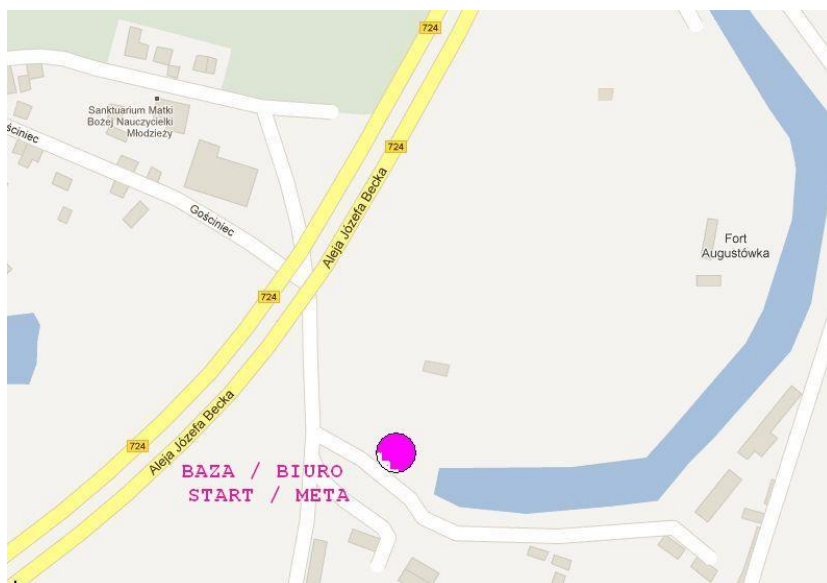


BIURO / START / META ZAWODÓW:

Warszawa – Mokotów, Fort Augustówka – teren rekreacyjny obok jeziora.
Dojście i dojazd indywidualny zgodnie z zamieszczoną poniżej mapką.



Biuro (namiot techniczny) będzie otwarte w godz. 09:00 - 20:30. W biurze zawodów uczestnicy zobowiązani są potwierdzić swoje uczestnictwo w imprezie, sprawdzić dane, podpisać wymagane oświadczenie, ew. uiścić opłatę startową, odebrać numery startowe.

DOJAZD SAMOCHODEM:

Na ulicę Gościniec pod Sanktuarium Matki Bożej Nauczycielki Młodzieży. Parkowanie na skraju ulicy Gościniec, pod wiaduktem i na quasi parkingu przed Fortem.

**PROSIMY NIE PARKOWAĆ PRZED WEJŚCIAMI I WJAZDAMI DO POBLISKICH POSESJI!
PAMIĘTAJMY ŻE GŁÓWNY PARKING JEST PRZEZNACZONY DLA WIZYTUJĄCYCH KOŚCIÓŁ.**

KOMUNIKACJA PUBLICZNA:

Autobusem linii numer 167 do pętli przy ul. Gwintowej przed Sanktuarium Siekierki.

Autobusem linii numer 119 na przystanek na estakadzie – Sanktuarium Siekierki.

PROSZĘ SPRAWDZIĆ WE WŁASNYM ZAKRESIE OBOWIĄZUJĄCE ROZKŁADY JAZDY NA DZIEŃ IMPREZY !

DOJAZD ROWEREM LUB DOJŚCIE PIESZO:

Zgodnie z mapką.

PARAMETRY TRAS:

DŁUGA – ca 60 KM – BNO 2,8 KM / ROLKI 6 KM / TREKING 16,3 KM / ROWER 33,5 KM / POJAZD WODNY 1,5 KM /46 PK / W TRAKCIE ZADANIA SPECJALNE /LIMIT CZASU 10 H

ŚREDNIA –ca 35 KM – BNO 2,3 KM / ROLKI 3 KM / TREKING 12 KM / POJAZD WODNY 0,5 KM /ROWER 18 KM / 30 PK / W TRAKCIE ZADANIA SPECJALNE /LIMIT CZASU 7 H

KRÓTKA A (wersja dla starszych) – CA 8,2 KM – BNO 1,7 KM / HULAJNOGA 0,9 KM / ROWER 5,6 KM/ 13 PK / LIMIT CZASU 3 H

KRÓTKA B (wersja dla młodszych) – CA 5,8 KM – BNO 1,2 KM / HULAJNOGA 0,45 KM / ROWER 4,1 KM/ 9 PK / LIMIT CZASU 3 H

[Pojazd wodny ? – w zależności od niespodzianki w dostawie będzie to kajak lub ponton pneumatyczny – możliwe różne opcje pojazdów... ew. wybór wg. uznania korzystającego.](#)

POKONYWANIE TRASY:

Trasę pokonujemy w kolejności nakazanych etapów. Podczas każdego z etapów poruszamy się pomiędzy punktami w dowolnej kolejności – scorelauf.

