

Klubowe Mistrzostwa Polski w Biegu na Orientację

RUNDA 1

Gdynia
Bieszkowice
16-18.05.2025



Biuletyn 2
13.05.2025 r



- 1. Organizator**
Uczniowski Klub Sportowy „Azymut 45” Gdynia
81-578 Gdynia ul. Wiczlińska 33
azymut45gdynia.org

Polski Związek Orientacji Sportowej
- 2. Patronat honorowy**
Prezydent Miasta Gdyni Aleksandra Kosiorek
- 3. Współpraca**
Lasy Państwowe
Samorząd Województwa Pomorskiego
Gmina Miasta Gdyni
CX80
Zazu Sport
Alexander
- 4. Data i miejsce**
16–18.05.2025 r.
Gdynia, Bieszkowice k/Gdyni



Patronat Honorowy
PREZIDENT
MIASTA GDYNI
Aleksandra Kosiorek



Pomorskie



hitmark
= robotics



FORSTER&PARTNERZY



5. Zespół głównych organizatorów

Kierownik zawodów	– Jagoda Białogrodzka
Sędzia główny	– Agata Porzycz
Kierownik Startu	– Jerzy Porzycz
Kierownik Mety	– Adam Pesta
Kartografowie	– Jacek Morawski, Jerzy Porzycz
Budowniczości tras	– Jacek Morawski, Jerzy Porzycz
Obsługa SI	– Przemysław Patejko

6. Komisja odwoławcza pierwszej instancji

Mariola Wołowczyk
Kostiantyn Majasow
Piotr Paszyński

7. Warunki udziału w zawodach:

Warunkiem udziału w Klubowych Mistrzostwach Polski jest:

- posiadanie ważnej licencji PZOS,
- posiadanie aktualnych badań sportowych.

Szczegółowe zasady udziału w KMP określają opublikowane przez PZOS Regulaminy sportowe w BnO w 2025 roku.

Osoby nieposiadające licencji PZOS dopuszcza się do udziału w zawodach w kategoriach rekreacyjno - sportowych. Start na własną odpowiedzialność.

8. Forma zawodów

Indywidualne - Klubowe Mistrzostwa Polski w sprinterskim i klasycznym biegu na orientację, zaliczane do rankingu PZOS, o współczynniku 1,3.

Sztafetowe 3-zmianowe – Klubowe Mistrzostwa Polski.

9. System Potwierdzania PK

Na zawodach zastosowany zostanie bezdotykowy system potwierdzania punktów kontrolnych SportIdent AIR+.

10. Biuro zawodów

16.05 (piątek) w godz. 14.00 – 16.00
w centrum zawodów Gdynia-Pogórze.

17.05 (sobota) w godz. 9.00 – 10.00
w centrum zawodów Gdynia Chwarzno

18.05 (niedziela) w godz. 9.00 – 9.45
w centrum zawodów Bieszkowice

Składy imienne sztafet należy uzupełnić przez formularz:

<https://forms.gle/r3X7C9pMDKc9vibM6> do soboty, 17 maja, do godziny 15:00.

PROGRAM ZAWODÓW

16 maja 2025 roku – piątek
Bieg sprinterski – Gdynia Pogórze

Centrum Zawodów – teren sportowy Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 5 w Gdyni:
<https://maps.app.goo.gl/eqSTPP4f7LS9wURC6>

Zamknięcie strefy kwarantanny: **15:30**
 Start pierwszego zawodnika: **16:30**
 Zamknięcie strefy startu: **16:30**
 Otwarcie strefy mety nastąpi na sygnał Sędziego Głównego.
 Zakończenie biegu przewidziane na ok. **19:00**

Start zawodników zgodnie z listą startową. Zawodnicy kategorii **KM10R** startują w dowolnej minucie pomiędzy **90'-120'** ze stacji **START**.

Centrum Zawodów zlokalizowane będzie na świeżym powietrzu. Centrum Zawodów podzielone będzie na dwie strefy: Strefę Startu oraz Strefę Mety, które łącznie będą **Strefą kwarantanny**.

Wszyscy zawodnicy zobowiązani są znaleźć się w Strefie kwarantanny do godziny 15:30. Wejście do Strefy kwarantanny jedynie przez **WSCHODNIĄ BRAMĘ** szkoły. Na mapie sytuacyjnej A zaznaczono kolorem niebieskim tę bramę oraz dojście do terenu Centrum Zawodów.



