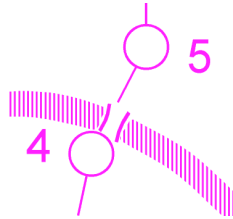




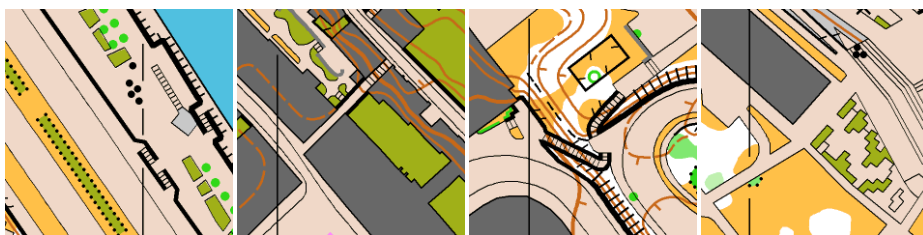
- Organizator:** Ursynowsko-Natolińskie Towarzystwo Sportowe  
Sarabandy 16/22  
02-868 Warszawa
- Zespół organizatorów:**
- |                    |  |
|--------------------|--|
| Kierownik zawodów  | Jacek Morawski   |
| Sędzia główny      | Joanna Parfianowicz  |
| Kartografowie      | Jacek Morawski<br>Krzysztof Wołowczyk  |
| Budowniczości tras | Jacek Morawski (bieg nocny)<br>Fryderyk Pryjma (city race)<br>Krzysztof Wołowczyk (bieg średniodystansowy) |
- Forma zawodów:** Mistrzostwa Mazowsza w średniodystansowym biegu na orientację, zawody indywidualne, zaliczane do kalendarza CTZ.
- Zgłoszenia:** Zgłoszenia po terminie możliwe jedynie w dniu biegu w Biurze Zawodów w miejsca vacatów za podwyższoną o 50% opłatą. W kategoriach popularyzacyjnych pula dostępnych miejsc będzie znacznie większa, niż w pozostałych kategoriach. Poprzez dokonanie opłaty uczestnik potwierdza, że zapoznał się z regulaminem i zobowiązuje się do jego przestrzegania oraz wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych na potrzeby organizacji Pucharu Warszawy 2018.
- Opłaty:**
- | Rodzaj opłaty                                      | Wysokość opłaty |
|--|-----------------|
| wpisowe dla zawodników kategorii 10N, 10R, KM10-14 | 15PLN/bieg      |
| wpisowe dla zawodników pozostałych kategorii       | 25PLN/bieg      |
| wypożyczenie karty SI                              | 5PLN/bieg       |
| zgubienie wypożyczonej karty SI                    | 180PLN          |
- Zawodnicy KM12-18 z ważną licencją WMZOS startują bezpłatnie w biegu średniodystansowym.
- Nocleg:** W razie zapotrzebowania organizator może zapewnić zawodnikom nocleg z soboty na niedzielę na sali gimnastycznej (niezbędny własny materac i śpiwór).  
Koszt: 10PLN/osobę  
Lokalizacja: Szkoła Podstawowa nr 96, ul. Sarabandy 16/22, Warszawa
- Inne informacje:** Zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów. Organizator zastrzega sobie prawo do ostatecznej interpretacji niniejszego Regulaminu. O wszystkich sprawach spornych decyduje sędzia główny zawodów. Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z zawodów zamieszczonych na stronie unts.waw.pl, w mediach oraz materiałach promocyjnych. Wszystkie informacje na temat zawodów będą dostępne na stronie [www.unts.waw.pl](http://www.unts.waw.pl)

