

# IX DŁUGODYSTANSOWY

- Marsz na Orientację (mno) - 50 km w 12 godzin
- Bieg na Orientację (bno) - 50 km w 10 godzin
- Jazda Rowerowa na Orientację (rjno) – 100 km w 10 godzin
- Rajd przygodowy (bno + rjno + zs + os) – 75 km w 12 godzin

## „DYMNO 2007”

### REGULAMIN



[www.dymno.prv.pl](http://www.dymno.prv.pl)

**LEGIONOWO, 2 czerwca 2007 r.**

[www.dymno.prv.pl](http://www.dymno.prv.pl)

# REGULAMIN

## 1. CEL

- sprawdzenie granic własnej wytrzymałości w długodystansowym marszu, biegu lub jeździe rowerowej na orientację oraz przy pokonywaniu przeszkód terenowych,
- wyłonienie najlepszych na dystansie 50 km w mno i bno, 75 km na trasie ekstremalnej oraz 100 km w rjno,
- wymiana doświadczeń wśród sympatyków imprez na orientację,
- praktyczne potwierdzenie własnych umiejętności w posługiwaniu się mapą i kompasem w ekstremalnych warunkach,
- prezentacja walorów krajoznawczych Legionowa i Powiatu Legionowskiego.

## 2. ORGANIZATORZY

HKT „TREP” PTTK, Komisja Imprez na Orientację Oddziału PTTK Warszawa Praga Płd.  
im. Z. Glogera. adres : ul.Mińska 18, 03-808 Warszawa

## 3. WSPÓLORGANIZATORZY

- Mazowiecka Komisja InO PTTK

## 4. HONOROWY PATRONAT

- Starosta Powiatu Legionowskiego – Jan Grabiec
- Prezydent Legionowa – Roman Smogorzewski



*Impreza dofinansowana ze środków Urzędu Miasta Stołecznej Warszawy Dzielnicy Praga Płd.*

## 5. SPONSORZY



- TRYUMF trofea sportowe – [salon@tryumf.com.pl](mailto:salon@tryumf.com.pl)
- GT-POLSKA salon rowerowy ul. Grochowska 8 w Warszawie – [gtpolska@o2.pl](mailto:gtpolska@o2.pl)
- Silne-studio – agencja fotograficzno-filmowa – [www.silne-studio.pl](http://www.silne-studio.pl)

## 6. ZESPÓŁ ORGANIZACYJNY

Kierownik imprezy - Andrzej Krochmal  
Budowniczy tras pieszych, bno - Andrzej Krochmal, BT-1, PInO-157  
Budowniczy tras rowerowych - Leszek Herman-Iżycki  
Sędzia główny - Andrzej Kędziorek, S-3  
oraz grono sympatyków.

## 7. TERMIN I MIEJSCE

2 czerwca 2007 r. (sobota), Legionowo i Powiat Legionowski

## 8. CENTRUM

Szkoła Podstawowa nr 2 w Legionowie, ul. Jagiellońska 67

## 9. FORMA

Indywidualny, dzienny marsz, bieg, jazda na orientację ze startu masowego:

A/ Trasa piesza : 50 km z limitem czasowym 12 godzin podzielona została na 3 etapy – 25 km w 6 godz. + 15 km w 3,5 godz. + 10 km (scorelauf) w 2,5 godz.

B/ Trasa biegowa : 50 km z limitem czasowym 10 godzin podzielona została na 3 etapy – 25 km w 5 godz. + 15 km w 3 godz. + 10 km (scorelauf) w 2 godz.

C/ Trasa rowerowa : 100 km z limitem czasowym 10 godzin podzielona została na 3 etapy – 50 km w 5 godz. + 30 km w 3 godz. + 20 km w 2 godz.

E/ Trasa ekstremalna : 75 km z limitem czasowym 12 godzin podzielona została na 2 etapy – 25 km trasa piesza w 6 godz. + 50 km trasa rowerowa w 6 godz. + odcinki i zadania specjalne.

*Trasa rowerowa (C) zaliczana jest do Pucharu Polski w maratonach rowerowych na orientację. Regulamin szczegółowy oraz kalendarz na stronie <http://ppm.webpark.pl/>*

Istnieje dodatkowa możliwość startu również na dystansach : 25 km, 15 km lub 10 km na trasie pieszej i bno lub 50 km, 30 i 20 km na trasie rowerowej.