Zawodnik obowiązany jest przystąpić do każdego etapu. Każdy etap uważa się za zaliczony kiedy zawodnik ma potwierdzony pobyt na minimum 50 % punktów kontrolnych.

W przypadku etapu rolkowego należy wykonać kolejne pętle na wyznaczonym odcinku.

Dopuszcza się pokonanie podczas trasy średniej i długiej etapu na rolkach, pieszo ale wraz z karą w wysokości 20 minut, lub nie przystąpienie do etapu za karą w wysokości 2 h.

Przekroczenie limitu czasu wyznaczonego na każdą z tras będzie skutkowało nałożeniem kary w wysokości 30 minut za każde 10 minut opóźnienia. 1 h po przekroczeniu limitu czasu trasy, zawodnicy nie będą klasyfikowani.

Możliwe są stop czasy przy zadaniu wodnym ze względu na ograniczoną ilość pojazdów wodnych.

ZADANIA SPECJALNE:

Trasa długa

a/ przejazd wyznaczonym środkiem transportu publicznego na określonym odcinku – należy dostarczyć bilet

b/ zakup kontrolny w wyznaczonym miejscu dowolnego produktu za określoną cenę zawierającą się w określonych widelkach (napój na trasę ?) – należy dostarczyć paragon fiskalny

c/ przepisanie wyznaczonych liter z określonej reklamy – spisać na swojej karcie lub zrobić zdjęcie i podać na mecie

d/ parkowanie w wyznaczonym miejscu celem zdobycia kwitka parkingowego – należy dostarczyć wydruk ze wskazanego parkometru

Niezbędny koszt wydatków ma górną granicę na poziomie 13 zł i 20 groszy.

PROSZĘ PRZYGOTOWAĆ WSKAZANĄ ILOŚĆ PIENIĘDZY NIEZBĘDNĄ NA TRASIE!

Brak wykonania pojedynczego zadania – kara czasowa w wysokości 1 h.

Trasa średnia

a/ zakup kontrolny w wyznaczonym miejscu dowolnego produktu za określoną cenę zawierającą się w określonych widelkach (napój na trasę ?) - należy dostarczyć paragon fiskalny

b/ parkowanie w wyznaczonym miejscu celem zdobycia kwitka parkingowego – należy dostarczyć wydruk ze wskazanego parkometru

Niezbędny koszt wydatków ma górną granicę na poziomie 9 zł i 60 groszy.

PROSZĘ PRZYGOTOWAĆ WSKAZANĄ ILOŚĆ PIENIĘDZY NIEZBĘDNĄ NA TRASIE!

Brak wykonania pojedynczego zadania – kara czasowa w wysokości 1 h.

Uwaga: niezbędne posiadanie na trasie urządzenia do pisania lub aparat foto w tel. komórkowym!

PUNKT KONTROLNY:

Wszystkie punkty oznaczone będą zafoliowanymi kartami rozmiaru A5 z numerem punktu i specjalnym kodem. Niektórym będzie towarzyszył lampion tekstylny. Na punkcie będzie perforator do potwierdzania pobytu, oraz konfetti do zabezpieczenia stanowiska. Przykładowy punkt będzie zaprezentowany w biurze zawodów.

W przypadku braku perforatora, spisujemy kod z oznaczenia punktu. W przypadku braku oznaczenia zabieramy jeden odcinek konfetti. W przypadku braku jakichkolwiek elementów wyposażenia punktu kontrolnego najprawdopodobniej jesteśmy w niewłaściwym miejscu. Możliwe sposoby postępowania: wykonujemy zdjęcie, poszukujemy dalej, dzwoniemy do organizatora, odpuszczamy poszukiwanie tego punktu.

Niektóre punkty kontrolne ze względu na miejsce czy charakter zadań specjalnych i sposób potwierdzenia pobytu nie będą miały żadnych oznaczeń i perforatora! Punkty na etapie bno nie będą miały konfetti!

Pamiętajmy nie musimy mieć zaliczonych wszystkich punktów kontrolnych, minimum to 50% z każdego etapu. Pamiętajmy że najważniejszy jest limit czasowy trasy!

MAPY: (dostępne do pobrania woreczki foliowe na mapy)

TRASA DŁUGA - mapa format A3 skala 1:26 000 kolor z naniesionym fragmentem mapy w skali 1:4000; mapa format A4 skala 1:10 000 kolor – do etapu bno; dodatkowo na kartce format A4 szczegółowy opis trasy, punktów kontrolnych i zadań specjalnych do wykonania.

