

KOMUNIKAT TECHNICZNY

Mistrzostwa Polski

Mistrzostwa Polski Weteranów

w długodystansowym
biegu na orientację

31.03.2019

zawody towarzyszące

Bieg Tropem Łosia

 long19

www.patriamlynne.pl/long19



ORGANIZATOR:

Uczniowski Klub Sportowy

PATRIA MŁYNNE

34-601 Limanowa 3

NIP: 737-17-49-167

tel. +48 660 444 292

e-mail: witollds@poczta.onet.pl

www.patriamlynne.pl



KOMITET ORGANIZACYJNY:

Kierownik zawodów – Witold Sochacki

Sędzia główny – Stanisław Leśnicki

Twórcy mapy – Jacek Kozłowski i Piotr Pietroń

Budowniczy Tras – Jacek Kozłowski i Piotr Pietroń

Obsługa SI – Marcin Leśnicki (Harpersoft)

PROGRAM ZAWODÓW:

30.03.2019 (sobota):

17:00 - 20:30 – biuro zawodów

31.03.2019 (niedziela):

8:00 – otwarcie biura zawodów

10:00 – start pierwszych kategorii

11:00 – start zawodów towarzyszących

13:30 – planowane zakończenie zawodów

CENTRUM I BIURO ZAWODÓW:

Dom Koła Łowieckiego Łoś w Pogwizdowie
(GPS 49.943643, 20.416915)

Biuro zawodów w Pogwizdowie będzie działać w sobotę wieczorem oraz w niedzielę przed zawodami.

W centrum zawodów dostępne będą: sanitariaty, bufet, ratownik medyczny, zamówione obiady będą wydawane w centrum zawodów od 12.00 do 13.30.

RANGA I FORMA ZAWODÓW:

Mistrzostwa Polski i Mistrzostwa Polski Weteranów w długodystansowym biegu na orientację zaliczane do rankingu CTZ Polskiego Związku Orientacji Sportowej o współczynniku 1,3.
Start masowy dla wszystkich kategorii.

KATEGORIE WIEKOWE:

Mistrzostwa Polski:

K16 / M16 / K18 / M18 / K20 / M20 / K21 / M21

Mistrzostwa Polski Weteranów:

K35 / M35 / K40 / M40 / K45 / M45 / K50 / M50 / K55 / M55 / K60 / M60 / K65 / M65 / M70 / M75 / M80 / M85 / M90

UCZESTNICTWO:

Przypominamy, że warunkiem uczestnictwa w Mistrzostwach Polski i Mistrzostwach Polski Weteranów jest posiadanie aktualnej licencji i ważnych badań lekarskich.

Osoby nie posiadające licencji mogą wykupić licencję jednorazową. Wniosek o nadanie takiej licencji znajduje się na stronie PZOS, a także na stronie zawodów.

Zawodnicy zagraniczni, którzy chcą wziąć udział w zawodach muszą w ciągu 365 dni poprzedzających dzień zgłoszenia na Mistrzostwa Polski wziąć udział w barwach polskiego klubu w 3 zawodach rankingowych (zawody wielodniowe liczą się jako jeden start).

WPISOWE:

Wysokość opłat startowych:

KM16 – 20 zł

KM18 i starsi – 40 zł

wypożyczenie karty SI – 3 zł

opłata dodatkowa za zgubienie karty SI – 150 zł

Płatność można dokonywać przelewem na konto klubu:

25 8804 0000 0000 0016 6618 0001

Uczniowski Klub Sportowy Patria Młynne

34-601 Limanowa 3

w terminie do 22.03.2019 r. Po tym dniu dopuszczamy jedynie płatność gotówką w biurze zawodów.

TEREN ZAWODÓW:

MAPA: Bochnia 2019

aktualność: marzec 2019, według norm ISOM 2017.

Aktualizacja i kreślenie: Jacek Kozłowski i Piotr Pietroń.

Mapy ofoliowane, opisy wyłącznie na mapach.

Mapa w skali 1:15000 dla kategorii KM35 i młodszych format **A4**,
oraz w skali 1:10000 dla kategorii KM40 i starszych format **A3**
Warstwice co 5 metrów.

W terenie prowadzone są prace leśne mogące wpłynąć nieznacznie na aktualność mapy.