## 10. KLASYFIKACJA

Warunkiem sklasyfikowania uczestnika jest pokonanie trasy wyznaczonej w terenie w postaci punktów kontrolnych (PK) i naniesionych na mapę w jak najkrótszym czasie. Wybór drogi między PK należy do uczestnika. O kolejności w klasyfikacji ogólnej decyduje czas pokonania trasy z uwzględnieniem kar czasowych uzyskanych za opuszczenie PK lub zadań i odcinków w specjalnych.

11. KATEGORIE : na trasie A,B K - 20, 45 M - 20, 35, 45, 55  
na trasie C,E K - 20, 40 M - 20, 40, 50

W przypadku małej ilości zgłoszeń organizator zastrzega sobie prawo łączenia kategorii. Prawo startu mają osoby pełnoletnie, natomiast w wieku 15 – 17 lat na najdłuższych dystansach mogą startować tylko pod opieką osób w wieku 21 lat i powyżej. Na trasie ekstremalnej inny dodatkowy sprzęt dostarczy organizator według kolejności dotarcia na zadanie specjalne.

Parametry tras oraz **dodatkowe informacje** podane zostaną w komunikacie technicznym, a także **na bieżąco na stronie [www.dymno.prv.pl](http://www.dymno.prv.pl)**.

Istnieje możliwość startu w Mistrzostwach Mazowsza UKS w rjno na dystansie krótkim (Legionowo) i średnim (Warszawa Falenica) w dn. 2-3.06.2007 wg oddzielnego regulaminu.

## 12. WYPOSAŻENIE UCZESTNIKA

Kompas, trwałe źródło do pisania, napoje i wyżywienie, apteczka z podstawowymi lekami i środkami opatrunkowymi, śpiwór i materac dla nocujących w szkole, rower i sztywny kask (obowiązkowo) na trasie rowerowej.

## 13. TEREN

Terren o zmiennej lecz z przewagą dobrej przebieżności, częściowo wydymowy, miejscami z piaszczystą i średnio urozmaiconą drożnią po terenach leśnych i otwartych.

## 14. MAPY

Topograficzne, specjalistyczne, kolorowe do biegu na orientację w skali 1 : 10 000, 1 : 15 000, 1 : 25 000, 1 : 50 000 i inne.

## 15. ZGŁOSZENIA

Na załączonym druku (zawierające: imię i nazwisko, rok urodzenia, adres- ulica, nr domu/mieszk., miejscowość, kod pocztowy, tel. kont., e-mail, ilość noclegów, rozm. koszulki okolicznościowej, trasa) przyjmowane będą **do dnia 20 maja 2007 r.**, później za dodatkową opłatą w miarę wolnych miejsc i świadczeń.

na adres: Andrzej Krochmal, ul. Piaseczyńska 53 m 69, 00-765 Warszawa

e-mail: [andrzej\\_krochmal@wp.pl](mailto:andrzej_krochmal@wp.pl)

informacje dodatkowe pod tel. śl. (+22) 569 44 74 w godz. 8-15 lub 0 605 403 929

Zgłoszenie jest ważne w dniu otrzymania wpisowego (prosimy o dołączenie kserokopii wpłaty wpisowego). Lista zgłoszonych uczestników będzie publikowana na bieżąco na stronie internetowej rajdu.

## 16. WPISOWE

	do 20.05.	po 20.05. lub na starcie
trasa piesza, bno (50 km)	35 zł	45 zł
trasa rowerowa (100 km)	35 zł	45 zł
trasa ekstremalna (75 km)	35 zł	45 zł
trasa bno 25, 15 lub 10 km	15 zł	20 zł
trasa rowerowa 50, 30 lub 20 km	15 zł	20 zł

Wpisowe należy wpłacać na konto :

**Oddział PTTK Warszawa Praga Płd. ul. Mińska 18, 03-808 Warszawa**

**Bank Millennium S.A. Warszawa nr 3211602202000000060847552**

z dopiskiem **DYMnO 2007**. Wpłaty za kilka osób (w ramach zgłoszenia) można dokonywać na jednym przekazie, podając nazwiska i imiona wszystkich zgłoszonych.

## 17. ŚWIADCZENIA

- komplet map i materiałów startowych,
- sprzęt do zadań specjalnych,
- napój (woda) i posiłek na metach etapów (baton i połówki bananów),
- na mecie drożdżówka,
- nocleg w szkole na własnym sprzęcie (materac i śpiwór) z piątku na sobotę,
- szatnie i toalety,
- ubezpieczenie NW,
- odcisk okolicznościowej pieczęci,
- numer startowy obowiązkowo umieszczony z przodu i na rowerze,
- koszulka okolicznościowa (należy podać rozmiar w zgłoszeniu M, L, XL, XXL)
- potwierdzenie i weryfikacja OInO, OTP i KOT,
- naklejka okolicznościowa,
- i inne materiały w zależności od hojności sponsorów.

