



MISTRZOSTWA POLSKI  
W NOCNYM I ŚREDNIODYSTANSOWYM  
**BIEGU NA ORIENTACJĘ**  
NAWOJOWA GÓRA 3-4.10.2020



ODKRYJ  
**Krzeszowice**



**Lasy Państwowe**  
zapraszamy



**MAŁOPOLSKA**



STUDIO  
**PLAN**  
WROCŁAW

Projekt jest zrealizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego

## **Biuletyn nr 2 – Komunikat techniczny**

### **Organizator:**

LKS GÓRZANKA Nawojowa Góra na zlecenie Polskiego Związku Orientacji Sportowej,

Nawojowa Góra ul. Sportowa 2a, 50 06'38.5"N 19 39'59.2"E .

### **Współorganizator:**

Polski Związek Orientacji Sportowej, MS System Kraków.

### **Patronat honorowy:**

Burmistrz Gminy Krzeszowice Pan Waław Gregorczyk

### **Partnerzy:**

Lech Free, Nadleśnictwo Krzeszowice, Małopolska Agencja Turystyczna, Studio Wydawnicze PLAN,

### **Osoby funkcyjne:**

Kierownik zawodów: Mariusz Skorupa,

Sędzia Główny: Stanisław Leśnicki SK,

Obsługa SI: Marcin Leśnicki,

Kartograf, Budowniczy tras: Mariusz Skorupa

Kontroler zawodów: Piotr Pietroń

Kierownik mety: Marcin Leśnicki

Kierownik startu: Jacek Kret

Kierownik biura: Magda Nowak-Skorupa

Spiker: Paweł Pudełek, Michał Garbacik (niedziela)

Komisja odwoławcza: Piotr Cych, Piotr Paszyński, Tomasz Polewka

### **Data i rodzaj zawodów:**

03.10.2020 – sobota: Bieg indywidualny, nocny rangi Mistrzostw Polski, start interwałowy

04.10.2020 – niedziela: Bieg indywidualny, dzienny na dystansie średnim, rangi Mistrzostw Polski, start interwałowy

Mistrzostwa Polski Seniorów, Mistrzostwa Polski Juniorów i Mistrzostwa Polski Weteranów, zawody rankingowe CTZ o współczynniku 1,3.

**Centrum i biuro zawodów:**

Boisko LKS GÓRZANKA w Nawojowej Górze ul.Sportowa 2a, 50 06'38.5"N 19 39'59.2"E .

Czynne w sobotę od godziny 16.00, w niedzielę od godz: 9.00

**Kategorie:**

K-16, K-18, K-20, K-21, K-35, K-40, K-45, K-50, K-55, K-60, K-65, K-70, K-75

M-16, M-18, M-20, M-21, M-35, M-40, M-45, M-50, M-55, M-60, M-65, M-70, M-75, M-80

**Kategoria popularyzacyjna:**

Kategoria OPEN rozgrywana będzie w niedzielę 04.10.2020.

**Nagrody:**

Medale za miejsca 1-3, dyplomy i upominki do 6 miejsca w każdej kategorii.

**Mapa i Teren zawodów:**

Mapy nowe w skali 1:10000 wg norm IOF ISOM 2017, format A-4, mapy będą ofoliowane.

Teren zawodów obejmuje mapę: Nawojowa Góra 3 nr kat: 2015-35-2166-MLP.

Bieg nocny – zachodnia część płaska z elementami mikrorzeźby terenu, o dobrej przebieżności, średniej sieci dróg, część środkowa i wschodnia pagórkowata z elementami rzeźby terenu. W części wschodniej występują też formy skalne, przebieżność zróżnicowana, poszycie występuje sporadycznie.

Bieg średniodystansowy - zachodnia część płaska z elementami bagiennymi, część środkowa to zbocze o zróżnicowanej przebieżności, występują młodniki, wschodnia część to zbocze z formami skalnymi, o zróżnicowanej przebieżności.

Występują wiatrołomy umiejscowione między skałami. Ze względu na czytelność nie zaznaczone na mapie.

**Program:**

03.10.2020 (sobota)

19.30 - start pierwszego zawodnika

04.10.2020 (niedziela)

11.00 - start pierwszego zawodnika

13.30 - planowane zakończenie i dekoracja zwycięzców obu biegów

### **Uczestnictwo:**

Zgodnie z regulaminem PZOS warunkiem udziału w Mistrzostwach Polski jest posiadanie aktualnej licencji PZOS. Wszyscy zawodnicy zobowiązani są do posiadania ważnych badań lekarskich.

### **Numery startowe:**

Zawodnicy są zobowiązani do biegania z numerami startowymi. Numery do odbioru w biurze zawodów. Brak numeru startowego karany będzie dyskwalifikacją.

### **Potwierdzanie PK:**

W zawodach zastosowany będzie system SportIdent AIR+

### **Start:**

Bieg nocny (sobota) godz. 19.30

Dojście na start 500 m

Bieg średniodystansowy (niedziela) godz. 11.00

Dojście na start 1000 m

Dojście na start wyznakowane wstążkami koloru biało-czerwonego.

### **Opisy:**

Opisy znajdować się będą na mapach, oraz do pobrania w boksie startowym.

### **Opieka medyczna:**

Organizator zapewnia opiekę medyczną.

### **Parking:**

Organizator zapewnia parking w centrum zawodów, płatny jednorazowo 10 zł w biurze zawodów.

### **Bufet:**

W niedzielę 04.10.2020 w centrum zawodów zlokalizowany będzie bufet.

