



# Klubowe Mistrzostwa Polski

w Sztafetowym, Klasycznym i Sprinterskim  
Biegu na Orientację

## Komunikat Techniczny



18 - 20 maja 2018, Otrocze - Lublin

## ORGANIZATOR

Lubelski Związek Orientacji Sportowej [www.bnolublin.pl](http://www.bnolublin.pl)

## WSPÓŁORGANIZATORZY

Polski Związek Orientacji Sportowej [www.orienteing.org.pl](http://www.orienteing.org.pl)

KU AZS UMCS Lublin [www.bnolublin.pl](http://www.bnolublin.pl)

## INSTYTUCJE WSPIERAJĄCE

Urząd Miasta Lublin

Urząd Gminy Chrzanów

Nadleśnictwo Janów Lubelski

## GŁÓWNY ZESPÓŁ ORGANIZACYJNY

**Kierownik zawodów** – Piotr DOBROWOLSKI, **telefon:** 606 699 301, **e-mail:** dobry@autograf.pl

**Sędzia główny** – Andrzej OLECH (S-1)

**Budowniczy tras** – Andrzej OLECH (BT1), Mirosław TARNOWSKI (BT1)

**Kartograf** - Michał MOTAŁA, Andrzej OLECH, Mirosław TARNOWSKI

**Kontroler PZOS** – Piotr PIETROŃ

**Kierownik startu** - Lucjan KOWALSKI S-3

**Kierownik mety** – Krzysztof JARECKI S-4:

**Obsługa SI** - Przemysław PATEJKO

## RANGA I FORMA ZAWODÓW

Zawody rankingowe CTZ – wsp. 1,3.

Dwa biegi indywidualne i jeden sztafetowy.

## TERMIN I MIEJSCE

18 – 19.05.2018 r. Otrocz

20.05.2018 r. Lublin

## START

**18.05.2018 r. (piątek)** godz. 14:30 – bieg sztafetowy

**19.05.2018 r. (sobota)** godz. 11:00 - bieg klasyczny

**20.05.2018 r. (niedziela)** godz. 10:30 - bieg sprinterski

## BIURO I CENTRUM ZAWODÓW

**18.05.2018r.** (piątek) godz. 12:00 – 14:00 – polana leśna OTROCZ - dojście oznakowane od parkingu (przy kościele) w miejscowości Otrocz ok. 1500m

**19.05.2018r.** (sobota) godz. 09:00 – 10:30 – polana leśna OTROCZ (jw.)

**20.05.2018r.** (niedziela) godz. 09:30 – 10:00 – LUBLIN ul. Bursztynowa 22 (SP nr 51)

## MAPY

„OTROCZ - PRZEŁĘCZ 2018” skala 1:10000; warstwicze co – 5m; aktualizacja: lato 2016 i 2018 r. autor mapy: Mirosław TARNOWSKI, Andrzej OLECH;

„OTROCZ - GÓRA DZIEWIC 2016” skala 1:10000; warstwicze co – 5m; aktualizacja: lato 2016 i 2018 r. autorzy mapy: Michał MOTAŁA, Mirosław TARNOWSKI, Andrzej OLECH

„WĄWÓZ JANA PAWŁA II 2017” skala 1:4000; warstwicze co – 2,5m; aktualizacja: lato 2017 i 2018 r. autor mapy: Mirosław TARNOWSKI.

## CHARAKTERYSTYKA TERENU

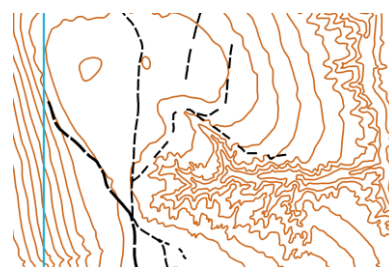


### Biegi klasyczne:

Teren o dużych przewyższeniach (różnica wzniesień – 50m), pocięty głębokimi jarami, w większości dobrze przebieżny.

### Bieg sztafetowy:

Teren o dużych przewyższeniach (różnica przewyższeń – 50m), pocięty jarami, o średniej przebieżności.



### Bieg sprinterski:

Teren osiedla (zurbanizowany) wraz z parkiem Jana Pawła II (w dużej części otwarty o średnich przewyższeniach).