## 18. NAGRODY

- puchary dla najlepszych na trasie mno i bno – 50 km ufundowane przez Starostę Powiatu Legionowskiego ,
- puchary dla najlepszych w kat. na trasie rowerowej – 100 km ufundowane przez TRYUMF
- puchary dla najlepszych w kat. na trasie ekstremalnej - 75 km ufundowane przez Prezydenta Miasta Legionowo,
- certyfikat ukończenia z osiągniętym dystansem i wynikiem,
- upominki od sponsorów

## 19. RAMOWY PROGRAM

### 1 czerwca 2007 r. (piątek)

od godz. 20.00 – 23.00 praca sekretariatu, przyjmowanie uczestników na nocleg,  
weryfikacja danych, wypełnianie oświadczeń

### 2 czerwca 2007 r. (sobota)

godz. 6.00 - 8.30 praca sekretariatu

godz. 7.00 start na trasę pieszą na 50 km i trasę ekstremalną na 75 km

godz. 9.00 start na trasę biegową na 50 km i trasę rowerową na 100 km

godz. 10.00 start na trasy mno, bno na 25, 15 lub 10 km oraz 50, 30 i 20 km rjno

godz. 19.00 zamknięcie mety

godz. 20.00 zakończenie imprezy (wręczenie pucharów nastąpi w miarę kończenia rywalizacji na trasie)

### 3 czerwca 2007 r. (niedziela)

godz. 9.00 opuszczenie bazy noclegowej

## 20. DOJAZD

- pociągiem ze stacji PKP W-wa Gdańska (kier. Działdowo) do stacji PKP Legionowo Przystanek (czas przejazdu ok. 35 min.) o godz. 5.15, 6.15, 8.24 ..... 19.15, 20.15, 21.15, 22.06, 22.56
- autobusem ZTM nr 723 i 801 (piątek) z pętli na Żeraniu FSO

## **21. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

- impreza odbędzie się bez względu na pogodę,
- uczestnicy startują na własną odpowiedzialność,
- osoby zgłoszone, a nie obecne na starcie tracą prawo do świadczeń i zwrotu wpisowego,
- zgłoszenie po terminie nie gwarantuje pełnych świadczeń,
- wszyscy uczestnicy startując w rajdzie wyrażają zgodę na publikację swojego wizerunku oraz ich imienia i nazwiska w relacjach z rajdu zamieszczonych w mediach oraz materiałach promocyjnych organizatorów, patronów i sponsorów oraz wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych na potrzeby organizatorów i organizowanych przez nich rajdów, jak również na ich gromadzenie w bazach danych zgodnie z przepisami ustawy z dnia 29.08.1997 o ochronie danych osobowych (Dz.U. 133/97, poz.883). Zgadzają się również na otrzymywanie korespondencji drogą elektroniczną i udostępniają w tym celu swój adres e-mail zgodnie z ustawą z dn. 18.07.2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną (Dz.U. 144/02, poz. 1204),
- za szkody wynikłe wobec uczestników jak i osób trzecich organizator nie odpowiada,
- za rzeczy pozostawione w bazie organizator nie odpowiada,
- dodatkowy sprzęt własny, wyżywienie i napoje będzie można wystawić w strefie zmian w miejscu wydawania map na kolejne pętle,
- pokazowy punkt kontrolny będzie umieszczony w okolicach startu – lampion z perforatorem,
- korzystanie z pomocy osób trzecich na trasie lub z niedozwolonych środków transportu będzie karane dyskwalifikacją uczestnika,
- za skutki naruszenia przepisów Kodeksu Drogowego i innych przepisów prawa uczestnik odpowiada osobiście,
- organizatorzy nie przewidują możliwości zwożenia uczestników z tras rajdu, a jedynie tylko w wyjątkowych sytuacjach,
- protesty i wyjaśnienia można składać w formie pisemnej lub elektronicznej w ciągu trzech dni od momentu ogłoszenia wyników. Protesty zostaną rozpatrzone przez organizatora do 10 dni po imprezie,
- wyniki stają się oficjalne po rozpatrzeniu protestów i upływie w/w terminów,
- organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany regulaminu o czym uczestnicy zostaną wcześniej poinformowani,
- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatorów.

**DO ZOBACZENIA NA IMPREZIE  
ORGANIZATORZY**