



Uczniowski  
Międzyszkolny  
Klub Sportowy  
**KWIDZYN**



**URZĄD  
MARSZAŁKOWSKI  
WOJEWÓDZTWA  
POMORSKIEGO**



## REGULAMIN

# MISTRZOSTWA WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO W DŁUGODYSTANSOWYM BIEGU NA ORIENTACJĘ

I Runda PUCHARU POMORZA W BIEGU NA ORIENTACJĘ  
II Runda XXV MISTRZOSTW POMORZA I KUJAW W BIEGU NA ORIENTACJĘ

**Kwidzyn, niedziela 25.03.2018 r.**

Zawody są współfinansowane przez Samorząd Województwa Pomorskiego

### Organizator:

Uczniowski Międzyszkolny Klub Sportowy przy Szkole Podstawowej nr 4 w Kwidzynie  
Pomorski Okręgowy Związek Orientacji Sportowej w Gdyni

### Kierownictwo zawodów

Kierownik Zawodów – Tomasz Müller  
Kierownik Centrum Zawodów – Maciej Gostkiewicz  
Sędzia Główny – Jarosław Bartzak  
Biuro Obliczeniowe – Zbigniew Mądryński  
Budowniczy Tras – Jarosław Bartzak  
Sekretariat – Joanna Karwowska

### Termin:

25 marca 2018 r. / niedziela /  
Start: godz. "00" – 10.30  
Zakończenie i wręczenie medali: godz. 13:30 w Centrum Zawodów

**Forma:** dzienne, indywidualne, długodystansowe o współczynniku rankingowym 0,7 (w kategoriach K/M 16 i starszych - 2/3 długości tras długodystansowych wg regulaminu PZOS, w pozostałych kategoriach nieco wydłużone długości tras klasycznych). Zawody będą ostatnim sprawdzianem przed odbywającymi się 2 tygodnie później Mistrzostwami Polski w Długodystansowym bno w Nawojowej Górze koło Krakowa.

**Centrum Zawodów** – Pólko – Ośrodek Edukacji Leśnej przy Leśniczówce Opalenie (N: 53°75'25" E: 18°80'34")  
Start masowy i meta zawodów mieści się Centrum Zawodów. Wokół Centrum Zawodów znajduje się ograniczona ilość miejsc parkingowych. Po wyczerpaniu tych miejsc, kolejne pojazdy parkować będą wzdłuż drogi dojazdowej do centrum zawodów, w odległości ok. 250 m od centrum.

Dojazd od zachodu – z DK 91 w miejscowości Rakowiec skręcić w DK 90 na Kwidzyn, po ok. 1,2 km skręt w kierunku południowym na Pólko.

Dojazd od wschodu – z Kwidzyna DK 90, ok. 2 km za mostem przez Wisłę skręt w kierunku południowym na Pólko.

### Sekretariat:

Czynny w dniu zawodów, w niedzielę 25.03.2018 r., od godz. 8.45 – 10.10, w Centrum Zawodów



**Kwidzyn**  
*Moje Miasto*



**POWIAT  
KWIDZYŃSKI**



**GINA  
KWIDZYN**



**GINA  
SADLINKI**



**NADLEŚNICTWO  
KWIDZYN**



INTERNATIONAL  PAPER



## Kategorie Mistrzostw Województwa Pomorskiego w długodystansowym bno:

### Kategorie sportowe

K (kobiety)	10	M (mężczyźni)	10	rocznik 2008 i młodsi
	12		12	rocznik 2006 - 2007
	14		14	rocznik 2004 - 2005
	16		16	rocznik 2002 - 2003
	18		18	rocznik 2000 - 2001
	20		20	rocznik 1998 - 1999
	21		21	rocznik 1984 - 1997
	35/40		35/40	rocznik 1974 - 1983
	45/50		45/50	rocznik 1964 - 1973
	55/60+			rocznik 1954 i urodzeni wcześniej
			55/60	rocznik 1954 - 1963
			65/70	rocznik 1944 - 1963
			75+	rocznik 1943 i urodzeni wcześniej