**ZAPRASZAMY!**

# CITY RACE, SOBOTA 6.10.2018

- Program zawodów:** 09:00-10:30 – praca Biura Zawodów  
10:30 – start pierwszego zawodnika  
13:00 – zakończenie zawodów
- Centrum Zawodów:** Bulwar Karskiego, Warszawa (Bulwar nad Wisłą na wysokości Rynku Starego Miasta)  
GPS: 52°15'01.54"N, 21°01'01.05"E  
W Centrum Zawodów zlokalizowane są Biuro Zawodów, czytanie kart SI po biegu, toalety, wyniki i listy startowe. Na wszystkich zawodników po zakończeniu biegu czekać będzie woda.  
**UWAGA! Centrum Zawodów na świeżym powietrzu!**
- Biuro Zawodów:** Czynne w Centrum Zawodów w godz. 9:00-10:30
- Parking:** Brak miejsc parkingowych w bezpośrednim sąsiedztwie Centrum Zawodów. Zalecany dojazd komunikacją miejską.
- Start:** Zlokalizowany w odległości 700m od Centrum Zawodów, [dojście wyznakowane wstążkami koloru niebieskiego](#). Zawodnicy pobierają mapy dopiero **po** wybiegnięciu z ostatniego boks startowego. **WAŻNE!** Przypominamy, że wszyscy zawodnicy są zobowiązani pokonać wyznakowany odcinek pomiędzy boksami startowymi, a punktem startu. Punkt startu oznaczony trójkątem na mapie będzie oznaczony w terenie lampionem. Organizator zapewnia transport rzeczy ze startu na metę, jednak nastąpi on dopiero po starcie wszystkich zawodników.
- GPS-tracking:** Podczas zawodów z odbiornikami GPS pobiegną wybrani zawodnicy kategorii K21 i M21. Zawodnicy mają obowiązek odebrać odbiorniki na starcie.
- Interwał startowy:** Dla wszystkich kategorii wynosi 1 minutę. Zawodnicy w kategoriach popularyzacyjnych (10R, Początkujący i Zuchwali) startują w dowolnej minucie pomiędzy 00 i 45.
- Opisy PK:** Na mapach oraz do pobrania w boksach startowych.
- Potwierdzanie PK:** Zawody zostaną przeprowadzone przy użyciu elektronicznego systemu potwierdzania punktów kontrolnych SPORTident.
- Informacje dodatkowe:**
- |  |   |
|--|---|
| Na mapie zastosowano symbole specjalne, który objaśnienie przedstawiamy po prawej.   | Symbole specjalne:<br>● duże charakterystyczne drzewo<br>● małe charakterystyczne drzewo, krzak<br>○ słup ogłoszeniowy<br>✕ billboard, obiekt placu zabaw |
| Wszyscy zawodnicy podczas biegu przekraczać będą ruchliwe ulice. Miejsca, gdzie jest to dozwolone zostały oznaczone na mapie symbolem 708 lub 708.1. Pozostała część tych ulic została oznaczona symbolem terenu zakazanego (709), a ich przekraczanie w innych miejscach grozi dyskwalifikacją. |    |
- Mapa:** „Zamek Królewski”, skala 1:4000, e-2.5m, aktualność: wrzesień 2018, autorzy: Maciej Gędziorowski, Jacek Morawski, format mapy: 420x297mm  
Wszystkie mapy drukowane techniką cyfrową, dodatkowo zabezpieczone przed wilgocią.
- Teren:** Teren obejmuje obszar wzdłuż ulicy Nowy Świat od Al. Jerozolimskich aż do Nowego Miasta na północy. Zawiera się w nim Stare Miasto, czyli średniowieczna zabudowa otoczona pierścieniem murów obronnych oraz Nowe Miasto, czyli mniej zwarte zabudowania z późniejszych lat, całość położona na malowniczej skarpie wiślanej, u której podnóża znajdują się tereny rekreacyjno-parkowe. Obszary położone dalej

na południe to gęsta zabudowa w postaci kamienic z licznymi ostojami zieleni w postaci parków miejskich oraz skwerów.



**UWAGA!** Zawodnicy niejednokrotnie będą przebiegać przez małe uliczki, dlatego prosimy o zachowanie ostrożności przy ich przekraczaniu i stosowanie się do przepisów o ruchu drogowym. Zawodnik biegnący po ulicy **nie ma pierwszeństwa** przed samochodem!

**Parametry tras:**

Trasa kategorii 10R nie będzie w terenie w żaden sposób wyznakowana.