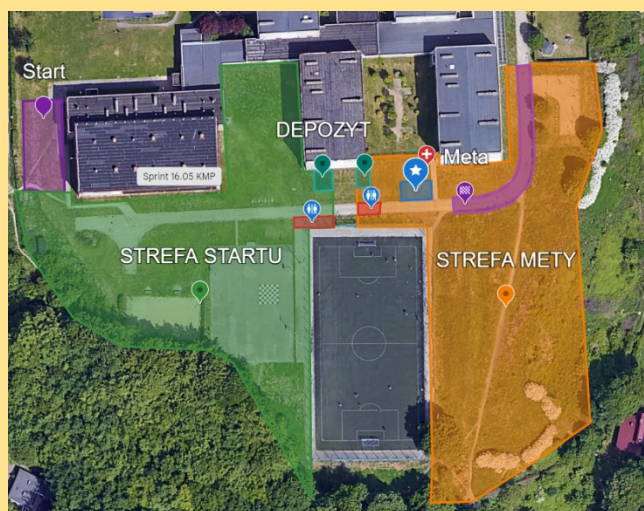
Mapa sytuacyjna A – Strefa kwarantanny, wejście do Strefy kwarantanny.

Każda ze Stref wyznakowana w terenie będzie za pomocą taśm oraz płotów.

Parking na ogólnodostępnych miejscach na osiedlu. Prosimy o stosowanie się do przepisów ruchu drogowego i nieparkowanie w miejscach do tego nieprzeznaczonych. Obowiązuje zakaz parkowania na terenie szkoły. Zachęcamy do korzystania z komunikacji miejskiej. Najbliższy przystanek: Sikorskiego 02.

Ze względu na godziny szczytu, zachęcamy do zaplanowania przyjazdu na wcześniejszą godzinę. Kluby przyjeżdżające autokarami, prosimy o wcześniejszy kontakt z organizatorem na adres mailowy: zgloszenia@azymut45gdynia.org

W Strefie Startu znajdować się będzie Start, strefa rozgrzewkowa, depozyt rzeczy do Strefy Mety, 5 toalet. **Strefa Startu** zlokalizowana jest w Centrum Zawodów. **Wszyscy zawodnicy zobowiązani są znaleźć się w Strefie Startu do godziny 16:30.** Strefa Startu zaznaczona na mapie sytuacyjnej B kolorem zielonym.



Mapa sytuacyjna B – Strefa Startu i Strefa Mety

Na terenie Strefy Startu znajdować się będzie wyznaczone miejsce, w którym będzie można zostawić depozyt. Rzeczy z depozytu będą sukcesywnie przenoszone do Strefy Mety.

W Strefie Startu zabronione jest używanie telefonów komórkowych i innych urządzeń z dostępem do Internetu.

W Strefie Mety znajdować się będzie Biuro Zawodów, Meta, szczytywanie kart SI, punkt wydawania wody po biegu, 3 toalety, punkt medyczny, miejsce odbioru rzeczy ze Strefy Startu.

Procedura startowa

Czyszczenie kart SI (CLEAR) odbywa się przed wejściem do pierwszego boksu.

Procedura startowa rozpoczyna się na 3 minuty przed czasem startu. Zawodnik wchodzi do pierwszego boksu, gdzie następuje weryfikacja zawodnika oraz sprawdzenie karty SI (CHECK). W drugim boksie wydawane będą opisy PK. W trzecim boksie znajdować się będą mapy. Mapy można pobrać jedynie w celu sprawdzenia kategorii, ale obejrzeć dopiero po starcie. Do obowiązku zawodnika należy pobranie właściwej mapy.

W momencie usłyszenia sygnału startowego, Zawodnik może ruszyć na trasę. Dobieg do punktu startowego oznaczonego na mapie trójkątem wynosi 20m. Dobieg do punktu startu jest obowiązkowy.

Opisy punktów kontrolnych będą wydrukowane na mapach oraz będą dostępne w formie papierowej do pobrania na starcie.