### Trasy rekreacyjne

K/M10N - trasa wstążeczkowana, rocznik 2008 i młodsi

10R (trasa rodzinna) - trasa wstążeczkowana – bez ograniczeń wiekowych

OPEN 1 - rekreacyjna, łatwa, dla początkujących – bez ograniczeń wiekowych

OPEN 2 - rekreacyjna, średnio trudna, dla niezaawansowanych – bez ograniczeń wiekowych

### Mapa:

„Pólko” – mapa z 2015 roku - aktualizacja marzec 2018 – skala 1:10000

e- 2,5 m, autor mapy i aktualizacji: Jarosław Bartczak

Minuta 00 – godzina 10.30

Limit czasu – kategorie K/M 16 i starsi - 180 minut

– kategorie K/M 14 i młodsi oraz trasy rekreacyjne - 120 minut

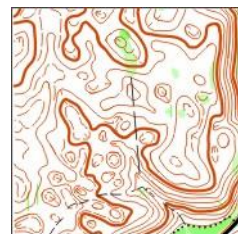
– kategorie K/M 16 i starsi – start masowy

– kategorie K/M 14 i młodsi oraz trasy OPEN 1 i 2 – start interwałowy od 20 minuty startowej

– trasy K/M10N i 10R – start interwałowy w dowolnej minucie, w przedziale od 30 do 75 minuty startowej

– minuty startowe wywieszane zostaną na stronie organizatora [www.umkskwidzyn.pl](http://www.umkskwidzyn.pl), w piątek 23.03.2018 r. w godzinach wieczornych.

Bieg rozegrany będzie w terenie zróżnicowanym, o sporych przewyższeniach dochodzących do 50 m, miejscami przechodzących w mikrorzeźbę, częściowo o utrudnionej, jednak z przewagą bardzo dobrej i dobrej przebieżności.



### Zgłoszenia:

Zgłoszenia zawierające: imię i nazwisko, datę urodzenia, kategorię wiekową, nazwę klubu lub szkoły, numer licencji PZOS (w przypadku posiadania) i nr chipa (w przypadku posiadania) należy przesłać w nieprzekraczalnym terminie **do 19.03.2018 r.** (poniedziałek) na adres [zgloszenia@umkskwidzyn.pl](mailto:zgloszenia@umkskwidzyn.pl). Ze względu na konieczność drukowania map zgłoszenia po tym terminie będą przyjmowane wyłącznie do wyczerpania vacatów.

Za zgłoszenie i uczestnictwo w zawodach zawodników do 18 roku życia odpowiadają instytucje zgłaszające.

Zawodnicy do 18 roku życia zgłaszający się indywidualnie mogą uczestniczyć w zawodach wyłącznie po przekazaniu organizatorowi, podczas odbierania materiałów startowych w sekretariacie zawodów, pisemnego oświadczenia rodziców bądź opiekunów prawnych, zezwalającego na uczestnictwo nieletniego w zawodach.

### Dodatkowe informacje:

Kierownik zawodów – Tomasz Müller, e-mail: [bno@umkskwidzyn.pl](mailto:bno@umkskwidzyn.pl), tel. 500 175 747

Do 22.03 2018 r. (czwartek) na stronie organizatora [www.umkskwidzyn.pl](http://www.umkskwidzyn.pl) zamieszczony zostanie regulamin techniczny zawierający m.in. plan centrum zawodów i parametry tras.



**Kwidzyn**  
Moje Miasto



POWIAT  
KWIDZYŃSKI



GMINA  
KWIDZYN



GMINA  
SADLINKI



NADLEŚNICTWO  
KWIDZYN



### Sędziowanie:

Na zawodach stosowany będzie system pomiaru czasu i potwierdzania punktów kontrolnych SPORTIdent. Dla uczestników nieposiadających własnego chip-a istnieje możliwość jego wypożyczenia w sekretariacie zawodów, za opłatą 3 zł za sztukę (zagubienie chipa 120 zł).