## PARKINGI

**Bieg klasyczny i sztafetowy** – miejscowość Otrocze (przy kościele i wzdłuż drogi asfaltowej do cmentarza – z jednej strony ulicy).

**Bieg sprinterski** – niewielka ilość pojazdów osobowych będzie mogła zaparkować na terenie parkingu szkolnego, pozostali na terenie osiedla- autokary przy stadionie Arena Lublin.

## NAGRODY

Dyplomy i upominki dla najlepszych zawodników w każdej kategorii wiekowej.

## ZAKOŃCZENIE ZAWODÓW

**19.05.2018 r.** (sobota) ok. godz. 15:30 – za bieg klasyczny i sztafetowy

**20.05.2018 r.** (niedziela) ok. godz. 13:30 – za bieg sprinterski

## ZAKWATEROWANIE I WYŻYWIENIE

### Wyżywienie i zakwaterowanie:

- Istnieje możliwość posiłku (obiad w piątek godz. 17:30 – 18:30 obiad w sobotę godz. 15:30 – 16:30 w cenie 18,00 zł/obiad - SP w miejscowości Zdziłowice (4km od miejsca zawodów)
- Zamówienia na obiady przyjmowane będą na e-mail [tarnolus64@o2.pl](mailto:tarnolus64@o2.pl) do dnia 12.05.2018r.
- Sala gimnastyczna w szkole podstawowej w miejscowości Zdziłowice (4km od miejsca zawodów) – z własnym materacem i śpiworem – odpłatnie – 12 zł osoba/noc.

Klubowe Mistrzostwa Polski 2018

[www.bnolublin.pl](http://www.bnolublin.pl)

## UWAGI

Wszyscy startujący w KMP **zobowiązani są do posiadania ważnych badań lekarskich**, a zawodnicy z kategorii weterańskich mogą startować na własną odpowiedzialność z pisemnym oświadczeniem. Uczestnicy zawodów ubezpieczają się we własnym zakresie.

### GPS

Obowiązuje zakaz używania odbiorników GPS z wyświetlaczem.

## PROGRAM ZAWODÓW

**18.05.2018 r. (piątek) godz. 12:00 – 14:00** przyjmowanie ekip – Otrocz (Centrum Zawodów)

**14:30** start biegu sztafetowego - Otrocz

**19.05.2018 r. (sobota) godz. 11:00** - start biegu klasycznego - Otrocz

**15:30** – uroczyste zakończenie biegu sztafetowego i klasycznego

**20.05.2018 r. (niedziela) godz. 10:00** - Lublin

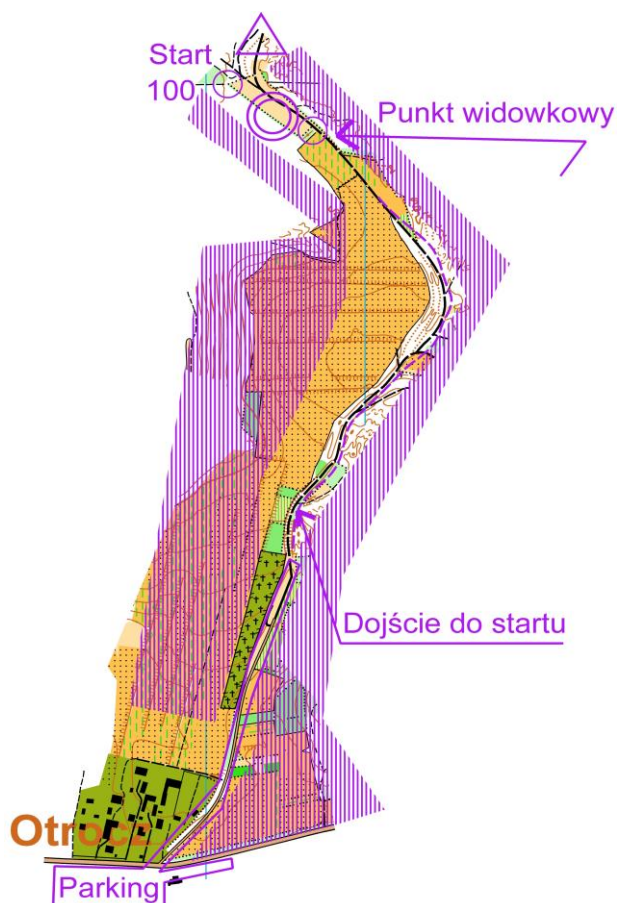
**13:30** – uroczyste zakończenie biegu sprinterskiego