Zawody odbywają się w terenie o ograniczonym ruchu samochodowym, zawodnicy będą przebiegać przez osiedlowe uliczki, po których jeżdżą samochody. Prosimy o zachowanie ostrożności przy ich przekraczaniu i stosowanie się do przepisów ruchu drogowego.

Na mapie znajdować się będą niewielkie **tereny z zakazem wstępu** oznaczone na mapie symbolem 709. Tereny te nie będą wyznakowane w terenie.

Na linii mety znajdować się będzie mata SportIdent rozciągnięta na całą szerokość linii mety. Na linii mety znajdować się będą również dotykowe stacje SI Finish.

Ubiór dowolny, zalecamy obuwie z płaską podeszwą.

Dla wszystkich kategorii (z wyjątkiem trasy KM10R) **interwał startowy** wynosi 1 minutę.
Limit czasu 60 minut.

Trasy K10N, M10N, KM10R wyznakowane będą w terenie tasiemkami koloru pomarańczowo-żółtego.

W Strefie Mety dostępna będzie **woda butelkowana** dla każdego zawodnika, który ukończy bieg.

PROGRAM ZAWODÓW

17 maja 2025 roku – sobota

Bieg klasyczny – Gdynia Chwarzno

Centrum Zawodów - teren sportowy Szkoły Podstawowej nr 48 w Gdyni, ul. Jowisza 60:
<https://maps.app.goo.gl/gRJ5G8kjYkZ2SnC66>

Start pierwszego zawodnika: **10:30**

Podsumowanie rankingu PZOS za rok 2024 oraz
Dekoracja za biegi indywidualne: **ok. 15:00**

Start zawodników zgodnie z listą startową. Zawodnicy kategorii **KM10R** startują w dowolnej minucie pomiędzy **100'-150'** ze stacji **START**.

Centrum Zawodów zlokalizowane będzie na świeżym powietrzu. W Centrum Zawodów znajdować się będzie Biuro Zawodów, czytanie kart SI, 5 toalet, punkt medyczny, miejsce odbioru rzeczy ze Startu, Bufet.

Parking na ogólnodostępnych miejscach na osiedlu. Prosimy o stosowanie się do przepisów ruchu drogowego i nieparkowanie w miejscach do tego nieprzeznaczonych. Obowiązuje zakaz parkowania na terenie szkoły. Zachęcamy do korzystania z komunikacji miejskiej. Najbliższy przystanek: Jowisza 02.

Kluby przyjeżdżające autokarami, prosimy o wcześniejszy kontakt z organizatorem na adres mailowy: zgloszenia@azymut45gdynia.org

Na terenie Centrum Zawodów można rozbić namioty klubowe.

W Centrum Zawodów znajdować się będzie **Bufet**, w którym dostępne będą ciepłe napoje oraz słone i słodkie przekąski. Płatność możliwa gotówką lub blikiem.

W Strefie Mety dostępna będzie **woda butelkowana** dla każdego zawodnika, który ukończy bieg.

Procedura startowa

Czyszczenie kart SI (CLEAR) odbywa się przed wejściem do pierwszego boksu.

Procedura startowa rozpoczyna się na 3 minuty przed czasem startu. Zawodnik wchodzi do pierwszego boksu, gdzie następuje weryfikacja zawodnika oraz sprawdzenie karty SI (CHECK). W drugim boksie wydawane będą opisy PK. W trzecim boksie znajdować się będą mapy. Mapy można pobrać jedynie w celu sprawdzenia kategorii, ale obejrzyć dopiero po starcie! Do obowiązku zawodnika należy pobranie właściwej mapy.

W momencie usłyszenia sygnału startowego, Zawodnik może ruszyć na trasę. Dobieg do punktu startu oznaczonego na mapie trójkątem wynosi 70 m. Dobieg do punktu startu jest obowiązkowy. Opisy punktów kontrolnych będą wydrukowane na mapach oraz będą dostępne w formie papierowej do pobrania na starcie.

Na terenie zawodów zlokalizowane będą dwa **punkty wodopojowe** z wodą, obsługiwane przez Organizatora.

Na linii mety znajdować się będą dotykowe stacje SI Finish działające również w systemie AIR+.

Po przekroczeniu linii mety zawodnik zobowiązany jest do oddania mapy sędziemu mety.

Obowiązuje ubiór zakrywający nogi i tułów, zalecamy obuwie z agresywnym bieżnikiem lub kolce.

