

*Regulaminy Sportowe
w Biegu na Orientację
w 2019 roku*



Bieg na Orientację



POLSKI ZWIĄZEK ORIENTACJI SPORTOWEJ
Warszawa, 2019

REGULAMIN RANKINGU PZOS W BIEGU NA ORIENTACJĘ

obowiązuje od 1 marca 2019

I. Zasady ogólne

1. Celem Rankingu jest wyłonienie najlepszych zawodników na przestrzeni całego sezonu we wszystkich kategoriach wiekowych.
2. Ranking jest liczony według poniższego wzoru:
$$\text{Rankingowe punkty} = (100\% - \% \text{strata do zwycięzcy}) * \text{maksymalna liczba punktów do zdobycia}$$
3. Zawody CTZ otrzymują następujące maksymalne liczby punktów do zdobycia:
 - Mistrzostwa Polski, Mistrzostwa Polski Weteranów, Puchar Najmłodszych, Klubowe Mistrzostwa Polski = 1300 punktów
 - pozostałe zawody CTZ = 1100 punktów
 - Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików = 1000 punktów
4. Zawody RTZ otrzymują następujące maksymalne liczby punktów do zdobycia:
 - Wojewódzkie Związki Orientacji Sportowej (WZOS) lub PZOS może nadać wyższe liczby punktów do 3 zawodów na terenie danego WZOS (w miarę możliwości powinny to być zawody rangi mistrzowskiej np. Mistrzostwa Województwa) = 800 punktów
 - pozostałe zawody na terenie danego WZOS (bez ograniczeń ilościowych) = 700 punktów
5. Do Rankingu zaliczane są punkty zdobyte przez zawodników w biegach World Ranking Event (WRE), rankingowych Centralnego Terminarza Zawodów (CTZ) i zaakceptowanych przez Polski Związek Orientacji Sportowej (PZOS) biegach rankingowych Regionalnych Terminarzy Zawodów (RTZ).
6. Zawodami rankingowymi nie mogą być:
 - biegi sztafetowe,
 - indywidualne ze startu masowego (z wyjątkiem zawodów typu „sztafeta indywidualna” – „one man relay”, tj. z rozbiem punktów zapewniających dla wszystkich zawodników różną kolejność zaliczania punktów kontrolnych) lub pościgowego (handicapowego).
 - treningowe oraz z ograniczonym udziałem (z wyjątkiem tych, gdy udostępniono wszystkim chętnym możliwość startu poza konkursem).
7. Punkty rankingowe zdobywane w biegach WRE mogą być uwzględnione w Rankingu PZOS na podstawie informacji nadesłanej przez zawodników (informacje o zawodach należy wysyłać na adres: biuro@zielonysport.pl). Punkty zdobywane w międzynarodowych zawodach rangi mistrzowskiej uzupełniane są przez Biuro PZOS. Biuro PZOS ma 14 dni na umieszczenie punktów rankingowych w systemie.
8. Ranking obliczany jest na podstawie wyników, które powinny być wgrane do serwisu internetowego PZOS w terminie do 3 dni od rozegrania zawodów. Jedynym formatem w jakim mogą być dostarczone wyniki to XML (IOF v3.0). Ranking obliczony zostanie automatycznie po dostarczeniu wyników.
9. W trakcie losowania/rozstawiania minut startowych na imprezie mistrzowskiej (Mistrzostwa Polski), w przypadku startu w zawodach, gdzie zawodnicy startują odwrotnie do zajmowanych miejsc w rankingu PZOS punkty liczą się tylko w kategorii, w której zawodnik został zgłoszony i opłacił licencję na dany rok. Czyli, np. jeżeli zawodnik, który opłacił licencję w kategorii M35, będzie chciał wystartować na Mistrzostwach Polski w M21, jego konto punktów rankingowych będzie wynosiło 0 (zero), nawet jeżeli wcześniej punktował w kategorii M21. *

