

XX ZIMA NA PRADZE 2016

Marsze, biegi na orientację,

o-run 5 km, **nordinc walking** 3,5 km - **nowości**

XI BIEG WEDLA biegi przełajowe na 0,25; 2; 5,5; 9 km

pod honorowym patronatem Burmistrza Dzielnicy Warszawa Praga Płd.

REGULAMIN

ORGANIZATOR : HKT „TREP” PTTK www.trepklub.waw.pl , Komisja InO
Oddziału PTTK Warszawa Praga im. Z. Glogera

przy współpracy: CPK Dz. Warszawa Praga Płd. m. st. Warszawy, KS „Drukarz”,
orienteeing.waw.pl, maratończyk.pl, silne-studio.pl, Agapa, Rada Osiedla Kamionek

SPONSOR Tytułarny : E.Wedel, **Sponsor**: Kawiarnia „Misiańska”, Centrum
Biegowe ERGO, Festiwal Biegowy, Idee Kaffee,

TERMIN : 30.01.2016 r. (sobota)

FORMA : TO - TRASA DLA ŚREDNIOZAAWANSOWANYCH w

marszu na orientację – start indywidualny - 1 pkt na OInO

TP- TRASA DLA POCZĄTKUJĄCYCH/FAMILIJNA w marszu na

orientację - zespoły 2-5 osobowe/dla dzieci z opiekunami - 1 pkt na OInO

BnO-TRASA SPORTOWA w bno (park tour – bieg parkowy na trasach o

dł. ok.: A- 2 km,B-3,0 km,C-4,0 km, O-run 5 km - 1 pkt na OInO

XI BIEG WEDLA bieg przełajowy –na dyst.- 0,25 km dla maluchów (ur.

2009 i później) 1,86 km (1 pętla) – dla dzieci i młodz. do lat 15 i pow. 70

lat; 5,5 km (3 pętle); 9 km (5 pętli) **Nordinc Walking** – 3,55 km

MAPA : Park Skaryszewski 2, 01-15-523/2WA, 1 : 5 000 (lub inne)

CENTRUM : Muszla koncertowa przy stadionie KS „Drukarz” w parku,
sekretariat i szatnia w budynku KS „Drukarz”.

DOJAZD : - tramwajem nr: 3,6,9,24,26,28 - autobusem nr: 102,125,135, 158,
- dojście najbliższe od al. Waszyngtona lub ul. Grochowskiej ul.
Międzynarodową (wzdłuż ogrodzenia parku) ok. 600 m

START : godz. 10.00 mno i bno, o-run, nordinc walking **godz. 11.00** BW

ZGŁOSZENIA : na trasy mno i bno na formularzu www.orienteeing.waw.pl (do
28.01. druk map), na trasę BW, O-run, NW na stronie www.biegwedla.pl
(do wyczerpania miejsc) lub na miejscu w miarę zwolnionych miejsc,

INFORMACJE DODATKOWE: Andrzej Krochmal tel. 605 403 929

WPISOWE : młodzież szkolna mno/bno - bezpłatnie, pozostali– 5 zł, BW – 5/40 zł
opłata na miejscu w dniu imprezy, po wcześniejszym zgłoszeniu

NAGRODY: dla najlepszych dyplomy i słodkie upominki od WEDLA, pakiety
startowe z medalami, puchary dla zwycięzców Biegu Wedla, na mecie gorąca
czekolada, posiłek, a do rozlosowania upominki, ciastka z Kawiarni „Misiańska”
(kawiarenka parkowa z domowym ciastem), torcik wedlowski, naklejka, itp.

DO ZOBACZENIA NA IMPREZIE - ORGANIZATORZY