Dla wszystkich kategorii (z wyjątkiem kategorii KM10R) **interwał startowy** wynosi 3 minuty.

Limit czasu 180 minut.

Trasy K10N, M10N, KM10R wyznakowane będą w terenie tasiemkami koloru pomarańczowo-żółtego.

Okolo **godziny 15** rozpoczną się uroczystości **Dekoracji**. Najpierw odbędzie się podsumowanie rankingu PZOS w BnO za 2024 rok, a następnie przejdziemy do Dekoracji biegów indywidualnych, tj. piątkowego biegu sprinterskiego i sobotniego biegu klasycznego. **Zachęcamy wszystkich do udziału.**

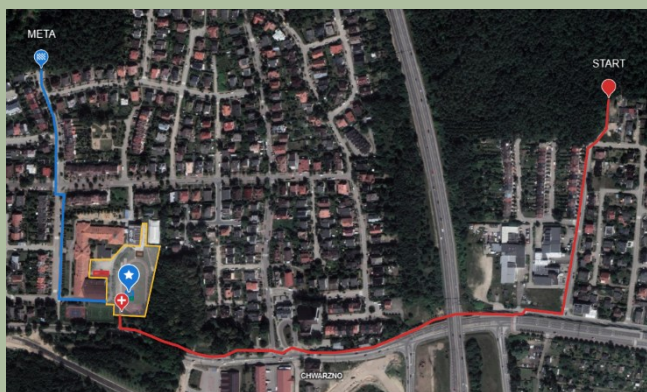


Mapa sytuacyjna A – Centrum Zawodów

Dojście do **Startu** wynosi **1100 m** i jest wyznakowane biało-czerwonymi tasiemkami od południowej bramy CZ. Dojście do Startu na mapie sytuacyjnej B oznaczone kolorem czerwonym.

Na **Starcie** będzie możliwość zostawienia rzeczy, które będą sukcesywnie przewożone do Centrum Zawodów.

Na **Starcie** znajdować się będą 3 toalety.



Mapa sytuacyjna B – Dojście z CZ do Startu i Dojście z Mety do CZ

Dojście z **Mety** od **Centrum Zawodów** wynosi ok. **400 m** drogą asfaltową. Dojście do CZ oznaczone na mapie sytuacyjnej B kolorem niebieskim.

Dojście z Mety do Centrum Zawodów odbywa się po osiedlowych uliczkach, na których odbywa się normalny ruch samochodowy. Prosimy o zachowanie ostrożności.

PROGRAM ZAWODÓW

18 maja 2025 roku – niedziela
Bieg sztafetowy – Bieszkowice

Centrum Zawodów nad Jeziorem Zawiat (Zawiad)
w Bieszkowicach - ulica Jeziorna:

<https://maps.app.goo.gl/yJ7GXpXZMC6WuFJq5>

Pokaz procedury zmian odbędzie się o godzinie **9:45**
Start pierwszych zmian od: **10:00** (zgodnie
z harmonogramem)
Dekoracja zwycięzców biegu sztafetowego: **ok 13:00**

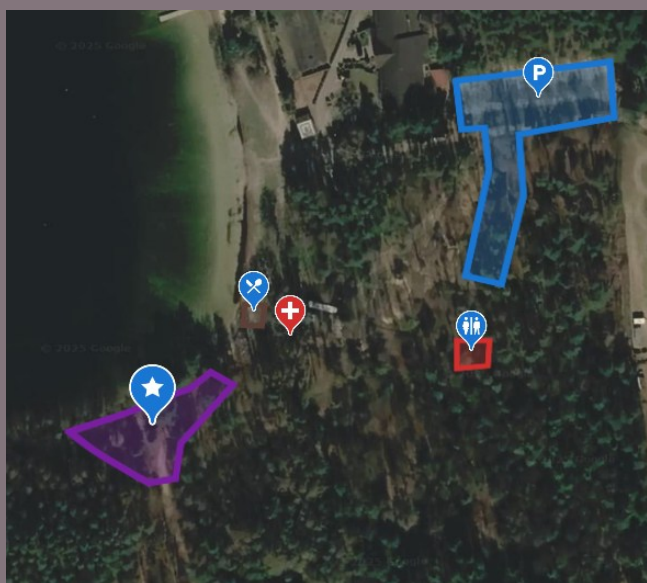
Start masowy **kategorii rekreacyjno-sportowych**
nastąpi na 20 minut po starcie masowym 3 zmian.

