



# XXXVI RAJD NA ORIENTACJĘ „ZAW-OR 2013” REGULAMIN



- CEL** : uczczenie 69 rocznicy akcji pod Arsenalem,
- ORGANIZATOR** : HKT „TREP” PTTK z Oddziału PTTK W-wa Praga Płd. im. Z. Glogera,
- TERMIN** : 23 marca 2013 r. (sobota)
- FORMA** : A/ TRASA DLA ZAAWANSOWANYCH (TZ) w kat. TS (ur. w 1994-95),  
2 etapy dzienne, zespoły 1-2 osobowe, 2x2 pkt na OInO, dł. ok. 8-10 km  
B/ TRASA DLA ŚREDNIOZAWANSOWANYCH (TU) z klasyfikacją w  
kat. TJ (TJ ur. w 1996 i później), 2 etapy dzienne, zespoły 1-2 osobowe,  
2x2 pkt na OInO, dł. ok. 7-9 km  
Trasy A i B zaliczane jako 5 runda XLVI Konkursu o Tytuł Mistrza  
Warszawy i Mazowsza w MnO  
C/ TRASA DLA POCZĄTKUJĄCYCH (TP)  
2 etapy dzienne, zespoły 2-3 osobowe, 2x2 pkt na OInO, dł. ok. 6-7 km  
S/ TRASA SPORTOWA – klasyk, indywidualne zawody klasy B-RTZ,  
20 runda XIX Zimowych Zawodów Kontrolnych we wszystkich kat. wiek.  
(wg oddzielnego regulaminu).  
DUATHLON (bieg + rowerowa jazda na orientację) suma czasów jednej  
z tras bno ZAW-ORu oraz rjno rozgrywanych w tym samym miejscu Mistrzostw  
Warszawy i Mazowsza w Rowerowej Jeździe na Orientację na dystansie średnim  
(patrz oddzielny regulamin, a w nim także drugi etap na dystansie sprinterskim)
- TEREN** : miejscami wydmy w większości o dobrej przebierności, pokryty śniegiem
- MAPA** : czarno – biała, nietykowa na trasie A,B, oraz kolorowa na trasie S.
- ZGŁOSZENIA** : do dn. 21.03.2013 r. przyjmowane będą poprzez formularz zgłoszeniowy na  
[www.orienteeing.waw.pl](http://www.orienteeing.waw.pl) Na starcie tylko w przypadku wolnych miejsc i  
świadczeń (mapy).
- INFORMACJE** : Andrzej Krochmal - tel. 605 403 929, e-mail: [andrzej\\_krochmal@wp.pl](mailto:andrzej_krochmal@wp.pl).
- CENTRUM** : Al. Róż (650 na płu. od stacji PKP Legionowo Przystanek) skrzyżowanie z ul.  
Sadową, dojazd od ul. Suwałnej
- DOJAZD** : - pociągiem Kolei Mazowieckich z Dworca PKP W-wa Gdańska
- WPISOWE** : - od osoby na trasie A, B, C - 6,0 zł  
- od członków PTTK z aktualną legitymacją - 5,0 zł  
- od członków HKT „TREP” PTTK - 3,0 zł  
- od osoby na trasie S w kat. K,M 10-14 – 3,0 zł, K,M 16-70 - 5,0 zł  
- od osoby na trasie bno zaliczanej do duathlonu - 10,0 zł
- Zwolniony z opłat aktualny posiadacz Pucharu Przechodniego HKT „TREP” PTTK**
- ŚWIADCZENIA** : mapa dla uczestnika, protokół dostępny na stronie klubu, pamiątkowa naklejka,  
ozdobny odcisk pieczęci, baton, kubek ciepłego napoju, potwierdzenie pkt na  
OInO oraz 25 lat InO HKT „TREP” PTTK (patrz regulamin), możliwość zakupu  
książeczek oraz weryfikacja odznak ino,
- NAGRODY** : - Puchar Przechodni HKT „TREP” PTTK dla zwycięzcy w kat. TS,  
- dyplomy i upominki za trzy pierwsze miejsca na każdej trasie
- START** : godz. 10.00 – trasy A, B, S godz. 11.00 – trasy rowerowe (sprint i średni)
- UWAGI KOŃCOWE** : impreza odbędzie się bez względu na pogodę, za szkody wynikłe wobec  
uczestników jak i osób trzecich organizator nie odpowiada, uczestnicy z  
przynależnością do PTTK są ubezpieczeni, a pozostali ubezpieczają się we  
własnym zakresie, na imprezie obowiązuje punktacja KInO ZG PTTK,  
ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatorów.

