

# Klubowe Mistrzostwa Polski w Biegu na Orientację

sztafety, klasyk, sprint

**Gdynia 10-12.05.2019**

Patronat Honorowy  
Prezydent Miasta Gdyni Wojciech Szczurek

Biuletyn Nr 2



## 1. Organizator

Na zlecenie PZOS  
Uczniowski Klub Sportowy „Azymut 45” Gdynia  
81-578 Gdynia ul. Wiczlińska 33  
<http://www.azymut45gdynia.org/glowna>

## 2. Współorganizator

Polski Związek Orientacji Sportowej

## 3. Współpraca

Urząd Marszałkowski Województwa Pomorskiego  
Nadleśnictwo Gdańsk  
Miasto Gdynia  
Rada Dzielnicy Gdynia Dąbrowa

#### 4. Data i miejsce

10.05.2019 Gdynia – Leśny Ogród Botaniczny Marszewo – bieg sztafetowy

<https://goo.gl/maps/gkd2L7Eb51C2>

11.05.2019 Gdynia – Leśny Ogród Botaniczny Marszewo – bieg klasyczny

<https://goo.gl/maps/gkd2L7Eb51C2>

12.05.2019 Gdynia Dąbrowa Zespół Szkolno Przedszkolny nr 3 – bieg sprinterski

<https://goo.gl/maps/itbfgqLLY3T2>

#### 5. Zespół głównych organizatorów

Kierownik zawodów	- Irena Piotrowska
Sędzia główny	- Agata Porzycz tel. 502-283-461
Kierownik Biura Zawodów	- Zbigniew Borek
Obsługa SI	- Przemysław Patejko (pt), Jerzy Porzycz (sb, nd)
Kierownik Startu	- Beata Nowak
Budowniczy tras	- Jerzy Porzycz, Maciej Hewelt,
Kartograf	- Jarosław Bartczak, Jerzy Porzycz, Jacek Nowak
Spiker	- Sławomir Cygler

#### 6. Program zawodów

10.05.2019	Przyjmowanie ekip <b>Start - bieg sztafetowy</b> <b>KM16, KM18, KM21, KM105</b> <b>KM12, KM14, KM140, M180</b>	13.00 – 15.00  <b>15.30</b> <b>15.40</b>
11.05.2019	<b>Start - bieg klasyczny</b> Uroczyste zakończenie	<b>10.30</b> 14.00
12.05.2019	<b>Start - bieg sprinterski</b> Uroczyste zakończenie	<b>10.00</b> 13.30

#### 7. Forma zawodów

Klubowe Mistrzostwa Polski – I runda; dzienne;  
3-osobowe sztafety, indywidualny bieg klasyczny, indywidualny bieg sprinterski

## 8. Biuro zawodów

**10.05** (piątek) w godz. **13.00 – 15.00**

**11.05** (sobota) w godz. **9.00 – 10.00**

Gdynia, Leśny Ogród Botaniczny Marszewo

<https://goo.gl/maps/gkd2L7Eb51C2>

**12.05 (niedziela) w godz. 9.00 – 9.30**

Zespół Szkolno Przedszkolny nr 3 w Gdyni ul. Nagietkowa 73

<https://goo.gl/maps/itbfggLLY3T2>

## 9. Mapy

Aktualność: kwiecień 2019;

Skala: Bieg sztafetowy – 1 : 10 000, e-2,5m

Bieg klasyczny – 1:15 000 dla kat. KM16, KM18, KM20, KM21, KM35, e-5m  
1:10 000 dla pozostałych kategorii, e-5m

Bieg sprinterski – 1:4000, e-2,5m

Poprzednie mapy terenu: Demptowo 2, Regulewo

## 10. Teren zawodów

*Bieg sztafetowy:*

Ukształtowanie terenu zróżnicowane; w części mapy teren typowo morenowy, a w drugiej części teren o mniejszych przewyższeniach, fragmentami podmokły; przebieżność w większości bardzo dobra i dobra

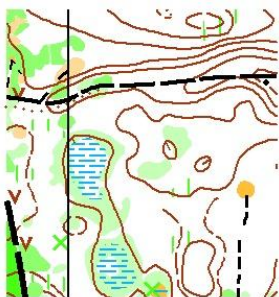
*Bieg klasyczny:*

Teren morenowy, o znacznych przewyższeniach, w większości dobrze przebieżny

*Bieg sprinterski:*

Teren osiedla o zabudowie zmiennej (bloki, zabudowa jednorodzinna), małymi fragmentami teren leśny