II. Klasyfikacja

1. W terminie od 01.01.2019 r. do 30.06.2019 r. obowiązuje ranking z dnia 31.12.2018 r. Od 01.07.2019 podstawą klasyfikacji Rankingu zawodnika jest 1/8 sumy punktów zdobytych przez niego w ośmiu najlepszych startach w sezonie 2019. *
2. Jeżeli podczas zawodów uczestnicy kilku kategorii biegają na wspólnej trasie, nawet, jeśli byli wspólnie klasyfikowani, to w przesłanych wynikach muszą zostać rozdzieleni na właściwe sobie kategorie.
3. Zawodnicy startujący w mocniejszych kategoriach blokują punkty również dla zawodników startujących w swojej macierzystej kategorii. Czyli, np. osoba, która wygrała startując w mocniejszej kategorii, zdobywa maksymalną liczbę punktów, natomiast każda następna osoba (również ta startująca w swojej macierzystej kategorii) zdobywa pomniejszoną liczbę punktów wg wzoru z pkt. 1.2. *
4. Zawodnik zdobywa punkty w Rankingu w kategorii, w której jest zarejestrowany w PZOS, bez względu na to, w jakiej kategorii startuje podczas poszczególnych zawodów.
5. Wartości punktowe dotyczą głównych kategorii w danych zawodach. Jeśli organizator zawodów podzieli kategorie ze względu na poziom techniczny, to kategorie „słabsze” otrzymują niższe wartości punktowe. Przy podziale na 2 podkategorie (np. M21A, M21B), słabsza otrzymuje 50% wartości limitu punktowego, a przy podziale na 3 podkategorie (np. M21, M21B, M21C) słabsza otrzymuje 50%, a najslabsza 25%.
6. W zawodach rankingowych CTZ organizator ma obowiązek zapewnić możliwość udziału wszystkim zawodnikom w kategoriach, w których są zgłoszeni w PZOS. W kategoriach weteranów wolno łączyć kategorie w przypadku małej ilości zgłoszeń z bezpośrednio młodszą kategorią tylko za zgodą wszystkich starszych zawodników przenoszonych do młodszej kategorii.
7. Aktualizowane na bieżąco listy rankingowe można znaleźć na stronie www.zielonysport.pl
8. Końcowa klasyfikacja zostaje ogłoszona najpóźniej do końca roku kalendarzowego.

III. Uczestnictwo

W rankingu uczestniczą zawodnicy posiadający na dany rok licencję PZOS. W przypadku licencji wykupionej w roku poprzednim, punkty rankingowe zaliczane są do 31 marca roku bieżącego. Osobom, które wykupiły licencję do 31 marca punkty będą zaliczone nawet jeżeli zostały zdobyte przed wykupieniem licencji. *

IV. Zasady finansowania

1. Koszty uczestnictwa w zawodach ponoszą zawodnicy lub jednostki organizacyjne ich delegujące.
2. Zwycięzcy Rankingu otrzymują trofea i/lub pamiątkowe dyplomy. Decyzję o przyznaniu trofeów podejmuje corocznie Zarząd PZOS adekwatnie do aktualnej sytuacji finansowej

V. Kategorie wiekowe

Dzieci młodsze	K10, M10
Dzieci	K12, M12
Młodzicy	K14, M14
Juniorzy młodzi	K16, M16
Juniorzy	K18, M18
Młodzieżowcy	K20, M20
Seniorzy	K21, M21
Weterani	K35, M35
„	K40, M40

"	K45, M45
"	K50, M50
"	K55, M55
"	M60, K60
"	M65, K65
"	M70, K70
"	M75, K75
"	M80, K80
"	M85, K85
"	M90, K90

VI. Sprawy organizacyjne

1. Ewentualne protesty rozpatrywane będą zgodnie z Zasadami Organizacji Zawodów w OS PZOS.
2. Protesty odnośnie punktacji poszczególnych zawodów można składać do Biura PZOS w terminie do 30 dni od daty opublikowania wyników tych zawodów w rankingu PZOS.
3. Kwestie niewyjaśnione niniejszym regulaminem będą rozpatrywane przez Zarząd PZOS.
4. Propozycje zmian w regulaminie należy przysyłać do biura PZOS do końca października.