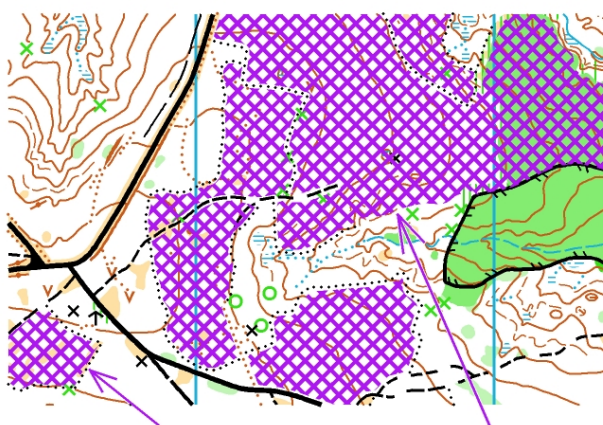
Na obszarze zawodów występują młode nasadzenia lasu, na mapie zaznaczone odpowiednim symbolem (jak na fragmencie mapy poniżej). Obowiązuje zakaz przebiegania przez te fragmenty terenu pod karą dyskwalifikacji.

Trasy wszystkich kategorii przekraczają drogę asfaltową – przebieg obowiązkowy, zabezpieczony przez strażaków – bądźcie ostrożni.

Teren zawodów:

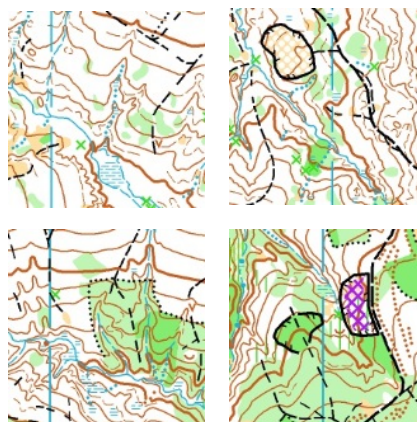
Teren na zachód od centrum zawodów (Pogwizdów), to las o średnich przewyższeniach, bardzo dobrej przebieżności, małej ilości dróg i ścieżek. W terenie występuje wiele rozgałęziających się jarów, z których większość ma podmokłe dno. Jest tu wiele dołków, kopczyków, rowów, bagienek i wykrotów.

Teren na wschód od centrum zawodów (Kopaliny) ma bardziej beskidzki charakter. Przewyższenia są większe, zbocza stromsze, a jary głębsze. Przebieżność jest dobra, chociaż zdarzają się także obszary gęstsze. Sieć dróg i ścieżek nieco gęstsza. Podobnie jak po zachodniej stronie jest tu wiele obiektów terenowych.



Obszary wyłączone z biegania
pod karą dyskwalifikacji

Fragmenty mapy:



ORGANIZACJA ZAWODÓW:

START:

Start w odległości 200 m od centrum zawodów, dojście wyznaczone wstążkami koloru niebieskiego (także dla zawodów towarzyszących).

Godziny startu masowego w kategoriach wiekowych:

10:00 - kategorie M20, M21, M40

10:05 - kategorie K16, K40, M55

10:10 - kategorie K18, K45

10:15 - kategorie K50, M45, M50

10:20 - kategorie K21, M60, M65

10:25 - kategorie K35, K55, K60, M16

10:30 - kategorie K20, M18, M35, M70, K65, M75, M80, M85

11:00 – interwałowy start zawodów towarzyszących

Dobieg do baneru start ok. 100 m.

Obowiązkowa obecność w strefie startu 10 minut przed planowanym startem. Przed wejściem do strefy startu prosimy o wyczyszczenie chipa.