Fragmenty map:



sztafety



klasyk



sprint

## 11. Kategorie wiekowe

### ***Bieg sztafetowy***

K12, K14, K16, K18, K21, K105, K140  
M12, M14, M16, M18, M21, M105, M140, M180

### ***Biegi indywidualne***

*Sportowe:*

KM10, KM12, KM14, KM16, KM18, KM20, KM21, KM35, KM40, KM45, KM50, KM55,  
KM60, KM65, KM70, KM75, KM80, KM85+

*Rekreacyjno – sportowe*

Rodzinna, Krótka, Średnia, Długa

## 12. Uczestnictwo

Zgodnie z Regulaminem PZOS:

1. Uczestnikami Klubowych Mistrzostw Polski mogą być wyłącznie kluby i zawodnicy posiadający aktualną na dany rok licencję PZOS.
2. Dopuszcza się start w KMP zawodników niezrzeszonych posiadających licencje PZOS.
3. Istnieje możliwość startu w biegach sztafetowych, sztafet złożonych z zawodników różnych klubów i/lub zawodników niezrzeszonych. Sztafety te nie blokują punktów w punktacji KMP.
4. Zawodnicy wymienieni w pkt. 2 nie zdobywają punktów do KMP, natomiast blokują je dla kolejnych zawodników zdobywających punkty do KMP.

## 13. System potwierdzania punktów

Elektroniczny system SPORTIdent.

Podczas zawodów stacje będą funkcjonowały w bezdotykowym systemie SPORTIdent Air+

## 14. Nagrody

Biegi indywidualne – medale i dyplomy za miejsca 1-3 ,  
dyplomy za miejsca 4-6 w kategoriach KM10-16  
Biegi sztafetowe – puchar, medale i dyplomy za miejsca 1-3

## 15. Uwagi

- zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie.
- organizator w trakcie trwania zawodów zapewnia opiekę medyczną.
- organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów
- w centrum zawodów czynny będzie bufet
- zgłoszenie na zawody jest równoznaczne z akceptacją postanowień biuletynu oraz zgodą na przetwarzanie danych osobowych i wizerunku w celach organizacyjnych

## **Bieg Sztafetowy** **10.05.2019 r.**

### **1. Centrum Zawodów**

Leśny Ogród Botaniczny Marszewo, ul. Marszewska 5, Gdynia (54.519966, 18.416259)  
Start i Meta mieszczą się w Centrum Zawodów

### **2. Mapa i trasy**

Mapa: Marszewo Leśny Ogród Botaniczny skala 1:10000 e-2,5 m

Autorzy: Jarosław Bartczak i Jacek Nowak

Aktualność: kwiecień 2019

Mapy będą ofoliowane. Opisy punktów kontrolnych nadrukowane na mapie.

Budowniczy tras - Jerzy Porzycz

### **3. Program**

15:30 – Start kategorii KM16, KM18, KM21, KM105

15:40 – Start kategorii KM12, KM14, KM140, M180

### **4. Numery startowe**

Zawodnicy mają obowiązek biegać z numerami startowymi, przeznaczonymi wyłącznie na bieg sztafetowy

Kolory numerów startowych:

I zmiana - kolor biały

II zmiana - kolor zielony

III zmiana - kolor czerwony

### **5. Punkt widokowy**

Zawodnicy będą mieli do pokonania przebieg obowiązkowy - widokowy wzdłuż płotu Leśnego Ogrodu Botanicznego. Po tym odcinku będą mieli jeszcze do pokonania w zależności od kategorii od kilkuset do ok. 1 km trasy z ok 35 m przewyższeniem.

### **6. Parametry Tras**

Kategoria	Dystans	Ilość PK	Przewyższenie	Nr startowe
K12	2,0	7	75	131-138
K14	3,0	9	95	85-90
K16	3,5	10	105	61-67
K18	4,1	13	115	41-48
K21	4,8	14	135	21-32
K105	3,8	13	110	80-84
K140	2,8	10	95	141-145