Krzysztof Urbaniak, Prezes PZOS



* kolorem czerwonym zaznaczone są zapisy nowe lub zmienione w porównaniu do wersji poprzedniej

REGULAMIN KLUBOWYCH MISTRZOSTW POLSKI W BIEGU NA ORIENTACJĘ

obowiązuje od 1 marca 2019

I. Zasady ogólne

Kluby zdobywają punkty w 2 rundach Klubowych Mistrzostw Polski:

- Runda 1 (wiosenna) obejmuje biegi: sprinterski, klasyczny i sztafetowy (sztafeta 3-osobowa)
- Runda 2 (jesienna) obejmuje biegi: sprinterski nocny, średniodystansowy oraz sztafetę klubową (sztafeta 7-osobowa)

II. Punktacja

1. punktacja w biegach indywidualnych

M-ce	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13-14	15-16	17-20
KM12	10	8	7	6	5	4	4	3	3	2	2	2	1	1	1
KM14,16	15	12	10	9	8	7	6	5	4	4	3	3	2	2	1
KM18,20	20	17	15	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2
KM21	25	22	20	18	16	14	12	10	9	8	7	6	5	4	3
KM35,40,45, 50,55,60,65, 70,75,80,85+ (lub łączone)	10	8	7	6	5	4	4	3	2	1*					

2. punktacja w biegu sztafetowym (sztafeta 3-osobowa):

Miejsce	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
K12, M12	15	12	10	8	6	5	3	3	2	2
K14, M14	25	20	15	12	10	8	6	4	4	2
K16, M16	30	25	20	16	13	10	8	6	4	2
K18, M18	35	30	25	20	15	10	8	6	4	2
K21, M21	40	35	30	25	20	15	12	10	7	5
K105, M105	15	12	10	8	6	5	3	3	2	2
K140, M140, M180*	15	12	10	8	6	5	3	3	2	2

3. punktacja w biegu sztafet klubowych (sztafeta 7-osobowa):

M-ce	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
pkt	120	110	100	90	85	80	75	70	65	60	55	50	45	40	35	30	25	20	15	10

4. Warunkiem zdobycia punktów w Klubowych Mistrzostwach Polski (KMP) jest uzyskanie czasu ze stratą nieprzekraczającą 75 % czasu zwycięzcy.

5. W przypadku startu mniejszej niż możliwa do punktowania liczby zawodników (lub sztafet) punkty przyznaje się licząc od ostatniego zawodnika w górę tak, że ostatni zawodnik zdobywa minimalną liczbę punktów, a lepsi zawodnicy odpowiednie liczby punktów przewidziane dla kolejnych miejsc. Na przykład: w kategorii, w której punktuje 10 zawodników, przy starcie 9 zawodników punkty przyznaje się z pominięciem 1 miejsca, przy 8 startujących - z pominięciem pierwszego i drugiego miejsca itd. *

III. Skład i zasady rozgrywania sztafety klubowej KMP

Zmiana	Kategorie	Przewidywany czas zwycięzcy
1	K16 i starsze (kobiety)	35'
2	K/M 16 i starsi	45'
3	Bez K 20-35; M 16-50	25'
4	Bez M 20-35	30'
5	Do K16 i M14 lub od K55/M 60	20'
6	K16 i starsze (kobiety)	35'
7	K/M 16 i starsi	45'

Zmiany 1-2 biegają w nocy. Zmiany 3-7 startują w dzień ze startu handicapowego.

IV. Uczestnictwo

1. Uczestnikami Klubowych Mistrzostw Polski mogą być wyłącznie kluby i zawodnicy posiadający aktualną na dany rok licencję PZOS.
2. Dopuszcza się start w KMP zawodników niezrzeszonych posiadających licencje PZOS.
3. Istnieje możliwość startu w biegach sztafetowych, sztafet złożonych z zawodników różnych klubów i/lub zawodników niezrzeszonych. Sztafety te nie blokują punktów w punktacji KMP.
4. Zawodnicy wymienieni w pkt. IV 2 nie zdobywają punktów do KMP, natomiast blokują je dla kolejnych zawodników zdobywających punkty do KMP. *

V. Klasyfikacja końcowa

1. Do klasyfikacji końcowej KMP zaliczane są punkty uzyskane przez kluby podczas 2 rund KMP.
2. W biegach indywidualnych do klasyfikacji końcowej zalicza się każdemu klubowi punkty zdobyte przez nie więcej niż:
 - 25 najwyżej punktujących zawodników danego klubu w każdym z czterech biegów indywidualnych,
 - 8 najwyżej punktujących sztafet 3-osobowych,
 - 3 sztafety klubowe.
3. O kolejności klubów decyduje suma zdobytych punktów. W przypadku równej liczby punktów w wyższym miejscu w KMP decyduje większa liczba miejsc pierwszych (drugich, trzecich, itd.) zajętych przez sztafety klubowe, a przy równej liczbie tych miejsc większa liczba miejsc pierwszych (drugich, trzecich, itd.) uzyskanych przez sztafety 3-osobowe, a przy równej liczbie miejsc - w biegach indywidualnych.