Przez oba dni w centrum zawodów dostępny będzie wrzątek, herbata i cukier do samodzielnego przygotowania napojów. Prosimy o zaopatrzenie się we własne kubki (organizator nie zapewnia jednorazowych ani wielorazowych naczyń)

### Sanitariaty:

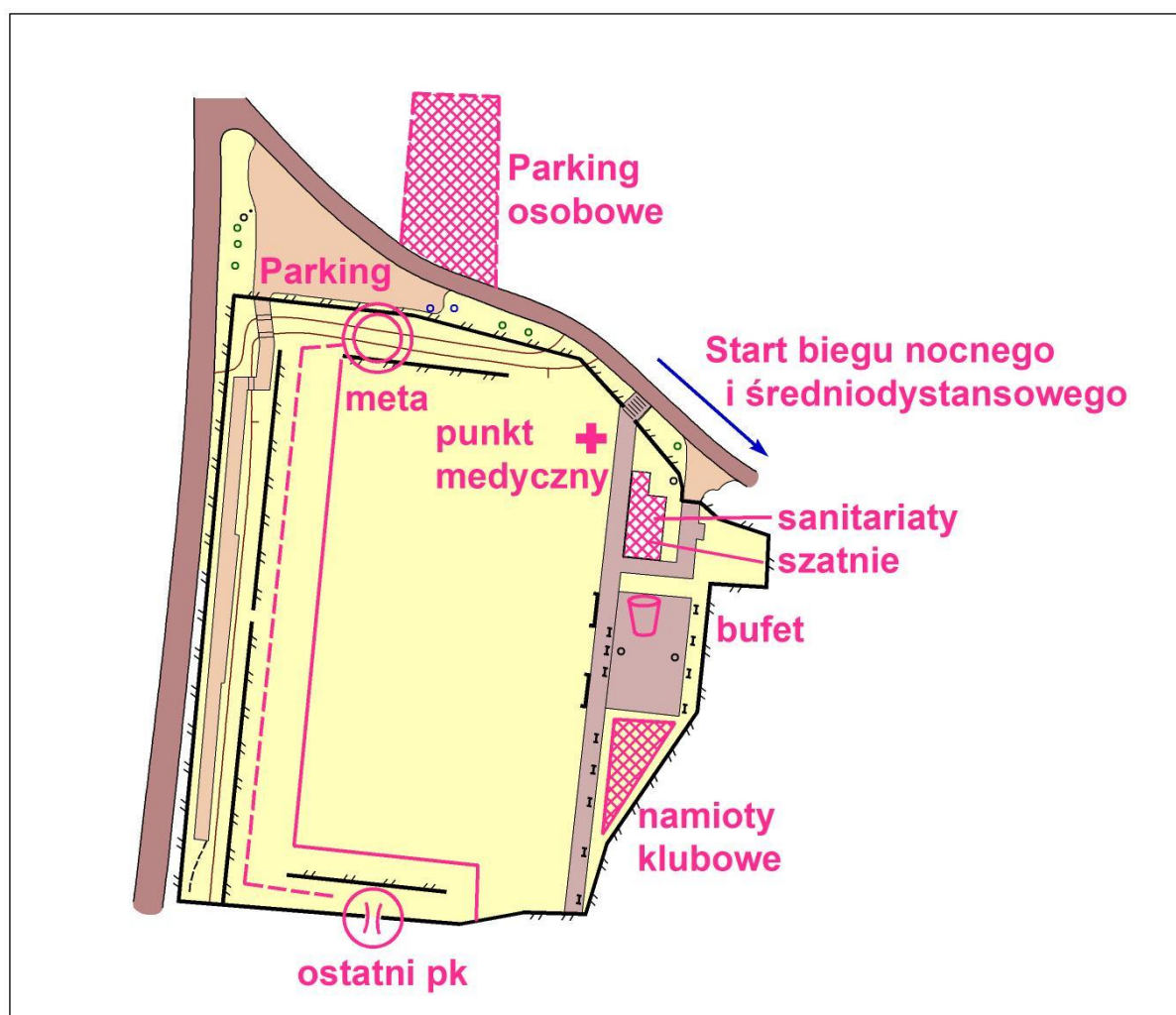
W centrum zawodów dostępne będą szatnie, oraz łazienki z prysznicem. Dostępne też będą przenośne toalety.

### Informacje bieżące:

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

[www.gorzankaol.blogspot.com](http://www.gorzankaol.blogspot.com)

### Mapa sytuacyjna:



## **Wytyczne COVID-19**

1. Mistrzostwa Polski w nocnym i średniodystansowym biegu zostały podzielone na 3 grupy: MP Juniorów, MP Seniorów, MP Weteranów.
2. Zgodnie z wytycznymi GIS: „Osoby uprawiające sport nie muszą nosić maseczek, organizowanie wydarzeń sportowych jest możliwe do 250 uczestników, nie ma obowiązku zachowania dystansu społecznego, choć jest to zalecane”. Każda grupa mistrzostw liczy do 250 zawodników.
3. Sędziowie, obsługa SI oraz obsługa biura zawodów będą wyposażeni w maseczki lub przyłbice ochronne oraz rękawiczki.
4. Na starcie i na mecie będzie dostępny płyn do dezynfekcji.
5. Biuro zawodów będzie regularnie dezynfekowane. Do biura zawodów należy się udawać tylko w koniecznych sytuacjach. W biurze będzie dostępny płyn do dezynfekcji.
6. Podczas przebywania w budynku (szatnie, sanitariaty, biuro zawodów) prosimy o zakładanie maseczek ochronnych lub przyłbic.

## **Postanowienia końcowe:**

Uczestnicy zawodów ubezpieczają się we własnym zakresie i startują na własną odpowiedzialność.

Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej.

## **Kontakt:**

E-mail: [gorzankaol@gmail.com](mailto:gorzankaol@gmail.com)

Tel. Kierownik zawodów: 606 942 498