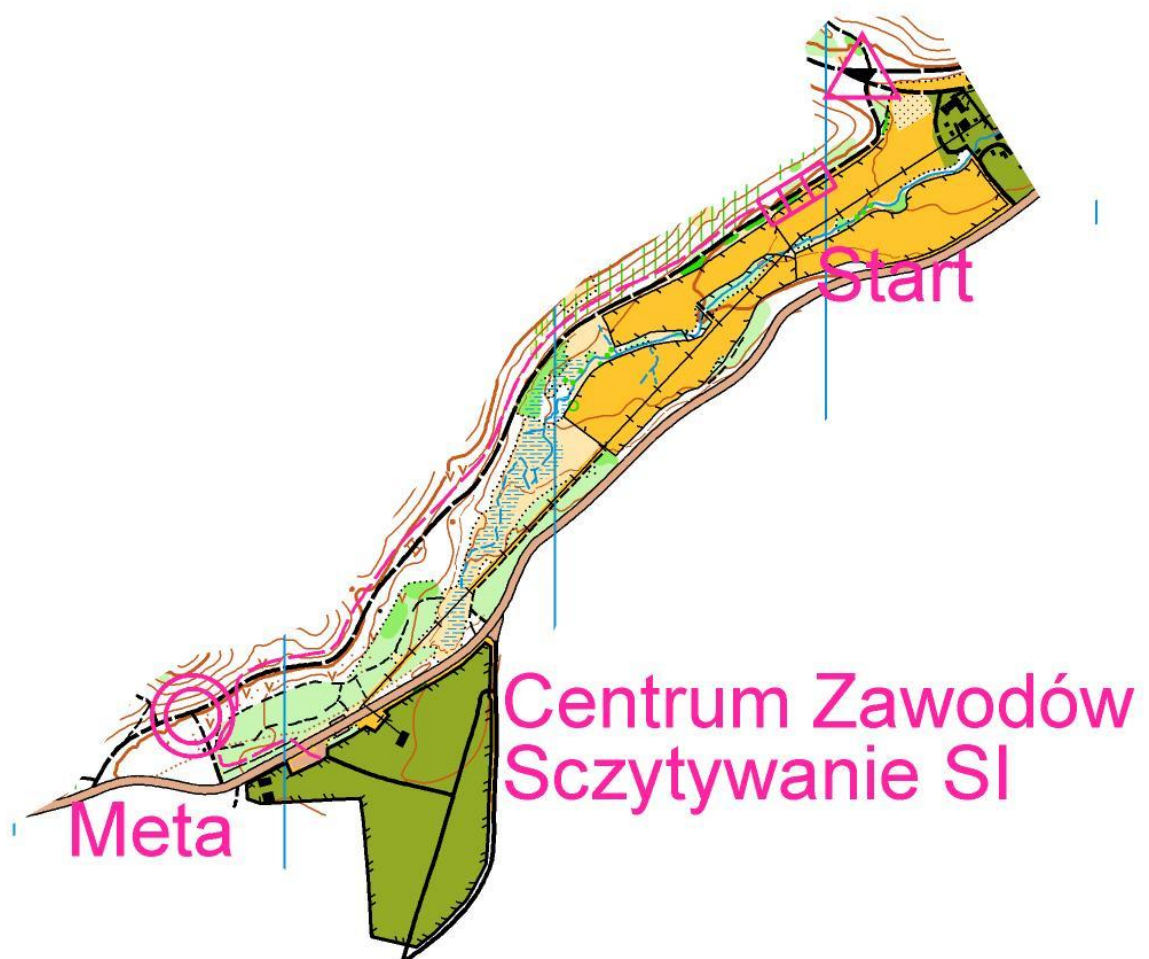
M12	2,6	9	80	120-130
M14	3,2	10	95	91-102
M16	4,0	11	110	50-60
M18	4,8	16	125	34-39
M21	6,3	17	195	1-17
M105	4,4	13	120	71-78
M140	4,0	12	110	105-118
M180	3,1	9	100	146-148

## Bieg Klasyczny 11.05.2019

### 1. Centrum Zawodów

Leśny Ogród Botaniczny Marszewo, ul. Marszewska 5, Gdynia  
(54.519966, 18.416259)

Plan sytuacyjny podczas biegu klasycznego



Dojście do Startu – 1400 m wzdłuż białych czerwonych tasiemek  
Dojście od Mety do CZ – 250 m  
Dobieg do Startu – 100 m  
Odczyt SI – w Centrum Zawodów

### **Uwaga!**

**Podczas pokonywania drogi do startu i z mety zawodnicy będą przekraczać ruchliwą drogę. Bardzo prosimy o przekraczanie jej wyłącznie w miejscu wskazanym przez organizatora i zabezpieczonym przez wolontariusza. Prosimy o zastosowanie się do instrukcji wolontariusza podczas przekraczania drogi. Zachęcamy, by dzieci przekraczały drogę wyłącznie pod opieką osób dorosłych.**

## **2. Mapa i trasy**

Mapa Dolina Cisówki skala 1:10000 i 1:15000 e-5 m  
Autor: Jarosław Bartczak  
Aktualność: kwiecień 2019

Mapy będą ofoliowane. Opisy punktów kontrolnych nadrukowane na mapie oraz do pobrania na startcie.

