



- Organizator:** Ursynowsko-Natolińskie Towarzystwo Sportowe
Sarabandy 16/22
02-868 Warszawa
661 777 692
kontakt@unts.waw.pl
www.unts.waw.pl
- Zespół organizatorów:** Kierownik zawodów Jacek Morawski
Sędzia główny Joanna Parfianowicz
Kartografowie Jacek Morawski
Fryderyk Pryjma
Budowniczy tras Jacek Morawski
Krzysztof Wołowczyk
- Forma zawodów:** Mistrzostwa Mazowska 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.
- 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 | 200PLN |
- 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 jest ubezpieczony w zakresie OC.
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

ZAPRASZAMY!

INFORMACJE TECHNICZNE

Program zawodów:

Bieg klasyczny, 5.10.2019 (sobota):

09:00-10:30 praca Biura Zawodów
10:30 start pierwszego zawodnika
14:00 zakończenie zawodów

Bieg średniodystansowy, 6.10.2019 (niedziela):

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

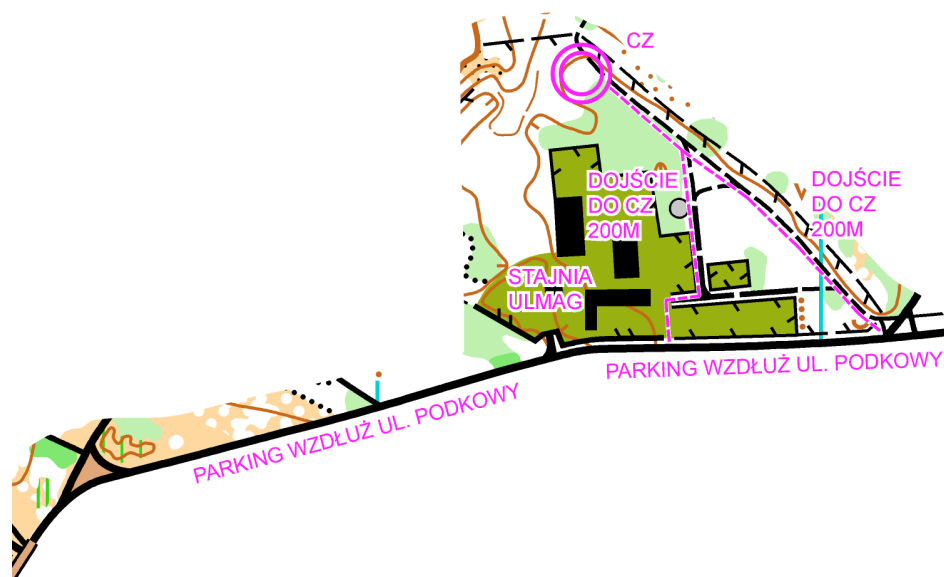
Centrum Zawodów:

Stajnia Ulmąg

ul. Podkowy 189, 04-937 Warszawa, GPS: 52°10'38.02"N, 21°15'27.13"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 sobotę w godz. 9:00-10:30 i w niedzielę w godz. 10:00-11:00.

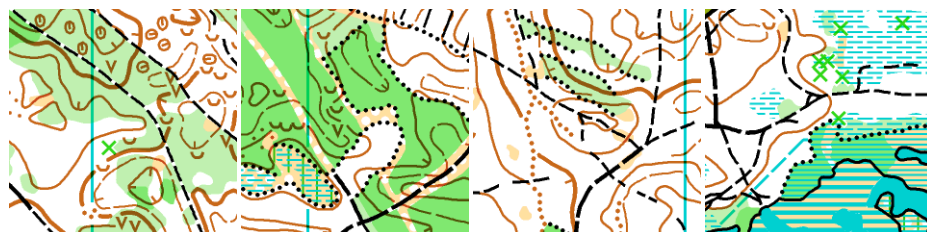
Parking:

Wzdłuż ul. Podkowy, w pobliżu Stajni Ulmąg zgodnie ze schematem powyżej.

Parkowanie na parkingu stajni Ulmąg dla uczestników zawodów jest zabronione.

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.



Mapa:

„Aleksandrów”, skala 1:10 000, e-2.5m, aktualność: wrzesień 2019, symbolika: ISOM 2017-2, autorzy: Jacek Morawski, Fryderyk Pryjma
Wszystkie mapy drukowane techniką cyfrową, dodatkowo zabezpieczone przed wilgocią.

Informacje dodatkowe:

Na mapie zastosowano symbole specjalne, który objaśnienie przedstawiamy po prawej.

Symbole specjalne:
 ✕ wykrót

Start:**Bieg klasyczny, 5.10.2019 (sobota):**

500m od Centrum Zawodów, **dojście wyznakowane wstążkami koloru niebieskiego.**

Bieg średniodystansowy, 6.10.2019 (niedziela):

400m 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.

Interwał startowy:

Dla wszystkich kategorii na obydwu biegach 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.

GPS-tracking:

Podczas zawodów z odbiornikami GPS pobiegną wybrani zawodnicy kategorii K21.

Parametry tras:

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

Bieg klasyczny, 5.10.2019 (sobota):

Kategoria	Trasa [km]	PK
K10	1.9	6
K12	2.9	9
K14	4.4	13
K16	6.1	11
K18	7.3	16
K21	9.1	19
K35	7.3	16
K45	6.1	11
K55	4.6	10

Kategoria	Trasa [km]	PK
M10	1.9	6
M12	2.9	9
M14	4.4	13
M16	7.3	16
M18	9.1	19
M21	11.8	23
M35	9.1	19
M45	7.3	16
M55	6.1	11
M65	4.6	10
M85	2.1	6

Kategoria	Trasa [km]	PK
10R	1.9	6
Początkujący	2.9	9
Zuchwali	6.1	11

Bieg średniodystansowy, 6.10.2019 (niedziela):

Kategoria	Trasa [km]	PK
K10	1.9	8
K12	2.3	9
K14	3.0	12
K16	3.3	16
K18	4.3	19
K21	4.9	22
K35	4.3	19
K45	3.3	16
K55	3.9	16

Kategoria	Trasa [km]	PK
M10	1.9	8
M12	2.3	9
M14	3.0	12
M16	4.3	19
M18	4.9	22
M21	5.7	25
M35	4.9	22
M45	4.3	19
M55	3.3	16
M65	3.9	16
M85	1.4	8

Kategoria	Trasa [km]	PK
10R	1.9	8
Początkujący	2.3	9
Zuchwali	3.3	16