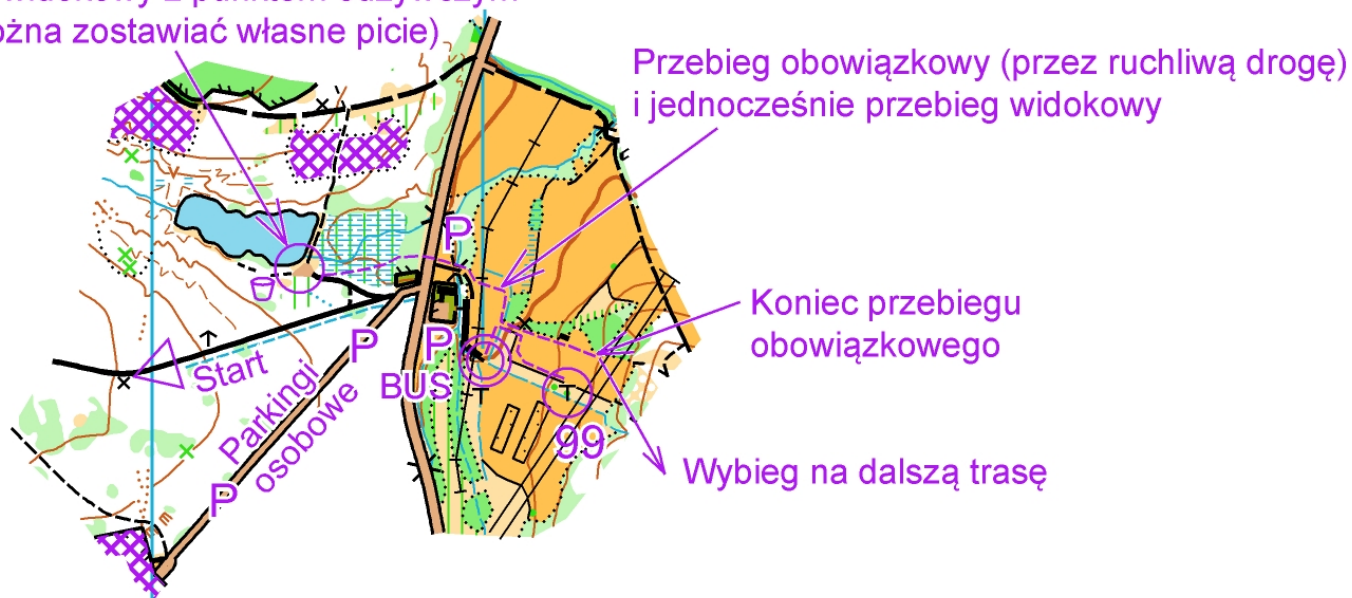
META:

W centrum zawodów, o miejscu zawodnika decyduje przebiegnięcie linii mety, a o kolejności potwierdzenia stacji SI „finish” decyduje sędzia główny zawodów.

Numer startowy: (wyłącznie dla zawodników startujących w MP i MPW)

Zawodnicy biegają z numerami startowymi, numer należy przypiąć na klatce piersiowej, zawodnicy bez numeru nie będą dopuszczeni do startu.

PK widokowy z punktem odżywczym
(można zostawiać własne picie)



PUNKTY ODŻYWCZE:

Do dyspozycji zawodników będą w terenie 3 punkty wodopojowe.

Jeden z nich będzie znajdował się przy punkcie widokowym w pobliżu centrum zawodów (na ten punkt wodopojowy można dostarczyć swoje własne napoje).

Pozostałe dwa punkty wodopojowe będą w lesie. Dostępna będzie na nich woda.

Liczba punktów odżywczych na trasach oraz ich rozmieszczenie na trasie:

Kategoria	długość trasy	1	2	3	4	5
K16	7,3	3,8				
M16	10,4	5,4	8,7			
K18	9,7	4,0	5,9			
M18	12,7	4,0	6,0	8,3	11,1	
K20	10,4	4,2	6,7	8,6		
M20	14,4	4,0	6,4	9,1	12,7	
K21	11,9	5,0	7,3	9,2		
M21	19,1	5,5	7,8	12,0	14,9	17,5
K35	9,3	4,8	7,6			
M35	14,4	4,0	6,4	9,1	12,7	
K40	8,4	4,5				
M40	12,7	4,0	6,0	8,3	11,1	
K45	7,6	4,6				
M45	12,2	5,0	7,3	10,6		
K50	6,9	4,0				
M50	10,4	5,4	8,7			
K55	6,0	3,8				
M55	9,3	4,8	7,6			
K60	5,4	4,0				
M60	8,4	4,5				
K65	3,8	2,5				
M65	7,6	4,6				
M70	6,4	3,8				
M75	5,6	3,8				
M80	3,8	2,5				
M85	2,9	2,4				
M90	2,2	1,7				

LIMIT:

Limit czasu dla kategorii MP i MPW, 240 minut w każdej kategorii.

W zawodach towarzyszących 90 min.