## ORGANIZACJA STARTU I METY

### BIEG SZTAFETOWY: 18.05.2018 r. piątek

#### CENTRUM I BIURO ZAWODÓW

W centrum zawodów znajduje się WC, szatnia, oraz strefy dla zawodników i kibiców, w których można rozstawić namioty klubowe – namioty mogą pozostać na dwa dni.



#### Uwaga!

Obowiązuje zakaz wchodzenia do lasu, uczestnicy zawodów mogą przebywać tylko na polanie w centrum zawodów.

#### SKŁADY SZTAFET

Składy sztafet należy przesłać e-mailem na formularzu organizatora na adres [tarnolus64@o2.pl](mailto:tarnolus64@o2.pl) najpóźniej **do dnia 15.05.2018 do godziny 20:00**.

#### NUMERY STARTOWE

Kierownicy ekip pobierają numery startowe dla zawodników. Zawodnicy mają obowiązek startu z numerami otrzymanymi w Biurze Zawodów. Zawodnik bez numeru nie zostanie dopuszczony do startu. Numer startowy musi być umieszczony na klatce piersiowej zawodnika.

I zmiana – kolor biały;

II zmiana – kolor niebieski;

III zmiana – kolor czerwony.

## PUNKT WIDOKOWY

Punkt widokowy dla wszystkich kategorii znajduje się w centrum zawodów. Czas biegu od punktu widokowego do mety (3 - 5min).

## SPOSÓB PRZEPROWADZENIA ZMIAN

Zawodnik po przebiegnięciu linii mety potwierdza finisz, a następnie dokonuje zmiany poprzez klepnięcie w ramię zmiennika, idąc kanałem oddaje mapę do pojemnika, szczytuje się, pobiera picie.

Wybiegający zawodnik dobiega kanałem startowym do miejsca pobierania map, pobiera mapę z właściwym numerem umiejscowioną na słupku, następnie kanałem biegowym udaje się do startu i kontynuuje bieg.

<b>BIEG SZTAFETOWY - PARAMETRY TECHNICZNE TRAS</b>			
<b>KATEGORIA</b>	<b>DYSTANS</b>	<b>ILOŚĆ PK</b>	<b>PRZEWIŹSZENIE</b>
K12	1680	9	40
K14	2230	9	80
K16	3160	11	120
K18	3830	13	145
K21	4650	13	210
K105	2480	10	120
M12	1990	9	60
M14	2790	10	100
M16	4050	13	165
M18	4770	13	185
M21	5710	14	265
M105	4270	12	185
M150	3090	10	125

## BIEG KLASYCZNY: 19.05.2018 r. sobota

### CENTRUM I BIURO ZAWODÓW

W centrum zawodów w tym samym miejscu co w biegu sztafetowym - znajduje się WC, szatnia, oraz strefy dla zawodników i kibiców.

### KWARANTANNA

Start o godzinie 11:00.

O godzinie 11:30 zamknięcie kwarantanny – wszyscy zawodnicy do tej godziny muszą opuścić centrum zawodów (strefę mety) i udać się na start.

Dojście do startu – wyznakowane z Centrum taśmami koloru biało – czerwonego, odległość **600 m**.

Toalety znajdują się tylko w centrum zawodów.

Na starcie będzie można pozostawić rzeczy, które zostaną przewiezione na metę po zamknięciu startu.

### OPISY PK

Na mapach oraz dodatkowo do pobrania w boksie startowym.

### PUNKTY ODŻYWCZE NA TRASIE

Na terenie zawodów zlokalizowane będą 3 punkty odżywcze (na przebiegach w okolicach PK). Punkty odżywcze oznaczone są symbolem kubeczka na mapie.