Budowniczy tras - Maciej Hewelt

## **3. Program**

10:30 – Minuta 0:00

14:00 – Ceremonia dekoracji biegu sztafetowego i klasycznego

15.30-16.30 – obiad w Zespole Szkolno Przedszkolnym nr3

## **4. Parametry Tras i Numery startowe**

Zawodnicy mają obowiązek biegać z numerami startowymi, przeznaczonymi wyłącznie na bieg klasyczny

### **Uwaga!**

**Na trasie dla niektórych kategorii występują punkty z wodą. Jeden punkt wodny mieści się w bezpośrednim sąsiedztwie punktu kontrolnego, a drugi znajduje się na przebiegu między punktami.**

Kategoria	Długość	Ilość PK	Przewyższenie	Picie na trasie		Skala mapy
K10	2,1	4	80			1:10000
K12	2,7	5	80			1:10000
K14	3,0	5	130			1:10000
K16	5,1	7	195	65%		1:15000

K18	6,7	11	280	55%		1:15000
K20	6,7	11	280	55%		1:15000
K21	9,0	13	375	50%		1:15000
K35	5,6	8	210	65%		1:15000
K40	4,5	7	180	65%		1:10000
K45	4,4	8	130	65%		1:10000
K50	3,4	6	130			1:10000
K55	3,4	4	110			1:10000
K60	3,2	6	110			1:10000
K65+	3,0	4	100			1:10000
M10	2,4	4	80			1:10000
M12	2,9	5	95			1:10000
M14	4,0	6	115			1:10000
M16	7,1	9	260	40%	60%	1:15000
M18	9,1	14	300	40%	80%	1:15000
M20	9,1	14	300	40%	80%	1:15000
M21	14,0	21	600	25%	60%	1:15000
M35	8,5	13	360	45%		1:15000
M40	7,9	9	265	30%	75%	1:10000
M45	6,9	8	260	80%		1:10000
M50	5,2	8	130	50%	70%	1:10000
M55	4,9	8	130	70%		1:10000
M60	4,4	7	130			1:10000
M65	4,3	6	120			1:10000
M70	3,9	6	100			1:10000
M75	3,0	4	100			1:10000
M80+	2,3	5	90			1:10000
Rodzinna	2,4	4	60			1:10000
Krótką	2,9	5	140			1:10000
Średnia	4,8	6	120			1:10000
Długa	7,2	13	275			1:10000