TRASA ŚREDNIA - mapa format A4 skala 1:26 000 kolor; mapa format A4 skala 1:10 000 kolor – do etapu bno; dodatkowo na kartce format A4 dodatkowo szczegółowy opis trasy, punktów kontrolnych i zadań specjalnych do wykonania.

TRASY KRÓTKIE - mapa format A4 połowa - skala 1:26 000 kolor, połowa skala 1:10 000 kolor – do etapu bno; dodatkowo na kartce format A5 szczegółowy opis trasy i punktów kontrolnych.

KLASYFIKACJA:

Zgodnie z regulaminem. Klasyfikacja generalna oddzielnie mężczyzn i kobiet na poszczególnych trasach. O kolejności w klasyfikacji ogólnej decyduje po pierwsze ilość zaliczonych PK oraz czas pokonania trasy, powiększony o ew. kary lub bonusy.

KONTROLA:

Numer startowy - umocować na klatce piersiowej i rowerze w widocznym miejscu.

Kontrola sędziowska i Punkty kontrolne – punkty kontrolne w kluczowych miejscach z obsadą sędziowską, kontrole lotne.

PROCEDURA STARTU:

Uczestnicy zbierają się przed startem w wyznaczonym przez organizatorów miejscu. Na 3 minuty przed startem zawodnicy otrzymują mapy. Realizowane jest zdjęcie pamiątkowe. Na znak wydany przez organizatorów następuje start masowy wszystkich tras.

ZASADY BEZPIECZEŃSTWA:

Zawody są rozgrywane w bardzo ruchliwym mieście bez zamkniętego ruchu pojazdów!!!

PROSZĘ ZACHOWAĆ WYJĄTKOWĄ I WZMOŻONĄ UWAGĘ!

Proszę dostosować się do obowiązujących zasad poruszania się na drogach publicznych !!!

NAGRODY:

1. Puchary dla zdobywców pierwszych miejsc w klasyfikacji generalnej kobiecej i męskiej trasy długa i średnia. Medale dla zdobywców pierwszych miejsca w klasyfikacji generalnej kobiecej i męskiej tras krótkich.
2. Medale dla WSZYSTKICH uczestników którzy ukończą trasę.
3. Bon zakupowy o wartości 200 pln do zrealizowania w sklepie internetowym Natural Born Runners – losowany wśród wszystkich uczestników którzy wystartują i ukończą imprezę.
4. Drobne nagrody rzeczowe - losowane wśród wszystkich uczestników którzy wystartują i ukończą imprezę i będą obecni na ceremoniach nagradzania.
5. Dyplomy dla WSZYSTKICH uczestników którzy ukończą trasę.

Po powrocie z trasy, w bazie będą dostępne napoje, ciastka, słodkie bułki, banany, kielbaski z grilla !

HARMONOGRAM IMPREZY:

09:00 - PRACA BIURA ZAWODÓW

09:45 – OTWARCIE ZAWODÓW / USTAWIANIE SIĘ ZAWODNIKÓW

10:00 – START

13:00 – ZAMKNIĘCIE TRASY KRÓTKIEJ

13:10 – CEREMONIA NAGRODZENIA ZWYCIĘZCÓW TRASY KRÓTKIEJ

17:00 – ZAMKNIĘCIE TRASY ŚREDNIEJ

17:10 – CEREMONIA NAGRODZENIA ZWYCIĘZCÓW TRASY ŚREDNIEJ

20:00 – ZAMKNIĘCIE TRASY DŁUGIEJ

20:10 – CEREMONIA NAGRODZENIA ZWYCIĘZCÓW TRASY DŁUGIEJ

20:30 – ZAMKNIĘCIE ZAWODÓW

Uwaga – możliwe dopasowanie czasowe do warunków które będą panowały na trasach !

POSTĘPOWANIE W RAZIE WYPADKU:

- w przypadkach drobnych udzielamy pomocy koleżeńsko w ramach fair play,
- w innych przypadkach – informujemy organizatorów,
- telefon informacyjno – organizacyjny w trakcie imprezy 508 000 194
- zgłaszając telefonicznie POLICJA 997 POGOTOWIE 999 STRAŻ POŻARNA 998 / 112 GENERALNY

EW. DYSKWALIFIKACJA – UWAGI I PRZYCZYNY:

- korzystanie z niedozwolonych środków transportu
- nie przestrzeganie postanowień regulaminu