Centrum Zawodów zlokalizowane będzie na
świeżym powietrzu. W Centrum Zawodów
znajdować się będzie Biuro Zawodów, sczytywanie
kart SI, 8 toalet, punkt medyczny, Bufet, Start,
Meta, Strefa zmian.

Dostępny będzie **Parking** obsługiwany przez
Organizatora. Opłata za parking **20 złotych** płatna
gotówką! Prosimy o stosowanie się do poleceń
kierujących ruchem.

Kluby przyjeżdżające autokarami, prosimy
o wcześniejszy kontakt z organizatorem na adres
mailowy: zgloszenia@azymut45gdynia.org

W Centrum Zawodów znajdować się będzie **Bufet**,
w którym dostępne będą ciepłe napoje oraz słone
i słodkie przekąski. Płatność możliwa gotówką lub
blikiem.



Mapa sytuacyjna – Arena Bieszkowice

Procedura startowa

Czyszczenie kart SI (CLEAR) odbywa się przed
wejściem do strefy startu oraz przed wejściem do
strefy zmian.

Zawodnicy startujący w sztafetach mają
obowiązek startu z numerami startowymi
otrzymanymi w Biurze Zawodów. Numer startowy
musi być umieszczony na klatce piersiowej
zawodnika. Zaginanie lub jakiegokolwiek zakrywanie
jego części jest zakazane.

Start pierwszych zmian

10:00	start kategorii: K21, M21
10:05	start kategorii: K16, K18, M18, M105
10:10	start kategorii: K105, M140, M175
10:15	start kategorii: K10, K140, M16, M14
10:20	start kategorii: K12, K14, M10, M12

Zawodnicy pierwszych zmian mają obowiązek
znaleźć się w Strefie Startu na **5 minut** przed
biegiem. Przy wejściu do strefy startu nastąpi
weryfikacja zawodnika oraz sprawdzenie karty SI
(CHECK). Każdy zawodnik otrzyma mapę "pod
nogę". Zawodnicy ustawiają się na wyznaczonej
linii zgodnie z wytycznymi Sędziego startu.

W momencie usłyszenia sygnału startowego,
zawodnik może ruszyć na trasę. Dobieg do punktu
startu oznaczonego na mapie trójkątem wynosi
60 m. Dobieg do punktu startu jest obowiązkowy!

Opisy punktów kontrolnych będą wydrukowane
tylko na mapach.

Wszystkie zmiany mają na swojej trasie punkt
widokowy. W zależności od kategorii znajduje się
on na około 5-10 minut biegu przed metą.

Przybiegający zawodnik po potwierdzeniu
ostatniego punktu pokonuje dobieg, oddaje swoją
mapę sędziemu i potwierdza punkt na linii mety. Po
potwierdzeniu mety zawodnik przebiega do strefy
zmian, gdzie dokonuje zmiany poprzez dotknięcie
zawodnika wybiegającego, a następnie udaje się do
sczytania karty SI.

Na linii mety znajdować się będzie mata SportIdent
rozciągnięta na całą szerokość linii mety. Na linii
mety znajdować się będą również dotykowe stacje
SI Finish.

Procedura zmiany

Do strefy zmian zawodnik kolejnej zmiany wchodzi w momencie, gdy Zawodnik poprzedniej zmiany jego sztafety pojawi się na punkcie widokowym.

Przy wejściu do strefy zmiany nastąpi weryfikacja zawodnika oraz sprawdzenie karty SI (CHECK). W strefie zmiany znajdować się będą zwinięte w rulon mapy oznaczone numerem sztafety oraz numerem zmiany. Odpowiedzialnością zawodnika jest pobranie właściwej mapy.

Start masowy dla kolejnych zmian będzie ogłoszony przez Sędziego Głównego na około 10 minut przed startem.

Limit czasu dla każdej sztafety wynosi 210 minut.

O kolejności sztafet decyduje moment przecięcia klatką piersiową linii mety przez zawodników ostatniej zmiany, a nie czas potwierdzenia punktu na linii mety.