PARAMETRY TRAS:

kategoria	planowany czas zwycięzcy	długość trasy	przewyższenie	ilość PK
K16	70	7,3	280	19
M16	80	10,4	420	28
K18	90	9,7	365	27
M18	100	12,7	470	35
K20	100	10,4	390	24
M20	120	14,4	580	39
K21	110	11,9	460	32
M21	150	19,1	785	51
K35	100	9,3	375	28
M35	120	14,4	580	39
K40	90	8,4	330	23
M40	110	12,7	470	35
K45	80	7,6	295	20
M45	100	12,2	455	30
K50	80	6,9	260	22
M50	90	10,4	420	28
K55	80	6	220	19
M55	90	9,3	375	28
K60	80	5,4	170	16
M60	90	8,4	330	23
K65	80	3,8	60	12
M65	90	7,6	295	21
M70	80	6,4	230	18
M75	80	5,6	180	17
M80	70	3,8	115	11
M85	70	2,9	60	8
M90	60	2,2	40	6

POTWIERDZANIE PK:

Zawody będą rozgrywane przy użyciu elektronicznego systemu potwierdzania SportIdent.

Zawodnicy kategorii M21 powinni zaopatrzyć się w karty SI o dużej pojemności (powyżej 50 PK)!

Zawodnicy kategorii K21, M18, M20, M35, M40, M45 powinni zaopatrzyć się w karty SI o pojemności powyżej 30 PK!

NOCLEGI:

Dla zawodników startujących w Mistrzostwach Polski i zawodach towarzyszących proponujemy noclegi w szkole podstawowej w Pogwizdowie (GPS: 49.924121, 20.399316), zlokalizowanej około 3 km od centrum zawodów.

Dostępne są miejsca na podłodze z własnym śpiworem i karimatą. Cena 13 zł za noc.

Rezerwacja miejsc noclegowych możliwa jest jedynie drogą mailową: witollds@poczta.onet.pl

WYŻYWIENIE:

Podczas zawodów w centrum zawodów będą dostępne dwudaniowe obiady. Ich cena to 18 zł. Chęć zakupu obiadu prosimy zgłaszać mailowo na: witollds@poczta.onet.pl

Dodatkowo w centrum zawodów będzie działał bufet.

PARKING:

W centrum zawodów będzie znajdował się parking płatny.

Koszt parkingu: samochody i busy – 10 zł, autobusy – 20 zł.

Należy dostosować się do poleceń obsługi parkingu.

NAGRODY:

Najlepsi we wszystkich kategoriach MP i MPW zostaną nagrodzeni medalami i dyplomami (dyplomy do 6 miejsca w MP i do 3 miejsca w MPW). W zawodach towarzyszących puchary dla zwycięzców, medale dla trzech najlepszych zawodników w każdej kategorii oraz dyplomy. W kategorii rodzinnej upominki dla wszystkich zawodników.

ZAWODY TOWARZYSZĄCE:

Po starcie wszystkich kategorii odbędą się zawody towarzyszące dla zawodników kategorii młodszych niż KM16 oraz OPEN.

Zawody te zostaną rozegrane w formie biegu średniodystansowego.

Kategorie: K10, M10, K12, M12, K14, M14, 10N, Rodzinna, Krótka, Średnia.

Mapa Bochnia 2019

Skala 1:10 000, warstwice co 5m, format mapy: A4.

Wpisowe: 20zł.

Start pierwszych zawodników: 11:00.

Nagrody: Puchary dla zwycięzców, medale dla trzech najlepszych zawodników w każdej kategorii oraz dyplomy. W kategorii rodzinnej upominki dla wszystkich zawodników.

Parametry tras:

kategoria	dystans	przew.	ilość PK
10N	2,5	65 m	5 PK
Rodzinna	2,5	65 m	6 PK
KM10	2,5	65 m	5 PK
K12	3	90 m	6 PK
M12	3,1	80 m	6 PK
K14	4,4	130 m	12 PK
M14	4,7	160 m	12 PK
Krótka	3,4	90 m	11 PK
Średnia	4,9	160 m	13 PK

INNE:

1. Zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie – odpowiadają kierownicy ekip.
2. Opiekę medyczną w trakcie trwania poszczególnych biegów zapewnia organizator.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów
4. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej.
5. Aktualne informacje znajdować się będą na stronie:

www.patriamlynne.pl/long19