie Downhill (start umiejscowiony o 290 m wyżej niż meta, większość trasy przebiega w dół).

**PUNKT WIDOKOWY:** Część kategorii będzie miała punkt widokowy na swojej trasie, będzie on zarazem ostatnim punktem. Zwracamy uwagę na prawidłowy odbieg od punktu widokowego, od punktu będą odchodzić dwie linie oraz dobieg do mety.

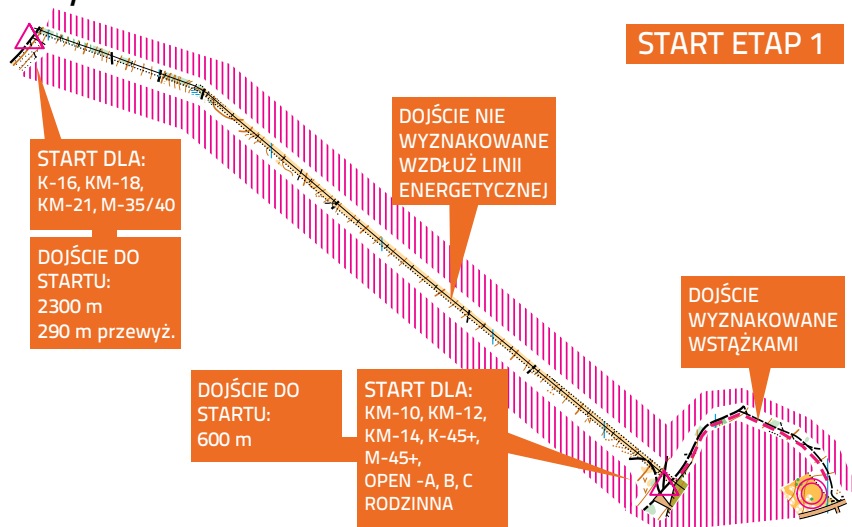


**START:** Minuta "00" - godz. 15.00  
 Organizowane będą dwa starty:

**Jeden** dla kategorii: KM-10N, KM-10, KM-12, KM-14, K-45+, M-45+, OPEN A, B,C, RODZINNA oddalony o **600 m** od Centrum Zawodów, do którego dojście będzie wyznaczone wstążkami koloru biało-niebieskiego.

**Drugi** dla kategorii: K-16, KM-18, KM-21, M-35/40, który będzie startem do Downhilla, dojście wynosi **2300 m** oraz **290 m** przewyższenia. Ostatnie 1700 m dojścia nie będzie wyznakowane (pierwsze 600 czyli dojście do pierwszego startu, będzie wyznakowane), prowadzi ono wzdłuż linii energetycznej, która wspina się na szczyt Ślęzy. **Prosimy odpowiednio zaplanować dojście do startu, to jest naprawdę wysoko.**

**Dojście na start przebiega w terenie zawodów, dlatego prosimy nie schodzić z wyznaczonej trasy.**



**MAPA:** " Ślęża - Sulistrowice" - skala **1:10.000**, e-5m, autor: Wojciech Dwojak, wiosna 2012  
 Mapy w formacie A4 297x210 mm. Mapy zabezpieczone przed wilgocią.

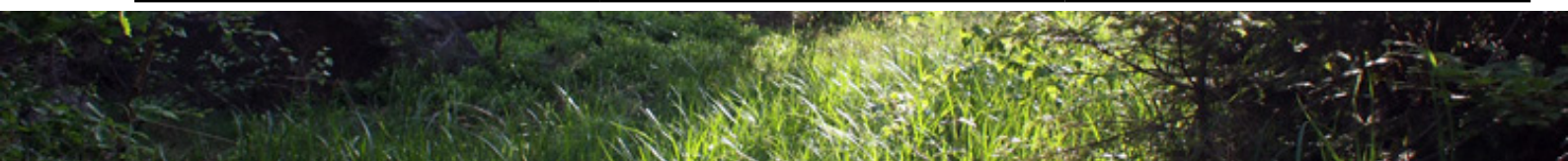
**TEREN:** Teren górski o różnorodnej przebieżności od bardzo dobrej do bardzo utrudnionej, miejscowo o kamienistym podłożu. Występują liczne formy skalne, częściowo teren podmokły. Teren typowy dla Masywu Ślęzy. **Teren momentami jest ekstremalny, prosimy o rozwagę.**

**INFORMACJE DODATKOWE:** Na mapie zaznaczone będzie miejsce w którym obecny będzie sędzia z telefonem komórkowym oraz podstawowymi środkami medycznymi (bandaż, plastry). W razie kontuzji prosimy się tam kierować.



