



## ORIENT 2010 - OL WARIANT

oraz

### VIII OTWARTE MISTRZOSTWA WARSZAWY W NARCIARSKIM BIEGU NA ORIENTACJĘ REGULAMIN

- TERMIN** : 24 stycznia 2010 r. (niedziela)
- FORMA** : S/ dzienne, indywidualne zawody B-RTZ, 6 runda XVI Zimowych Zawodów Kontrolnych 2010.  
OL-WARIANT poza trasą A, pozostałe będą się składały z dwóch map: pierwsza bieg liniowy na dystansie 2 km oraz drugiej jako scorelauf (szczegóły w komunikacie tech.)  
Dla potrzeb zawodów przygotowane będą 4 trasy dla wszystkich kategorii wiekowych na przybliżonych dystansach :
- |   |         |            |
|---|---------|------------|
| A - 2,5 km,                             | K-12,14 | M-12,14,70 |
| B - 4,0 km,                             | K-16,45 | M-55,60,65 |
| C - 5,5 km,                             | K-35,40 | M-16,45,50 |
| D - 6,5 km, K-18,20/21 M-18,20/21,35,40 |         |            |
- N/ indywidualny, [narciarski bieg na orientację](#) na dystansie sprinterskim na 3 trasach na przybliżonych dystansach:
- |   |
|---|
| A – 2,0 km, K,M – 12/14, Open R                 |
| B – 3,5 km, K,M – 16/18, K-35+, M-50+, K/M Open |
| C – 5,5 km, K,M – 20,21, M-35/45                |
- Sposób potwierdzania PK – karta startowa i perforator
- START** : S - godz. 10.45, N – godz. 11.00
- MAPA** : „UWKS WAT Poligon”, 00-19-423/3 MAZ, 1: 5 000, e=2,5 m, aktualność: marzec 2000, autor: praca zbiorowa czł. WAT
- MIEJSCE** : WAT Pływalnia, ul. Kartezjusza 1
- DOJAZD** : - autobusy ZTM
- WPISOWE** : od osoby na trasie S w kat. K,M 12– 14 - 4 zł K,M 16 - 70 - 6 zł  
od osoby na trasie N w kat. K,M 12/14 – 5 zł, K,M 16-50+ - 10 zł
- SEKRETARIAT**: czynny w godz. 9.30 – 10.45 na I piętrze obok kawiarenki
- NAGRODY** : - dyplomy i upominki za miejsca 1-3 na trasie S,  
- dyplomy i medale za miejsca 1-3 na trasie N
- ORGANIZATOR**: HKT „TREP” PTTK , ul. Paca 44, 04-386 Warszawa
- ZGŁOSZENIA** : do dn. 21.01.2010 r. przyjmowane będą telefonicznie przez kierownika : Andrzej Krochmal, tel. sł. 569-44-74 w godz. 8-15  
lub 0 605 403 929 e-mail: [andrzej\\_krochmal@wp.pl](mailto:andrzej_krochmal@wp.pl)

**UWAGA!** Zgłoszenie jest przyjęte po uzyskaniu potwierdzenia. Po terminie lub na starcie tylko w przypadku wolnych miejsc i świadczeń po opłaceniu wpisowego zwiększonego o 1 zł. **O godz. 10.00 start na 6 km w biegu przełajowym ZIMNaR 2010.** Zobacz też: [XXXIII RAJD NA ORIENTACJĘ „ORIENT 2010”](#).

**DO ZOBACZENIA NA IMPREZIE  
ORGANIZATORZY**

<http://www.orient.zawor.prv.pl/> lub <http://www.trepklub.waw.pl>