Start masowy kategorii rekreacyjno-sportowych nastąpi na 20 minut po starcie masowym 3 zmian. Dokładna godzina zostanie ogłoszona przez Sędziego Głównego.

Limit czasu dla kategorii rekreacyjno-sportowych wynosi 90 minut.

W Strefie Mety dostępna będzie **woda butelkowana** dla każdego zawodnika, który ukończy bieg.

Okolo **godziny 13** rozpocznie się uroczystość Dekoracji zwycięzców biegu sztafetowego oraz uroczyste zakończenie zawodów. **Zachęcamy wszystkich do udziału.**

11. Mapy

Aktualność wiosna 2025

Mapa na bieg sprinterski

Skala mapy 1:4 000, e-2 m, autor: Jerzy Porzycz, IOF ISSprOM 2019-2

Mapa na bieg klasyczny

Skala mapy 1:15 000, 1:10 000 oraz 1:7 500, e-5 m, autor: Jacek Morawski, IOF ISOM 2017-2

Mapa na bieg sztafetowy

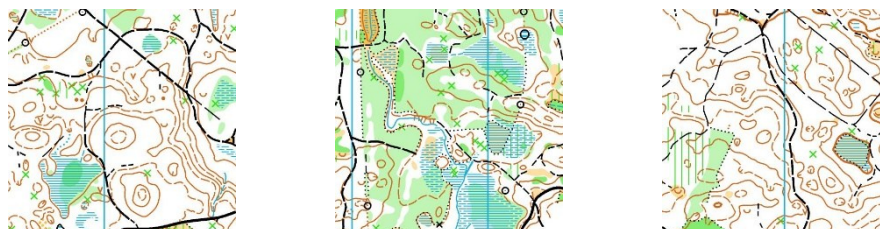
Skala mapy 1:10 000 oraz 1:7 500, e-5 m, autor: Jarosław Bartczak, Jerzy Porzycz, IOF ISOM 2017-2

Stare mapy tych terenów:

Bieg klasyczny – fragment mapy „Zwierzyniec” 2018-060-2549-POM



Bieg sztafetowy – fragment mapy „Lipowy Kamień” 2017-060-2435



12. Teren zawodów



OPIS TERENU:

Bieg sprinterski: Sprint zostanie rozegrany na osiedlu z zabudową wielorodzinną.

Bieg klasyczny: teren bardzo zróżnicowany zarówno pod względem przebieżności (większość bardzo dobrze przebieżna) jak i różnicy ukształtowania terenu. Występują liczne tereny o minimalnych przewyższeniach, ale znajdują się też fragmenty terenu typowego dla moreny - przewyższenia do 50 m. Liczna sieć dróg i ścieżek.

Bieg sztafetowy: teren o niewielkich przewyższeniach sięgających do 25 m, występują liczne tereny bagienne i podmokłe. Przebieżność - zmienna. Przewaga terenów dobrze przebieżnych. Liczna sieć dróg i ścieżek.

13. Kategorie wiekowe

Sportowe:

Klubowe Mistrzostwa Polski w biegu sprinterskim oraz biegu klasycznym:

K10, K12, K14, K16, K18, K20, K21, K35, K40, K45, K50, K55, K60, K65, K70, K75, K80, K85, K90

M10, M12, M14, M16, M18, M20, M21, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80, M85, M90

Klubowe Mistrzostwa Polski w Sztafetowym BnO:

K10, K12, K14, K16, K18, K21, K105, K140

M10, M12, M14, M16, M18, M21, M105, M140, M175

Rekreacyjno - sportowe

- KM10R – tylko przy biegach indywidualnych
- K10N, M10N – tylko przy biegach indywidualnych
- Krótka (łatwa, krótka, dla początkujących)
- Średnia (trudniejsza, dłuższa, dla średniozaawansowanych)
- Długa (trudna technicznie, wymagająca fizycznie)

14. Zakwaterowanie i wyżywienie

Organizator nie pośredniczy w rezerwacji noclegów.

Ze względu na pokrywający się z terminem zawodów termin wyborów prezydenckich, organizator nie jest w stanie zorganizować tanich dostępnych miejsc noclegów np. w szkołach czy na salach sportowych.

15. Zgłoszenia

Termin zgłoszeń upłynął 2.05.2025, g.23:59

Za prawidłowość danych zgłoszonych na zawody odpowiada osoba zgłaszająca.