VI. Nagrody

1. W biegach indywidualnych i sztafetowych za miejsca 1-3 zawodnicy otrzymują medale i dyplomy, a w kategoriach KM10-16 dodatkowo dyplomy za miejsca 4-6. *
2. Zwycięski zespół otrzymuje tytuł Klubowego Mistrza Polski.
3. Zespoły, które zajęły miejsca 2 i 3, otrzymują tytuły Klubowego I i II Wicemistrza Polski.
4. Kluby, które uplasują się na miejscach 1-8, otrzymują na rok następny status klubów I ligi. Kluby, które zajmą miejsca 9-20, otrzymują na rok następny status klubów II ligi. Kluby, które zajmą miejsca 21-40, otrzymują na rok następny status klubów III ligi.
5. Kluby, które zajmą miejsca 1-8 otrzymują pamiątkowe dyplomy i trofea.

VII. Sprawy organizacyjne

1. Kluby, których zawodnicy reprezentują Polskę w akcjach sportowych organizowanych przez PZOS w terminach wykluczających start w zawodach KMP, otrzymują premie punktowe za każdy bieg indywidualny:
 - nieobecność jednego zawodnika w danej kategorii - punkty jak za zwycięstwo;
 - nieobecność kilku zawodników w danej kategorii – średnia punktowa wynikająca z liczby nieobecnych zawodników np. nieobecność trzech zawodników powoduje przydzielenie średniej punktowej z punktów uzyskanych za pierwsze, drugie i trzecie miejsce.
2. Kwestie niewyjaśnione niniejszym regulaminem będą rozpatrywane przez Zarząd PZOS.
3. Propozycje zmian w regulaminie należy przysyłać do biura PZOS końca października.

Krzysztof Urbaniak, Prezes PZOS



* kolorem czerwonym zaznaczone są zapisy nowe lub zmienione w porównaniu do wersji poprzedniej

ZASADY ZDOBYWANIA KLAS SPORTOWYCH W BNO

(dotyczy zawodników posiadających licencję PZOS)

obowiązują od 1 marca 2019

Zawodnicy posiadający licencje PZOS mogą zdobywać następujące rodzaje klas sportowych:

- klasa mistrzowska międzynarodowa (MM)
- klasa mistrzowska (M)
- klasa pierwsza (I)
- klasa druga (II)
- klasa trzecia (III)

1. JEDNOKROTNE WYPEŁNIENIE NORMY Z TYTUŁU WYWALCZENIA LOKATY:

Rodzaj zawodów	Normy na klasy sportowe				
Klasa sportowa	MM	M	I	II	III
MISTRZOSTWA ŚWIATA (seniorzy) IGRZYSKA OLIMPIJSKIE, IGRZYSKA ŚWIATOWE - indywidualnie - sztafeta	1-8 1-6	9-16 7-12			
PUCHAR ŚWIATA (klasyfikacja końcowa) - indywidualnie	1-8	9-16			
MISTRZOSTWA EUROPY (seniorzy) - indywidualnie - sztafeta	1-6 1-3	7-12 4-8			
ZAWODY WRE IOF (KE, ME - przy udziale przedstawicieli min. 8 krajów w tej kategorii) - indywidualnie	1-3	4-6			
MISTRZOSTWA ŚWIATA (juniorzy) - indywidualnie - sztafeta		1-8 1-6	9-16 7-12		
MISTRZOSTWA EUROPY (juniorzy) - indywidualnie - sztafeta		1-6 1-3	7-12 4-8		
MISTRZOSTWA EUROPY (juniorzy młodsi) - indywidualnie - sztafeta		1-3 1	4-8 2-6		
MISTRZOSTWA POLSKI, KLUBOWE MP* (seniorzy) - indywidualnie - sztafeta		1-3 1	4-6 2-3	7-12 4-6	
MISTRZOSTWA POLSKI, KLUBOWE MP (młodzieżowiec) - indywidualnie		1	2-3	4-10	
MISTRZOSTWA POLSKI, KLUBOWE MP* (juniorzy, juniorzy młodsi) - indywidualnie - sztafeta			1-3 1	4-6 2-3	7-12 4-6
KLUBOWE MP (młodzicy) - indywidualnie				1-3	4-10