#### PARAMETRY TRAS:

KOBIECY				MĘŻCZYŹNI				KAT. REKREACYJNE			
KAT	DŁG	IL. PKT	PRZEW	KAT	DŁG	IL. PKT	PRZEW	KAT	DŁG	IL. PKT	PRZEW
K-10N	3,1 km	6	30 m	M-10N	3,1 km	6	30 m	OPEN A	4,7 km	16	100 m
K-10	1,8 km	6	30 m	M-10	1,9 km	7	30 m	OPEN B	3,7 km	12	90 m
K-12	2,1 km	7	50 m	M-12	2,3 km	8	50 m	OPEN C	2,0 km	9	60 m
K-14	2,2 km	10	60 m	M-14	3,1 km	11	70 m	RODZI.	2,2 km	7	50 m
K-16	3,6 km	13	20 m	M-18	4,6 km	16	20 m				
K-18	3,9 km	13	90 m	M-21	6,0 km	25	70 m				
K-21	5,0 km	20	50 m	M-35/40	4,8 km	18	50 m				
K-45+	3,6 km	13	90 m	M-45+	4,0 km	12	100 m				



# 12. ETAP 2 -24.06 - SKRÓCONY KLASYK - GÓRSKA PREMIA

DATA: 24.06.2012

**KATEGORIE:** KM-10N, KM-10, KM-12, KM-14, K-16, KM-18, KM-21, M-35/40, K-45+, M-45+, OPEN A, B, C, RODZINNA, WOJSKOWA, WOJSKOWA-RODZINNA

**OPIS ZAWODÓW:** Skrócony dystans klasyczny, dla kategorii: K-16, KM-18, KM-21, M-35/40 przeprowadzona będzie rywalizacja o tytuł **Najlepszego Górala/Góralkę**. Zwycięzcą zostanie mężczyzna oraz kobieta z najlepszym międzyczasem. Rywalizacja odbędzie się pomiędzy punktami o kodach: **32-33**, przebieg ten będzie miał miejsce w pierwszej części trasy we wszystkich wymienionych kategoriach. Przebieg ten będzie podpisany na mapie, a także zaznaczony na piktogramach. Odległość między punktami wynosi **1030 m** oraz **100 m** przewyższenia. W trakcie stawiania znaczników przeprowadzony został przebieg testowy, Wojciech Dwojak uzyskał czas **7:40**.

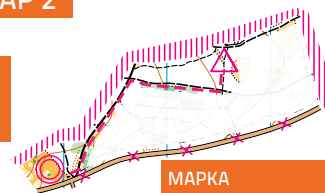
**PUNKT WIDOKOWY:** Część kategorii będzie miała punkt widokowy na swojej trasie, będzie on zarazem ostatnim punktem. Zwracamy uwagę na prawidłowy odbieg od punktu widokowego, od punktu będą odchodzić dwie linie oraz dobieg do mety. Starsze kategorie będą miały na trasie punkt odżywczy, na którym znajdować się będzie woda.

**START:** Minuta "00" - godz. 11.00  
Dojście do startu wynosi **600 m**.

W dniu biegu w Centrum Zawodów dostępna będzie mapka rozgrzewkowa,

START ETAP 2

DOJŚCIE DO  
STARTU:  
600 m



MAPKA  
ROZGRZEWKOWA  
WYDAWANA BĘDZIE  
W DNIU ZAWODÓW

**MAPA:** " Ślęza - Będkowice" - skala **1:10.000**, e-5m, autor: Wojciech Dwojak, wiosna 2012  
Mapy w formacie A4 297x210 mm. Mapy zabezpieczone przed wilgocią.

**TEREN:** Teren górski o różnorodnej przebieżności od bardzo dobrej do bardzo utrudnionej, miejscowo o kamienistym podłożu. Występują liczne formy skalne, częściowo teren podmokły. Teren typowy dla Masywu Ślęży. **Teren momentami jest ekstremalny, prosimy o rozwagę.**

## PARAMETRY TRAS

KOBIEТЫ				MĘŻCZYŹNI				KAT. REKREACYJNE			
KAT	DŁG	IL. PKT	PRZEW	KAT	DŁG	IL. PKT	PRZEW	KAT	DŁG	IL. PKT	PRZEW
K-10N	3,4 km	6	30 m	M-10N	3,4 km	7	30 m	OPEN A	6,2 km	13	160 m
K-10	2,0 km	8	40 m	M-10	2,1 km	8	50 m	OPEN B	3,9 km	14	100 m
K-12	2,2 km	7	50 m	M-12	2,3 km	9	60 m	OPEN C	2,3 km	7	50 m
K-14	2,8 km	8	60 m	M-14	3,2 km	10	100 m	RODZI.	2,2 km	10	50 m
K-16	4,2 km	13	130 m	M-18	7,2 km	17	210 m	WOJSK.	3,2 km	10	100 m
K-18	5,0 km	12	130 m	M-21	8,2 km	20	250 m	WOJSK.	3,4 km	9	30 m
K-21	6,8 km	16	200 m	M-35/40	6,9 km	16	200 m	RODZI			
K-45+	3,7 km	12	100 m	M-45+	4,5 km	14	130 m				