Poprzez dokonanie opłaty uczestnik potwierdza, że zapoznał się z Regulaminem i zobowiązuje się do jego przestrzegania oraz wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych na potrzeby organizacji Klubowych Mistrzostw Polski.

16. Opłaty:

Rodzaj opłaty	Wysokość opłat
Opłata startowa dla zawodników K/M14 i młodszych (oraz kat. rekreacyjno-sportowe)	25 zł / dzień
Opłata startowa dla zawodników kategorii K/M16-20 i KM65+	35 zł / dzień
Opłata startowa dla zawodników kategorii K/M21-60	50 zł / dzień
Opłata startowa za bieg sztafetowy K/M14	75 zł
Opłata startowa za bieg sztafetowy K/M16-18 i M175	105 zł
Opłata startowa za bieg sztafetowy K/M21, K/M105 i K/M140	150 zł
Wypożyczenie karty SI (dotykowej) za jeden bieg	5 zł
Wypożyczenie chipa SI AIR+ (bezdotykowej) za jeden bieg	10 zł
Zagubienie wypożyczonej karty SI	200 zł
Zagubienie wypożyczonej karty SI AIR+	300 zł
Zmiana karty SI po zamknięciu zgłoszeń	10 zł

Dane do przelewu:

Uczniowski Klub Sportowy „Azymut 45: Gdynia
 81-578 Gdynia ul. Wiczlińska 33
 konto bankowe: Santander Bank Polska 2/O Gdynia
 61 1090 1102 0000 0001 1522 1619

W treści przelewu proszę wpisać:

„Opłata startowa KMP2025” + nazwa Klubu (lub nazwisko osoby kontaktowej).

Chęć otrzymania faktury za płatność prosimy przysyłać wraz z danymi do faktury oraz potwierdzeniem płatności na adres mailowy: zgloszenia@azymut45gdynia.org

17. Inne

- Zawody zostaną rozegrane zgodnie z obowiązującymi przepisami PZOS;
- Organizator w trakcie trwania zawodów zapewnia opiekę medyczną;
- Zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie;
- Organizator jest ubezpieczony w zakresie OC;
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zaginione w trakcie zawodów;
- Zgłoszenie na zawody jest równoznaczne z akceptacją postanowień biuletynu oraz zgodą na przetwarzanie danych osobowych i wizerunku w celach organizacyjnych;
- Organizator zastrzega sobie prawo do ostatecznej interpretacji Biuletynu.

ORGANIZATORZY



PATRONAT HONOROWY



**PREZYDENT
MIASTA GDYNI**
Aleksandra Kosiorek

WSPÓŁPRACA



SPONSORZY PZOS



18. Parametry tras

a. Bieg sprinterski - 16.05

Bieg Sprinterski 16.05

<i>Kategoria</i>	<i>Dystans</i>	<i>Liczba PK</i>	<i>Skala</i>	<i>Format mapy</i>
K10	1,4	13	1:4 000	A4
K12	2,0	16	1:4 000	A4
K14	2,7	18	1:4 000	A4
K16	3,0	21	1:4 000	A4
K18	3,3	22	1:4 000	A4
K20	3,3	22	1:4 000	A4
K21	3,5	28	1:4 000	A4
K35	3,3	26	1:4 000	A4
K40	3,0	23	1:4 000	A4
K45	2,8	19	1:4 000	A4
K50	2,6	16	1:4 000	A4
K55	2,4	19	1:4 000	A4
K60	2,2	18	1:4 000	A4
K65	1,9	15	1:4 000	A4
K70	1,6	11	1:4 000	A4
K75	1,4	8	1:4 000	A4
M10	1,7	15	1:4 000	A4
M12	2,1	17	1:4 000	A4
M14	2,8	19	1:4 000	A4
M16	3,2	23	1:4 000	A4
M18	3,6	27	1:4 000	A4
M20	3,6	27	1:4 000	A4
M21	4,0	25	1:4 000	A4
M35	3,6	23	1:4 000	A4
M40	3,3	24	1:4 000	A4
M45	3,2	20	1:4 000	A4
M50	3,0	18	1:4 000	A4
M55	2,8	19	1:4 000	A4
M60	2,5	18	1:4 000	A4
M65	2,4	20	1:4 000	A4
M70	2,3	15	1:4 000	A4
M75	2,1	14	1:4 000	A4
M80	1,9	13	1:4 000	A4
KM10R	1,1/1,5	10	1:4 000	A4
K10N	1,1/1,5	10	1:4 000	A4
M10N	1,1/1,5	10	1:4 000	A4
Krótką	2,1	9	1:4 000	A4
Średnia	2,7	16	1:4 000	A4
Długa	3,6	22	1:4 000	A4