(*) Zdobywanie klas sportowych w Klubowych Mistrzostwach Polski dot. tylko biegów indywidualnych.

Dodatkowym warunkiem uzyskania klasy sportowej za osiągnięte miejsca w Mistrzostwach Polski jest uzyskanie czasu biegu, który stanowić będzie nie więcej niż:

Klasa M – 110 % czasu zwycięzcy, Klasa I – 120% czasu zwycięzcy

Klasa II – 130 % czasu zwycięzcy Klasa III – 140 % czasu zwycięzcy

W przypadku spełnienia wymogu miejsca w zawodach przy braku spełnienia wymogu % straty do zwycięzcy zawodnik uzyskuje klasę właściwą dla uzyskanej straty procentowej.

PUCHAR NAJMŁODSZYCH

- (młodzicy K/M13, K/M14) -indywidualnie	1-3	4-8
- (młodzicy K14 i M14) – sztafeta	1	2-3

MISTRZOSTWA MIĘDZYWOJEWÓDZKIE **)***)

(młodzicy) - indywidualnie	1	2-6
- sztafety M14 i K14		1

MISTRZOSTWA WOJEWÓDZKIE (seniorzy i młodzieżowcy) - indywidualnie	1	2-3
- sztafeta	1	2-3

MISTRZOSTWA WOJEWÓDZKIE (młodzieżowcy) - Indywidualnie	1	2-3
--	---	-----

MISTRZOSTWA WOJEWÓDZKIE ** (Juniorzy i juniorzy młodsi, młodzicy) - indywidualnie	1	2-3
- sztafeta		1

**) w Mistrzostwach Międzywojewódzkich rozgrywanych w kategoriach starszych niż młodzik stosuje się normy jak dla mistrzostw wojewódzkich.

***) w Mistrzostwach Wojewódzkich i Międzywojewódzkich organizowanych jako zawody otwarte wypełnienie normy z tytułu zajętej lokaty dotyczy wszystkich uczestniczących w zawodach licencjonowanych zawodników. W zawodach międzywojewódzkich wojewódzkich obowiązuje wymóg sklasyfikowania czterech licencjonowanych zawodników lub trzech zespołów sztafetowych złożonych z zawodników licencjonowanych.

Miejsca liczone są z pominięciem zawodników bez licencji (PN, zawody regionalne)

Dodatkowym warunkiem uzyskania klasy sportowej za osiągnięte miejsca w Mistrzostwach Międzywojewódzkich lub Wojewódzkich jest uzyskanie czasu biegu, który stanowić będzie nie więcej niż:

Klasa III – 140 % czasu zwycięzcy, gdy zwycięzca posiada klasę sportowa, a 135% gdy zwycięzca nie posiada klasy sportowej.

2. WYPEŁNIENIE NORMY Z TYTUŁU UZYSKANIA ODPOWIEDNIEJ LICZBY PUNKTÓW RANKINGOWYCH:

Wartości procentowe najwyższego wyniku punktowego w rankingu PZOS w danej kategorii wiekowej (na dzień 15 listopada br.)

Klasa sportowa	M	I	II	III
Kategorie K21 i M21	90%	80%	60%	50%
Kategorie K20, M20, K18, M18		80%	60%	50%
Kategorie K16, M16			60%	50%
Kategorie K14, M14				50%

3. KLASY SPORTOWE NADAJĄ I OGŁASZAJĄ W KOMUNIKATACH:

a) Polski Związek Orientacji Sportowej - klasy: MM, M, I;

b) Wojewódzkie Związki Orientacji Sportowej - klasy : II, III;

4. Propozycje zmian w regulaminie należy przesyłać do biura PZOS do końca października.

Krzysztof Urbaniak, Prezes PZOS



REGULAMIN PUCHARU NAJMŁODSZYCH W BIEGU NA ORIENTACJĘ

obowiązuje od 1 marca 2019

Puchar Najmłodszych (PN) to wielodniowe ogólnopolskie zawody w biegu na orientację umieszczone w Centralnym Terminarzu Zawodów PZOS, zaliczane do Rankingu PZOS ze współczynnikiem 1,3.