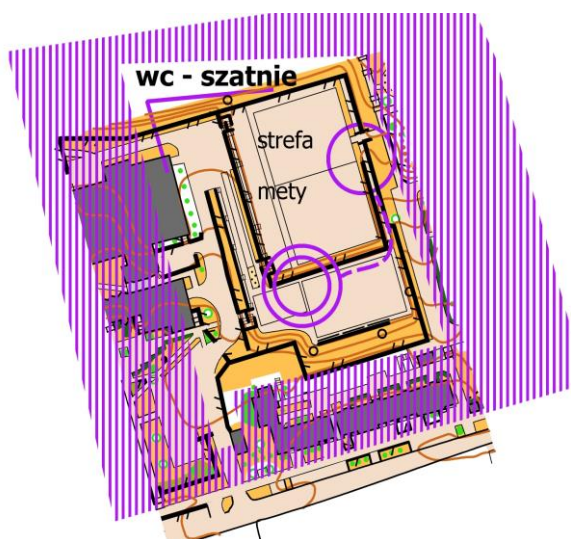
Organizator zapewnia wodę mineralną i kubeczki (nalewanie we własnym zakresie).

<b>BIEG KLASYCZNY - PARAMETRY TECHNICZNE TRAS</b>			
<b>KATEGORIA</b>	<b>DYSTANS</b>	<b>ILOŚĆ PK</b>	<b>PRZEWIŻSZENIE</b>
K/M10	1870	5	60
K/M10N/R	1870	6	60
K12	2560	6	50
K14	3140	9	165
K16	4070	12	220
K18/K20	6920	16	385
K21	8120	18	460
K35	5150	12	260
K40	4490	15	235
K45	4050	13	220
K50	3630	11	200
K55	3530	11	190

K60	3060	11	155
K65	2800	9	150
M12	2590	6	75
M14	3330	10	195
M16	5020	13	240
M18/M20	8870	18	470
M21	11850	27	620
M35	8320	16	415
M40	7480	18	400
M45	6430	17	360
M50	6130	15	330
M55	5600	15	300
M60	5040	15	265
M65	4160	14	220
M70	3610	9	180
M75+	2860	10	145
OPEN1	4480	12	220
OPEN2	6510	17	290

START dla zawodników poza KMP po wybiegnięciu ostatniego zawodnika z KMP.

## BIEG SPINTERSKI: 20.05.2018 r. niedziela



### CENTRUM ZAWODÓW I STREFA STARTU I STREFA METY

CZ i Meta znajdują się na terenie boiska Szkoły Podstawowej nr 51 w Lublinie (ul. Bursztynowa 22).

Szatnie, toalety i prysznice znajdują się w szkole – wejście do sali gimnastycznej - od strony boiska.

Start uczestników KMP godzina 10:30 – strefa rozgrzewkowa i startu zamknięte zostaną o godzinie 09:45.

Dojście z Centrum Zawodów do Startu - **500m** wyznakowane taśmami koloru biało czerwonego.

Dojście i start w okolicach kościoła – prosimy o zachowanie powagi.

Po zakończeniu biegu zawodnicy przebywają w strefie mety i CZ do startu ostatniego zawodnika.

<b>BIEG SPINTERSKI - PARAMETRY TECHNICZNE TRAS</b>			
<b>KATEGORIA</b>	<b>DYSTANS</b>	<b>ILOŚĆ PK</b>	<b>PRZEWYŻSZENIE</b>
K/M10	1480/1550	9	45
K12	1560/1600	11	75
K14	1790/1950	11	85
K16	2150/2330	15	110
K18/K20	2490/2800	17	110
K21	2600/2960	21	130
K35	2290/2350	15	110
K40	2080/2150	14	105
K45	1990/2080	13	90
K50	1780/2000	12	65
K55	1490/1700	11	55
K60	1340/1440	10	55
K65	1270/1340	9	60
M12	1620/1780	12	75
M14	2030/2330	12	100
M16	2360/2580	14	115
M18/M20	2690/3200	17	125
M21	3070/3720	23	135
M35	2690/3210	18	110
M40	2580/2900	17	120
M45	2400/2870	18	105
M50	2370/2750	15	100
M55	2250/2610	16	95
M60	2050/2320	13	85
M65	1870/2010	12	85



M70	1680/1750	11	55
M75+	1500/1680	11	55
OPEN 1	1460/1550	9	85
OPEN 2	2430/2580	16	110

START dla zawodników poza KMP po wybiegnięciu ostatniego zawodnika z KMP.