b. Bieg klasyczny - 17.05

Bieg Klasyczny 17.05

<i>Kategoria</i>	<i>Dystans</i>	<i>Przewyższenie</i>	<i>Liczba PK</i>	<i>Skala</i>	<i>Format mapy</i>
K10	1,9	70	8	1:10 000	A4
K12	3,2	135	10	1:10 000	A4
K14	3,9	130	8	1:10 000	A4
K16	4,7	200	12	1:15 000	A4
K18	5,2	220	13	1:15 000	A4
K20	5,2	220	13	1:15 000	A4
K21	10,6	440	20	1:15 000	A4
K35	6,4	220	13	1:15 000	A4
K40	5,5	240	12	1:10 000	A3
K45	5,2	165	12	1:10 000	A3
K50	4,7	200	12	1:10 000	A3
K55	4,5	195	10	1:10 000	A3
K60	4,3	150	11	1:10 000	A3
K65	3,8	120	10	1:7 500	A3
K70	3,1	155	9	1:7 500	A3
K75	2,7	120	9	1:7 500	A3
M10	1,9	70	8	1:10 000	A4
M12	3,4	155	12	1:10 000	A4
M14	4,7	160	10	1:10 000	A4
M16	7,2	285	13	1:15 000	A4
M18	9,0	360	16	1:15 000	A4
M20	9,0	360	16	1:15 000	A4
M21	16,5	560	29	1:15 000	A4
M35	9,9	310	18	1:15 000	A4
M40	9,8	290	19	1:10 000	A3
M45	8,9	280	17	1:10 000	A3
M50	8,1	270	16	1:10 000	A3
M55	6,6	240	12	1:10 000	A3
M60	5,8	195	11	1:10 000	A3
M65	5,5	240	12	1:7 500	A3
M70	5,2	165	12	1:7 500	A3
M75	3,8	120	10	1:7 500	A3
M80	3,1	155	9	1:7 500	A3
KM10R	2,4	120	7	1:10 000	A4
K10N	2,4	120	7	1:10 000	A4
M10N	2,4	120	7	1:10 000	A4
Krótki	2,7	110	10	1:10 000	A4
Średnia	5,4	180	11	1:10 000	A3
Długa	7,5	210	15	1:10 000	A3

c. Bieg sztafetowy - 18.05

Bieg Sztafetowy 18.05

<i>Kategoria</i>	Dystans	Przewyższenie	Liczba PK	Skala	Format mapy
<i>K10</i>	1,7	40	9	1:10 000	A4
<i>K12</i>	2,2	45	11	1:10 000	A4
<i>K14</i>	2,7	60	11	1:10 000	A4
<i>K16</i>	3,2	80	14	1:10 000	A4
<i>K18</i>	4,1	95	15	1:10 000	A4
<i>K21</i>	5,0	100	15	1:10 000	A4
<i>K105</i>	3,4	80	16	1:10 000	A4
<i>K140</i>	3,2	80	11	1:10 000	A4
<i>M10</i>	1,7	40	9	1:10 000	A4
<i>M12</i>	2,3	45	12	1:10 000	A4
<i>M14</i>	3,2	65	14	1:10 000	A4
<i>M16</i>	3,5	80	15	1:10 000	A4
<i>M18</i>	4,3	105	16	1:10 000	A4
<i>M21</i>	6,6	135	18	1:10 000	A4
<i>M105</i>	4,6	95	14	1:10 000	A4
<i>M140</i>	3,8	85	13	1:10 000	A4
<i>M175</i>	2,8	75	15	1:10 000	A4
<i>Krótką</i>	2,7	45	7	1:10 000	A4
<i>Średnia</i>	4,4	95	17	1:10 000	A4
<i>Długa</i>	6,7	145	19	1:10 000	A4