Kategoria	Trasa [km]	PK
K10	2.4	8
K12	2.5	9
K14	3.9	8
K16	5.4	13
K18	6.2	15
K21	7.5	20
K35	6.2	15
K45	5.4	13
K55	3.9	8
K65	2.5	9

Kategoria	Trasa [km]	PK
M10	2.4	8
M12	2.5	9
M14	5.4	13
M16	6.2	15
M18	7.5	20
M21	9.9	23
M35	7.5	20
M45	6.2	15
M55	5.4	13
M65	3.9	8
M85	2.5	9

Kategoria	Trasa [km]	PK
10R	2.4	8
Początkujący	2.4	8
Zuchwali	5.4	13

**UWAGA!** Długości tras mierzone po najkrótszej linii łączącej punkty kontrolne na mapie z uwzględnieniem obiektów, które podczas biegu trzeba omijać (budynki, mury, tereny prywatne).

## BIEG NOCNY, SOBOTA 6.10.2018

**Program zawodów:**

18:00-19:00 – praca Biura Zawodów  
 18:50 - zbiórka zawodników na startcie  
 19:00 – start masowy wszystkich zawodników  
 21:00 – zakończenie zawodów (lub wcześniej jeśli się uda)

**Centrum Zawodów:**

Zespół Szkół Specjalnych w Zagórz, 05-462 Wiązowna  
 GPS: 52°11'53.31"N, 21°15'04.77"E  
 W Centrum Zawodów zlokalizowane są Biuro Zawodów, szczytywanie kart SI po biegu, toalety, wyniki i listy startowe. Na wszystkich zawodników po zakończeniu biegu czekać będzie woda.

**UWAGA! Centrum Zawodów na świeżym powietrzu!**

**Biuro Zawodów:**

Czynne w Centrum Zawodów w godz. 18:00-19:00

**Parking:**

Parking przy samym Centrum Zawodów na terenie Zespołu Szkół w Zagórz.

**Start:**

Zlokalizowany na terenie Zespołu Szkół z Zagórz.  
 Zawodnicy ustawiają się o godz. 18:50 w miejscu startu przy mapach opisanych imieniem i nazwiskiem każdego zawodnika. Startują jednocześnie o godz. 19:00 na znak sędziego.

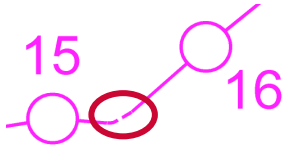
Punkt startu oznaczony trójkątem na mapie będzie oznaczony w terenie lampionem.

**Meta:**

Zlokalizowana na terenie Zespołu Szkół w Zagórz.

- GPS-tracking:** Podczas zawodów z odbiornikami GPS pobiegną **wszyscy zawodnicy**. Odbiorniki będą dostępne do odbioru w Biurze Zawodów na 45 minut przed startem lub na stracie na 15 minut przed startem.
- Opisy PK:** Dostępne tylko na mapach.
- Potwierdzanie PK:** Zawody zostaną przeprowadzone przy użyciu elektronicznego systemu potwierdzania punktów kontrolnych SPORTident.
- Mapa:** „Macierowe Bagno”, skala 1:10000, e-2.5m, aktualność: wrzesień 2018, autorzy: Jacek Morawski, Krzysztof Wołowczyk, format mapy: 297x210mm  
Wszystkie mapy drukowane techniką cyfrową, dodatkowo zabezpieczone przed wilgocią.

**Informacje dodatkowe:**

Na mapie zastosowano symbole specjalne, który objaśnienie przedstawiamy po prawej.	Symbole specjalne: X wykrot
Zawodnicy wszystkich kategorii będą mieli do pokonania pomiędzy dwoma punktami przebieg obowiązkowy o długości 40m oznaczony w terenie biało-czerwoną taśmą.	

**Teren:**

Teren z dużą liczbą dołków i zagłębień terenu, poprzecinany niewielkimi pasami wydm śródlądowych o przewyższeniach dochodzących do 20 metrów wysokości względnej. Las w przeważającej części iglasty, miejscami mieszany, o dobrej i ograniczonej przebieżności. Występują tereny podmokłe oraz okresowe bagna.