I. Kategorie wiekowe

1. PN rozgrywany jest w następujących kategoriach wiekowych:

a) w biegu indywidualnym

K10 M10

K11 M11

K12 M12

K13 M13

K14 M14

b) w biegu sztafetowym

K10 M10 (lub KM10)

K12 M12

K14 M14

oraz w kategoriach popularyzacyjnych: 10N, 10R i Open.

2. W zespole sztafetowym może startować dwóch zawodników z kategorii wiekowej o jeden stopień młodszej.

3. W zespołach sztafetowym chłopców M10, M12 i M14 mogą startować dziewczęta w odpowiadającej wiekowi kategorii lub w silniejszej z zachowaniem zasady z punktu l.2.

4. W zespole sztafetowym chłopców musi startować minimum 1 chłopiec.

5. Dopuszcza się start sztafet wojewódzkich pod warunkiem braku możliwości wystawienia sztafet klubowych przez zainteresowane kluby. Sztafety takie nie zdobywają punktów do klasyfikacji drużynowej.

II. Uczestnictwo

1. PN jest imprezą otwartą.

2. Za prawidłowość danych zgłoszonych na zawody zawodników odpowiada zgłaszający..

III. Zasady losowania

1. Minimalny interwał czasowy wynosi w biegu klasycznym 2 minuty. W kategoriach obsadzonych powyżej 75 osób może być skrócony. Interwał w biegu sprinterskim wynosi 1 minutę.

2. W kategoriach obsadzonych mniej licznie interwał startowy może być zwiększony.

3. W kategoriach KM14 i KM13 minuty startowe ustalane są na zasadach jakie obowiązują na Mistrzostwach Polski w biegach indywidualnych (IV. 1-9)

4. Zawodnicy z tego samego klubu muszą być przedzieleni. Losowanie rozpoczyna się od pierwszego numeru startowego, a w przypadku skupienia zawodników tego samego klubu – dla przedzielenia ich – dopuszcza się możliwość przesunięć.

5. Losowanie jest obligatoryjne. Sędziom zawodów nie wolno zmieniać minut startowych po losowaniu.

6. Zawodnik spóźniony może wyruszyć na trasę biegu (z kanału dla spóźnionych) bez możliwości uwzględnienia w wyniku końcowym zmiany czasu startu. Gdy spóźnienie wynikało z winy organizatora, zawodnik startuje w możliwie najkrótszym czasie – przy zachowaniu przepisów PZOS.

IV. Zasady rozgrywania zawodów

1. Program PN obejmuje dwa biegi indywidualne – bieg sprinterski i bieg klasyczny – oraz bieg sztafetowy.
2. Biegi indywidualne rozgrywane są w ciągu dwóch dni. Zawodnicy są klasyfikowani osobno za każdy bieg.
3. W zawodach wykorzystywany jest elektroniczny system potwierdzania punktów kontrolnych zaakceptowany przez PZOS.

V. Zasady wyłaniania zwycięzcy drużynowego

1. W klasyfikacji zespołowej punktuje 12 zawodników w każdym biegu indywidualnym w kategoriach KM10; -11; -12; -13; -14 wg klucza:

Miejsce	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Punkty	15	12	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

2. W biegu sztafetowym punktuje 8 zespołów w kategoriach K10; M10 (lub KM10); K12; K14; M12; M14 wg klucza:

Miejsce	1	2	3	4	5	6	7	8
Punkty	25	21	18	15	12	9	6	3

3. Zwycięzcą drużynowym PN zostaje klub, który uzyska największą liczbę punktów we wszystkich biegach łącznie. W przypadku uzyskania przez kluby tej samej ilości punktów, o zajęтым miejscu decydują kolejno: większa ilość 1. miejsc, 2. miejsc, 3. miejsc, itd. – w biegach indywidualnych.

