



KOMUNIKAT TECHNICZNY

Mistrzostwa Warszawy i Mazowsza w Narciarskim Biegu na Orientację 2013 (Runda II) 19-20 stycznia 2013

- Organizator:** Stowarzyszenie Team 360°
- Mecenat:** Urząd Dzielnicy Wawer m.st. Warszawa
- Centrum zawodów:** 19.01.2013 (sobota) – Szkoła Podstawowa nr 124, ul. Bartoszycka 45/47
20.01.2013 (niedziela) – Zespół Szkół nr 34, Wesoła, ul. Krótka 1
Biuro czynne od godz. 9:45
- Program:** 19.01.2013 (sobota), 11:30 – bieg narciarski+dystans średni (start masowy)
20.01.2013 (niedziela), 11:00 – dystans klasyczny (start interwałowy)
- Trasy:**
ZIELONA – krótka i łatwa
NIEBIESKA – średnio długa i średnio trudna
CZERWONA – dość długa i dość trudna
- Zalecane trasy:**
- | Kategoria | Rok urodzenia | Kobiety | Mężczyźni |
|------------------|----------------|---------|-----------|
| Młodzicy | 1999 i później | K14 | M14 |
| Juniorzy | 1995 – 1998 | K18 | M18 |
| Seniorzy | 1974 – 1994 | K21 | M21 |
| Weterani młodszy | 1959 – 1973 | K40 | M40 |
| Weterani | 1944 – 1958 | K55 | M55 |
| Weterani starsi | 1943 i później | K70 | M70 |
- Parametry tras:**
- Sobota (19.01.2013), start 1 km od szkoły, meta w centrum zawodów**
- | | | | |
|------------------|-----------------|-------|--------------|
| ZIELONA | 1700 m + 2400 m | 5 PK | mapa 1:10000 |
| NIEBIESKA | 3400 m + 5300 m | 8 PK | mapa 1:10000 |
| CZERWONA | 5100 m + 8700 m | 12 PK | mapa 1:15000 |
- Niedziela (20.01.2013), start i meta w centrum zawodów**
- | | | | |
|------------------|---------|-------|--------------|
| ZIELONA | 4400 m | 7 PK | mapa 1:10000 |
| NIEBIESKA | 9300 m | 12 PK | mapa 1:15000 |
| CZERWONA | 16400 m | 16 PK | mapa 1:15000 |
- Mapy i teren:** Specjalistyczne mapy do rowerowej jazdy na orientację. Falenica 2R i Las Sobieskiego, 1:10000 i 1:15000, e-2.5m. Teren o gęstej sieci ścieżek i dróg.
- Narty:** Wypożyczalnia NARTOTEKA (www.nartoteka.pl) nart biegowych, kijków i butów na ul. Bartoszyckiej 26. Rezerwacja mailowa: biuro@nartoteka.pl
- Zakończenie:** 20.01.2013 (niedziela), 13:30 – wręczenie dyplomów i drobnych upominków
- Potwierdzanie punktów:** Karta startowa

Serdecznie zapraszamy do udziału wszystkie osoby posiadające narty biegowe.
Więcej informacji na: www.orientering.waw.pl oraz www.team360.pl