

ZIELONY WROCŁAW

bieg na orientację

BIULETYN

ETAP 1 - 17.04.2012

1. CENTRUM ZAWODÓW

Centrum zawodów - Centrum zawodów znajduje się u zbiegu ulic Wałowej i Leśnej na wrocławskim Strachocinie.

Parking - wzdłuż ulicy Wałowej i Leśnej.

Informacje wzdłuż tego paska będą się zmieniać w kolejnych Biuletynach

WROCŁAW

CENTRUM ZAWODÓW:
LASEK STRACHOCIŃSKI
N 51° 05'40
E 17° 09'38

jakdojade.pl
NAWIGACJA W KOMUNIKACJI MIEJSKIEJ
Kliknij na baner, aby dowiedzieć się jak dojechać do Centrum Zawodów komunikacją miejską

Dokładna mapa dostępna na stronie [www tutaj](#)

2. TERMIN

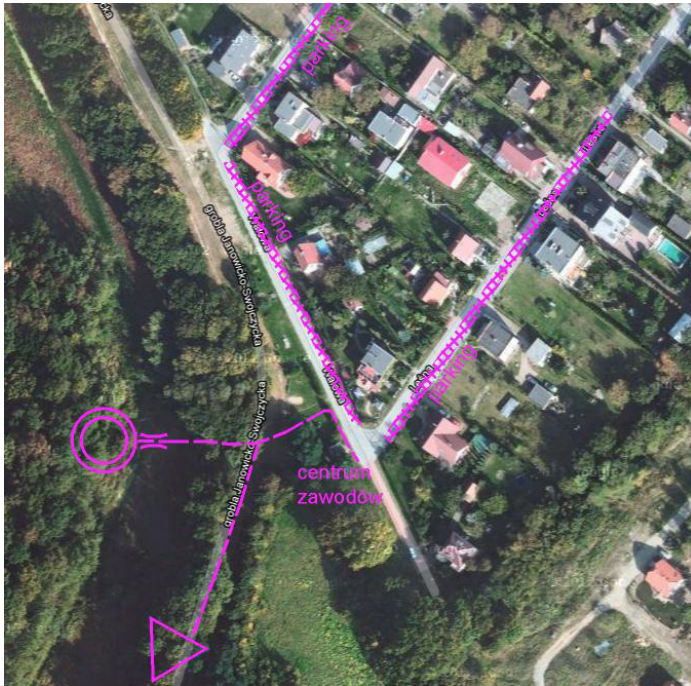
17.04.2012 - wtorek

Biuro zawodów czynne w godzinach 17.30-18.15.

3. START i META

Minuta "00" godz. 18:30

Start i meta znajdują się w sąsiedztwie centrum zawodów w odległości do 150m.
Przypominamy o „podbiciu” stacji START



4. FORMA ZAWODÓW

Klasyczna trasa z punktami po kolei, zaprojektowana w duchu biegu średniodystansowego.
Zawody rozgrywane będą w formie BIEGU INTERWAŁOWEGO.
Start w kategoriach (A, B, C) co 1 minutę.

5. MAPA

Smoczy Las

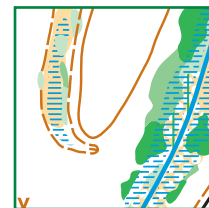
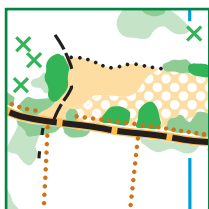
Skala 1:7500

Warstwie co 1m

Autor: Kastyantyn Mayasov

Aktualizacja: IV.2012

Mapy wykonane wg. przepisów **ISSOM 2007**



6. PUNKTY KONTROLNE

Stacje SI przymocowane do małych lampionów, w niektórych miejscach na stojakach.

7. TEREN ZAWODÓW i UBIÓR

Lasek Strachociński	
Typ terenu	Teren leśny starorzecza Odry. Płaski z kilkoma podłużnymi obniżeniami.
Roślinność	W większości wysoki las, jednak częściowo niski utrudniający poruszanie się w linii prostej. Brak jeżyn.
Przebieżność	Las dobrze, miejscami średnio przebieżny W części północnej bardzo dobra, W części południowej na terenach półotwartych utrudniona, w obrębie terenów zalesionych słaba.
Ubiór	Buty: Zalecane obuwie krosowe. Błota i przewyższeń nie ma, więc zwykle buty biegowe też się sprawdzą. Reszta ubioru: Zalecana lekko zużyta. Na najnowsze modele NIKE, zawsze znajdzie się jakiś patyczek, co ją zahaczy.

UWAGA: Rodzina dzików z wieloma małymi, ale gadałem z nimi i na zawody przejdą przez most do zachodniej części lasu.

8. TRASY

Trasa	Długość	PK	Opis
A	4500 m	22	Elita - najdłuższa i najtrudniejsza trasa - dla wyczynowców
B	3100 m	16	Trudna - dla wprawionych w boju, ale wciąż na początku drogi
C	1800 m	7	Łatwa - dla początkujących, to może być Twoja pierwsza trasa
D	1100 m	3	Rekreacyjna - dla dzieci, rodziców z dziećmi, w sam raz na spacer z mapą

9. WYNIKI

Wyniki ogłoszone będą do 24 godzin po zakończeniu zawodów na stronie www.bno.pl

10. ZGŁOSZENIA

ZGŁOSZENIA	ZGŁOSZENIA PRZEZ FORMULARZ MOJE bno.pl na www.bno.pl	ZGŁOSZENIA PRZEZ E-MAIL mayasov-k@bno.pl
Zgłoszenia przyjmujemy przez formularz znajdujący się na stronie www.bno.pl lub e-mailem. Termin zgłoszeń przez formularz upływa w niedzielę o godzinie 18:00, po tym terminie formularz zostanie zamknięty, potem możliwe dogłaszanie się przez e-maila.	1. Zarejestruj się na stronie www.bno.pl , w zakładce MOJE bno.pl (baner w lewej kolumnie, na górze). 2. Zaloguj się. 3. Z zakładki MOJE bno.pl >Moje zawody, wybierz zawody na które chcesz się zgłosić oraz trasę. 4. Zgłoszenie zostanie wysłane.	W treści maila prosimy podać: 1. Imię i Nazwisko 2. Rok urodzenia 3. Numer chipa lub chęć wypożyczenia 4. Trasę na której startuje (A, B, C lub D)
do niedzieli (godz. 18) przed zawodami	5 zł	10 zł
po niedzieli (godz. 18)	formularz zamknięty	15 zł

Wypożyczenie chipa SI	2 zł
-----------------------	------

UWAGA: Na zawody nie będą drukowane dodatkowe mapy, dlatego osoby, które nie dokonały zgłoszenia mogą nie dostać mapy na startcie.

UWAGA: Osoby, które dokonały zgłoszenia, ale wiedzą, że nie przyjadą na zawody prosimy o przesłanie informacji o tym na mayasov-k@bno.pl

UWAGA: W celu usprawnienia dokonywania zapisów w dniu zawodów w centrum zawodów. Osoby, które chcą zmienić numer karty SI będą obsługiwane na końcu kolejki. Prosimy więc o dokładne zastanowienie się przed podaniem numeru SI w zgłoszeniu.

11. ANKIETA

Do wszystkich osób, które wzięły zgłosiły się do startu w etapie, wysłana będzie drogą mailową ankieta. Ankieta ma na celu poprawę jakości zawodów, a jej wypełnienie jest dobrowolne.

12. PARTNERZY

Wrocław

miasto spotkań



Artur Skowronek
terapia
manualna