**Parametry tras:**

Kategoria	Trasa [km]	PK	Kategoria	Trasa [km]	PK
K16	5.0	13	M16	5.8	17
K18	5.8	16	M18	6.1	18
K21	7.2	18	M21	10.7	27
K35	5.8	16	M35	7.3	19
K45	5.0	12	M45	6.3	17
K55	3.3	11	M55	5.0	13
			M65	4.2	11
Zuch	4.2	11	M85	2.8	8

## BIEG ŚREDNIODYSTANSOWY, NIEDZIELA 7.10.2018

**Program zawodów:**

10:00-11:00 – praca Biura Zawodów  
11:00 – start pierwszego zawodnika  
14:00 – zakończenie zawodów

**Centrum Zawodów:**

Zespół Szkół Specjalnych w Zagórz, 05-462 Wiązowna  
GPS: 52°11'53.31"N, 21°15'04.77"E  
W Centrum Zawodów zlokalizowane są Biuro Zawodów, szczytywanie kart SI po biegu, toalety, wyniki i listy startowe. Na wszystkich zawodników po zakończeniu biegu czekać będzie woda.

**UWAGA! Centrum Zawodów na świeżym powietrzu!**

**Biuro Zawodów:**

Czynne w Centrum Zawodów w godz. 10:00-11:00

- Parking:** Parking przy samym Centrum Zawodów na terenie Zespołu Szkół w Zagórz.
- Start:** Zlokalizowany w odległości 1400m od Centrum Zawodów, [dojście wyznakowane wstążkami koloru niebieskiego](#). Zawodnicy pobierają mapy dopiero **po** wybiegnięciu z ostatniego boks startowego. **WAŻNE!** Przypominamy, że wszyscy zawodnicy są zobowiązani pokonać wyznakowany odcinek pomiędzy boksami startowymi, a punktem startu. Punkt startu oznaczony trójkątem na mapie będzie oznaczony w terenie lampionem. Organizator zapewnia transport rzeczy ze startu na metę, jednak nastąpi on dopiero po starcie wszystkich zawodników.
- GPS-tracking:** Podczas zawodów z odbiornikami GPS pobiegną wybrani zawodnicy kategorii K21 i M21. Zawodnicy mają obowiązek odebrać odbiorniki na starcie.
- Interwał startowy:** Dla wszystkich kategorii wynosi 2 minuty. Zawodnicy w kategoriach popularyzacyjnych (10R, Początkujący i Zuchwali) startują w dowolnej minucie pomiędzy 00 i 60.
- Opisy PK:** Na mapach oraz do pobrania w boksach startowych.
- Potwierdzanie PK:** Zawody zostaną przeprowadzone przy użyciu elektronicznego systemu potwierdzania punktów kontrolnych SPORTident.
- Mapa:** „Macierowe Bagno”, skala 1:10000, e-2.5m, aktualność: wrzesień 2018, autorzy: Jacek Morawski, Krzysztof Wołowczyk, format mapy: 297x210mm  
Wszystkie mapy drukowane techniką cyfrową, dodatkowo zabezpieczone przed wilgocią.

**Informacje dodatkowe:**

Na mapie zastosowano symbole specjalne, który objaśnienie przedstawiamy po prawej.	Symbole specjalne: X wykrot
--	--------------------------------

**Teren:**

Teren z dużą liczbą dołków i zagłębień terenu, poprzecinany niewielkimi pasami wydm śródlądowych o przewyższeniach dochodzących do 20 metrów wysokości względnej. Las w przeważającej części iglasty, miejscami mieszany, o dobrej i ograniczonej przebieżności. Występują tereny podmokłe oraz okresowe bagna.



**Parametry tras:**

Trasa kategorii 10R oznakowana w terenie wstążkami koloru czerwonego.

Kategoria	Trasa [km]	PK
K10	2.1	7
K12	2.1	10
K14	3.1	14
K16	4.0	16
K18	4.0	16
K21	5.3	20
K35	3.6	16
K45	2.9	13
K55	2.9	13
K65	2.6	11

Kategoria	Trasa [km]	PK
M10	2.1	7
M12	2.5	10
M14	3.5	16
M16	4.6	20
M18	5.4	23
M21	6.5	26
M35	4.6	22
M45	4.3	16
M55	3.6	17
M65	3.2	13
M85	2.1	11

Kategoria	Trasa [km]	PK
10R	2.0/3.5	7
Początkujący	2.7	12
Zuchwali	3.9	19