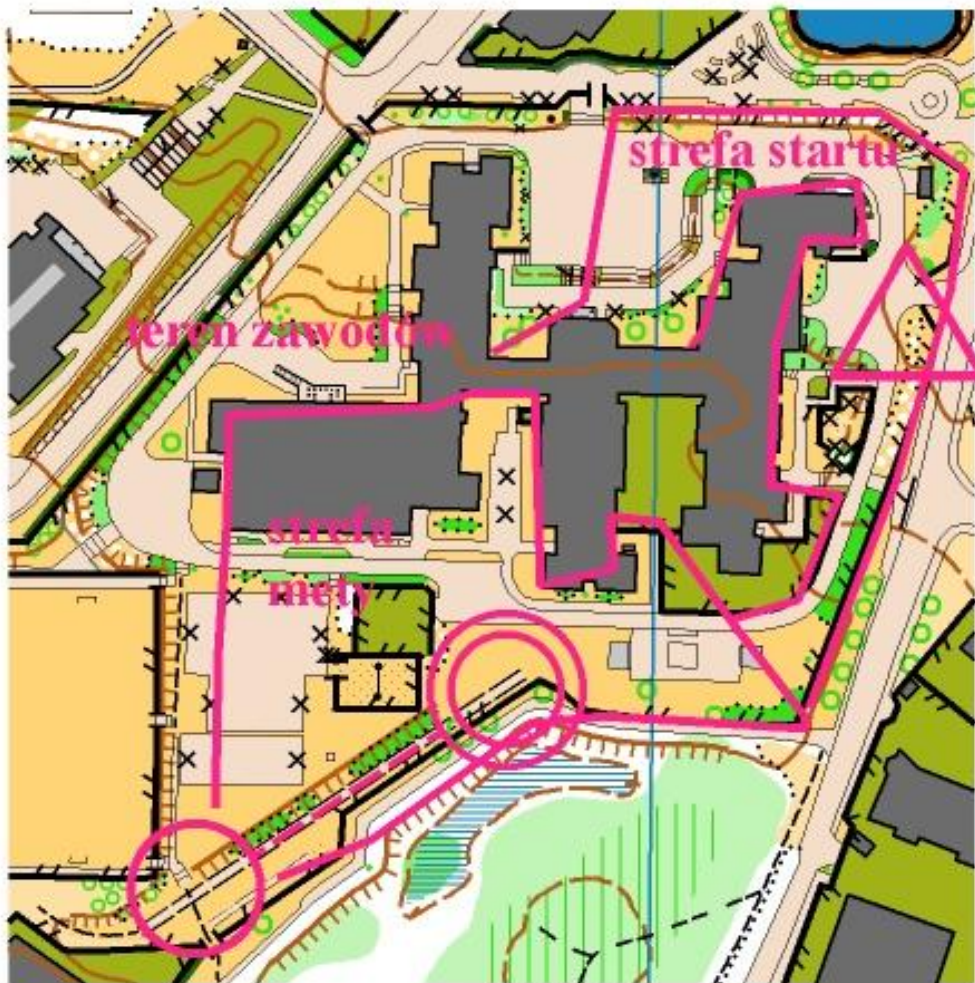
**Bieg Sprinterski  
12.05.2019**

**1. Centrum Zawodów**

Zespół Szkolno Przedszkolny nr 3 w Gdyni ul.Nagietkowa 73  
(54.471447, 18.461368)



## Plan sytuacyjny podczas biegu sprinterskiego



## 2. Mapa i trasy

Mapa: Dąbrowa Centrum skala 1:4000 e-2,5 m  
Autorzy: Radosław Piotrowski i Jerzy Porzycz  
Aktualność: kwiecień 2019

Mapy będą ofoliowane. Opisy punktów kontrolnych nadrukowane na mapie oraz do pobrania na starcie.

Polecamy obuwie na płaskiej podeszwie.

Budowa tras: Radosław Piotrowski, pod nadzorem Jerzego Porzycza

## 3. Program

10:00 – Minuta 0:00

13:00 – Ceremonia dekoracji biegu sprinterskiego i zakończenie zawodów

14.00 – 15.00 obiad w Zespole Szkolno Przedszkolnym nr3

#### 4. Strefa startu i strefa mety

Od godziny 9.15 wszyscy członkowie ekip mogą przebywać tylko w strefie startu lub mety

Wszyscy zawodnicy muszą się znaleźć w strefie startu do godziny 10.00

Zawodnicy po przebiegnięciu trasy oraz trenerzy, którzy opuszczą strefę startu muszą pozostać w strefie mety do zakończenia biegów

#### 5. Parametry Tras i Numery startowe

Zawodnicy mają obowiązek biegać z numerami startowymi, przeznaczonymi wyłącznie na bieg sprinterski

Kategoria	Długość	Ilość PK	Przewyższenie
K10	2,0	12	15
K12	2,1	13	15
K14	2,3	19	20
K16	2,6	17	20
K18	3,0	18	30
K20	3,0	18	30
K21	3,2	19	30
K35	2,6	17	30
K40	2,4	15	30
K45	2,4	16	30
K50	2,2	14	30
K55	2,1	15	25
K60	1,9	10	20
K65+	1,8	12	15
M10	2,0	13	15
M12	2,3	15	15
M14	2,6	15	15
M16	2,9	15	30
M18	3,2	20	30
M20	3,2	20	30
M21	3,8	23	40
M35	3,3	20	30
M40	2,8	18	30
M45	2,7	16	30
M50	2,6	16	20
M55	2,5	14	20
M60	2,4	16	25
M65	2,3	14	15
M70	2,3	15	15
M75	2,2	14	15
M80+	1,8	11	15
Rodzinna	1,7	12	15
Krótka	1,9	12	20
Średnia	2,3	17	30
Długa	2,7	19	40