VI. Nagrody

1. Oficjalnymi nagrodami w PN są medale i dyplomy.
2. Medale przyznaje się za trzy najlepsze miejsca w każdej kategorii wiekowej. Na medalu umieszczony jest napis: Puchar Najmłodszych w Biegu na Orientację oraz data i miejsce rozgrywania zawodów.
3. Dyplomy przyznaje się każdemu zawodnikowi za sześć najlepszych miejsc w każdej kategorii wiekowej. Treść dyplomu powinna zawierać: nazwę imprezy, kategorię wiekową, uzyskane miejsce, imię, nazwisko i klub zawodnika, miejsce i datę zawodów, nazwę organizatora, podpis sędziego głównego i kierownika zawodów.
4. Organizator w miarę swoich możliwości zabezpiecza stosowne nagrody rzeczowe dla czołowych zawodników.

VII. Zasady finansowania i organizacji

1. Zasady finansowania PN określa umowa/porozumienie między Organizatorem a PZOS.
2. Koszty uczestnictwa zawodników (przejazdy, zakwaterowanie, wyżywienie, opłaty startowe) pokrywają zgłaszający.
3. Organizator odprowadza na rzecz PZOS opłaty zgodnie z Regulaminem Finansowym PZOS.
4. Kwestie niewyjaśnione niniejszym regulaminem będą rozpatrywane przez Zarząd PZOS.
5. Propozycje zmian w regulaminie należy przysyłać do biura PZOS końca października.

Krzysztof Urbaniak, Prezes PZOS



REGULAMIN MIĘDZYWOJEWÓDZKICH MISTRZOSTW MŁODZIKÓW

obowiązuje od 1 marca 2019

I. Kategorie wiekowe

1. Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików (MMM) rozgrywane są w następujących kategoriach wiekowych:
 - w biegach indywidualnych: K14, M14
 - w biegach sztafetowych: K14, M14
2. Biegi indywidualne Międzywojewódzkich Mistrzostw Młodzików są zaliczane do rankingu PZOS ze współczynnikiem $Z=1,0$.

II. Uczestnictwo

1. Uczestnikami MMM mogą być wyłącznie zawodnicy posiadający aktualną na dany rok licencję PZOS:
 - a) którzy w danym roku kalendarzowym kończą 14 lat lub młodsi – zarówno w biegu indywidualnym, jak i w biegu sztafetowym,
 - b) kierownik zawodów/sędzia główny zobowiązany jest do sprawdzenia ważnych badań lekarskich,
 - c) w biegach indywidualnych dziewczęta mogą startować tylko w kat. damskich,
 - d) w biegu sztafetowym w kat. męskiej musi być co najmniej jeden chłopiec.
2. Za prawidłowość danych zgłoszonych na zawody zawodników odpowiada zgłaszający klub.
3. W biegach sztafetowych dopuszcza się start sztafet wojewódzkich.

III. Zasady losowania

1. Losowanie minut startowych odbywa się w sposób publiczny.
2. Minimalny interwał startowy wynosi:
 - bieg klasyczny 3 minuty,
 - bieg sprinterski 1 minuta.
3. Zawodnicy tego samego klubu muszą być przedzieleni. Losowanie rozpoczyna się od pierwszego numeru startowego, a w przypadku skupienia zawodników tego samego klubu – dla przedzielenia ich – dopuszcza się możliwość przesunięć.
4. Losowanie jest obligatoryjne.

IV. Zasady rozgrywania zawodów.

1. MMM rozgrywane są w następujących konkurencjach:
 - bieg sprinterski,
 - bieg klasyczny,
 - bieg sztafetowy.

Kolejność rozgrywania konkurencji jest dowolna.

2. Obowiązuje podział międzywojewódzki opracowany przez PZOS i Zespół Sportu Młodzieżowego, zatwierdzony przez Departament Sportu Wyczynowego MSiT.