<http://www.trepklub.waw.pl> DO ZOBACZENIA NA IMPREZIE - ORGANIZATORZY



# „ZAW-OR 2013”

## REGULAMIN

- TERMIN** : 23 marca 2013 r. (sobota)
- FORMA** : **klasyk**, **dziennie**, **indywidualne B-RTZ**, 20 runda XIX Zimowych Zawodów Kontrolnych  
**Duathlon na orientację (bieg na orientację + rowerowa jazda na orientację)**. Trasy rowerowe będą rozgrywane w tym samym miejscu w ramach Mistrzostw Warszawy i Mazowsza na dystansie sprinterskim i średnim. Klasyfikacja duathlonu będzie prowadzona na podstawie sumy wyniku biegu i dystansu średniego rjno w ramach tych samych tras (kolorów: np. zielona bno i zielona rjno). Patrz oddzielny regulamin.
- TRASY** : A (zielona) dl. 3,0 km. Kat. K-12,14,60+ M-12,65+  
B (niebieska) dl. 5,0 km, Kat. K-16,21B,45+ M-14,16,55+  
C (czerwona) dl. 6,5 km, Kat. K-18,35,40 M-21B,45,50  
D (czarna) dl. 8,2 km, Kat. K-20/21 M-18,20.21,35,40
- CENTRUM** : Legionowo Przystanek, Al. Róż po płn. stronie torów (dojazd od ul. Suwalnej) w odległości ok. 650 m od stacji PKP, skrz. z ul. Sadową
- START** : godz. 10.00 (bno) od godz. 11.00 (rjno)
- MAPA** : „Przystanek 4”, 1 : 10 000, e = 2,5 m aktualność –2011 r., autor – Jerzy Parzewski
- DOJAZD** : - pociągiem z dworca PKP Warszawa Gdańska w kier. Nasielska
- WPISOWE** : od osoby w kat. K,M -10 -14 - 3,0 zł K,M 16 – 70 - 5,0 zł  
Duathlon trasy B, C, D – 10 zł, A – 5 zł
- SEKRETARIAT** : czynny w dn. 23.03.2013 r. w centrum imprezy w godz. 8.45 – 9.45
- NAGRODY** : dyplomy i upominki za zajęcie trzech pierwszych miejsc na trasie,
- ORGANIZATOR** : HKT „TREP” PTTK, ul. Al. Stanów Zjednoczenia 24, 03-964 Warszawa
- ZGŁOSZENIA** : do dn. 21.03.2013 r. do godz. 24.00 przyjmowane będą przez formularz zgłoszeniowy na stronie [www.orientering.waw.pl](http://www.orientering.waw.pl)  
Po terminie lub na starcie tylko w przypadku wolnych miejsc (map).
- INFORMACJE** : u kierownika imprezy:  
**Andrzej Krochmal - tel. 605 403 929**  
**e-mail: andrzej\_krochmal@wp.pl**
- UWAGI KOŃCOWE** : - dla zgłoszonych w terminie mapy będą drukowane, natomiast dla zgłoszonych po terminie mapy w miarę możliwości rezerwowych,  
- uczestnicy ubezpieczają się we własnym zakresie,  
- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatorów.

**DO ZOBACZENIA NA IMPREZIE  
ORGANIZATORZY**

<http://www.trepklub.waw.pl>

<http://mkino.prv.pl>

## KOMUNIKAT TECHNICZNY

### **ZAW-OR 2013**

**Legionowo Przystanek, 23.03.2013 r. (sobota)**  
**w 69 rocznicę Akcji pod Arsenalem**

**FORMA:** klasyk, dzienny bieg indywidualny, zawody B-RTZ, 20 runda  
XIX Zimowych Zawodów Kontrolnych

**CENTRUM :** Al. Róż na skrzyżowaniu z ul. Sadową, ok.650 m na płn. od stacji kolejowej PKP Legionowo Przystanek, skrzyżowanie Al. Róż z ul. Sadową. Dojazd od ul. Suwalnej.

#### **PARAMETRY TRAS (sugerowany podział kategorii)**

<b>A (zielona)</b>	<b>– 2,82 km,</b>	<b>5 PK,</b>	<b>kat. K-12,14,60+</b>	<b>M-12,65+</b>
<b>B (niebieska)</b>	<b>– 4,79 km,</b>	<b>8 PK,</b>	<b>kat. K-16,21B,45+</b>	<b>M-14,16,55+</b>
<b>C (czerwona)</b>	<b>– 6,38 km,</b>	<b>11 PK,</b>	<b>kat. K-18,35,40</b>	<b>M-21B,45,50</b>
<b>D (czarna)</b>	<b>– 8,18 km,</b>	<b>12 PK,</b>	<b>kat. K-20,21</b>	<b>M-18,20,2135,40</b>

**OPISY TRAS:** Brak opisów (!).

**MAPA:** „Przystanek 4”, 1 : 10 000 e = 2,5 m, aktualność: 2011,  
autor: J.Parzewski

**PK** lampion z perforatorem bez kodu.

**KARTY STARTOWE:** papierowe – prosimy o ich zabezpieczenie w przypadku opadów oraz o dokładne i czytelne wypełnienie **wszystkich** (!) rubryk.

**START:** godz. **10.00** (200 m na płn. od Centrum)

**META:** 100 m wcześniej niż start, ciepły napój i coś słodkiego

**ZAKOŃCZENIE:** z wręczeniem dyplomów i upominków na następnej imprezie „ANInO 2013”.

**UWAGA !** W tym samym miejscu będzie rozgrywany **DUATHLON na Orientację (bieg na orientację + rowerowa jazda na orientację na dystansie średnim)**. Trasy rowerowe zaliczane są do Mistrzostw Warszawy i Mazowsza na dystansie sprinterskim i średnim (wg oddzielnego regulaminu). Klasyfikacja duathlonu prowadzona będzie na podstawie sumy wyników biegu i dystansu średniego rjno w ramach tych samych tras (kolorów: np. zielona bno i zielona rjno).

**UDANEGO STARTU – ORGANIZATORZY**