Długości i parametry podane zostaną w regulaminie technicznym

### Wpisowe:

Kategorie K10N, M10N, K10, M10, 10R, OPEN	- 5 zł
Kategorie K12, M12, K14, M14,	- 10 zł
Kategorie K16, M16, K18, M18, K20, M20	- 15 zł
Kategorie K21, M21 i starsze	- 20 zł

Podane kwoty wysokości wpisowego nie zawierają ewentualnych kosztów wypożyczenia chipa (patrz; sędziowanie)  
**Ze względu na zaangażowanie finansowe w działalność UMKS Kwidzyn Starostwa Powiatowego w Kwidzynie oraz gmin powiatu, wszyscy zawodnicy z powiatu kwidzyńskiego, bez względu na kategorię wiekową, opłacają wpisowe w wysokości 5 zł.**

Opłaty należy dokonać w terminie do 19.03.2018 r. (poniedziałek) na konto UMKS Kwidzyn, 82-500 Kwidzyn, ul. Warszawska 13

Bank Zachodni WBK O/Kwidzyn, nr 93 1090 2620 0000 0001 1800 4820 lub w biurze zawodów.

### Świadczenia:

Medale za zajęcie 3 pierwszych miejsc w kategoriach sportowych K/M 10 i starszych oraz K/M10N

Dyplomy za zajęcie 6 pierwszych miejsc w kategoriach K/M 10 do K/M 14 oraz 3 pierwszych miejsc w każdej kategorii K/M 16 i starszych

W kategorii K/M10N i 10R wszystkie dzieci otrzymują dyplomy i drobne upominki

W kategorii OPEN dyplomy za zajęcie 3 pierwszych miejsc

Woda i batonik na mecie dla każdego zawodnika kończącego bieg.

### Noclegi:

Istnieje możliwość rezerwacji noclegu z 24/25.03.2018 r. w warunkach turystycznych, w szkole na sali gimnastycznej (szczegóły podane zostaną w regulaminie technicznym - należy posiadać własny materac i śpiwór), w cenie 12 zł za osobę. Rezerwacji należy dokonać na adres [zgloszenia@umkskwidzyn.pl](mailto:zgloszenia@umkskwidzyn.pl) (rezerwacja ważna po otrzymaniu potwierdzenia e-mailem od organizatora). Ilość miejsc ograniczona. O rezerwacji noclegów decyduje kolejność zgłoszeń. Opłata pobierana będzie w sekretariacie zawodów.

Inne miejsca noclegowe uczestnicy organizują we własnym zakresie.

### Dekoracja zwycięzców:

Zakończenie zawodów i uroczysta dekoracja zwycięzców Mistrzostw Województwa Pomorskiego w długodystansowym bno odbędzie się w niedzielę 25.03.2018r. ok. godz. 13.30 w Centrum Zawodów, na polanie przed Ośrodkiem Edukacji Leśnej, przy Leśniczówce Opalenie (N: 53°75'25" E: 18°80'34")

O godz. 13.10 w tym samym miejscu odbędzie się dekoracja zwycięzców Klasyfikacji Generalnej Pucharu Pomorza 2017

### Postanowienia końcowe:

Impreza nie ma charakteru komercyjnego i organizowana jest na zasadach samofinansujących się. Wyliczona kwota wpisowego wynika z kalkulacji kosztów i nie obejmuje zysków.

Uczestnicy, zgłaszający się na Mistrzostwa indywidualnie lub za pośrednictwem klubów bądź innych jednostek organizacyjnych, wyrażają zgodę na publikowanie ich wizerunku oraz imienia i nazwiska oraz roku urodzenia, w relacjach z zawodów zamieszczanych w mediach, wynikach oraz protokołach końcowych zawodów.

Zawodnicy początkujący i nie mający wcześniej kontaktu z biegami na orientację mogą sprawdzić znaki graficzne i opisy punktów kontrolnych używane na mapach do bno na stronie organizatora [www.umkskwidzyn.pl](http://www.umkskwidzyn.pl) w zakładce „o biegach na orientację”.

Uczestnicy ubezpieczają się we własnym zakresie.

Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

Interpretacja regulaminu należy do organizatorów.

### DO ZOBACZENIA NA ZAWODACH



**Kwidzyn**  
Moje Miasto



POWIAT  
KWIDZYŃSKI



GMINA  
KWIDZYN



GMINA  
SADLINKI



NADLEŚNICTWO  
KWIDZYN