Strefy:

A – KPM-POM-WM-ZPM

B – LBL-ŁDZ-MAZ-PDL

C – LUB-DLŚ-OPO-WLP

D – MŁP-PKR-ŚWI-ŚLK

3. Zarząd PZOS ustala wspólny termin rozgrywania MMM dla wszystkich stref.

4. Na zawodach rangi MMM obowiązują przepisy odnośnie zamknięcia terenu ujęte w Zasadach organizacji zawodów (pkt 11) nie później niż 6 miesięcy przed datą zawodów. *

V. Nagrody

1. Oficjalnymi nagrodami w MMM są medale i dyplomy:

a) medale przyznaje się za trzy najlepsze miejsca w każdej kategorii wiekowej,

b) dyplomy przyznaje się za sześć najlepszych miejsc w każdej kategorii wiekowej oraz indywidualnie dla każdego uczestnika sztafety na miejscach 1-3.

3. Podstawą przyznania nagród jest protokół sędziowski.

VI. Zasady finansowania

1. Koszty organizacyjne MMM są dofinansowane przez Wojewódzkie Interdyscyplinarne Stowarzyszenia Sportowe WISS prowadzące zadania ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki.

2. Koszty uczestnictwa ekip (bez startowego) w MMM pokrywają kluby.

VII. Techniczna kontrola zawodów

1. Wojewódzki Związek, na terenie którego rozgrywane są MMM, jak również pozostałe Wojewódzkie Związki z danej Strefy mogą wyznaczyć kontrolera zawodów.

VIII. Postanowienia końcowe

1. Regulaminy i komunikaty organizacyjne MMM wydaje bezpośredni organizator zawodów w terminach określonych w przepisach PZOS.

2. Organizator MMM w ciągu 3 dni od zakończenia zawodów przesyła wyniki do biura PZOS w celu weryfikacji.

3. Po zweryfikowaniu Biuro PZOS przesyła wyniki do Biura Analiz Zespołu Sportu Młodzieżowego przy Instytucie Sportu.

4. Kwestie niewyjaśnione niniejszym regulaminem będą rozpatrywane przez Zarząd PZOS.

5. Propozycje zmian w regulaminie należy przesyłać do biura PZOS do końca października.

Krzysztof Urbaniak, Prezes PZOS



* kolorem czerwonym zaznaczone są zapisy nowe lub zmienione w porównaniu do wersji poprzedniej

REGULAMIN MISTRZOSTW POLSKI I MISTRZOSTW POLSKI WETERANÓW W BIEGU NA ORIENTACJĘ

obowiązuje od 1 marca 2019

I. Konkurencje:

Mistrzostwa rozgrywa się w następujących konkurencjach:

- Sprinterski BnO
- Średniodystansowy BnO
- Klasyczny BnO (dystans długi)
- Długodystansowy BnO (dystans ultradługi)
- Nocny BnO
- Sztafetowy BnO
- Sztafetowy Sprinterski BnO

II. Kategorie wiekowe:

Kategorie wiekowe	Konkurencje Mistrzostw						
	Sprint	Dystans średni	Dystans klasyczny	Sztafety	Bieg nocny	Sztafeta sprinterska	Dystans ultra długi
Juniorzy mł.	K16	K16	K16	K16	K16	S16	K16
Juniorzy mł.	M16	M16	M16	M16	M16		M16
Juniorzy	K18	K18	K18	K18	K18	S18	K18
Juniorzy	M18	M18	M18	M18	M18		M18
Młodzieżowcy	K20	K20	K20	K21	K20	S21	K20
Seniorki	K21	K21	K21		K21		K21
Młodzieżowcy	M20	M20	M20	M21	M20		M20
Seniorzy	M21	M21	M21		M21		M21
Weterani	M35	M35	M35	M105 lub	M35	S70 lub S100	M35
	M40	M40	M40		M40		M40
	M45	M45	M45		M45		M45
	M50	M50	M50		M50		M50
	M55	M55	M55		M55		M55
	M60	M60	M60		M140 lub		M60
	M65	M65	M65	M65			M65
	M70	M70	M70	M180 *	M70		M70
	M75	M75	M75		M75		M75
	M80	M80	M80		M80		M80
	M85	M85	M85		M85		M85
	M90	M90	M90	M90	M90		M90
	K35	K35	K35	K105 lub	K35		K35
	K40	K40	K40		K40		K40
	K45	K45	K45		K45		K45
	K50	K50	K50		K50		K50
K55	K55	K55	K55	K55	K55		

	K60	K60	K60	K140 *	K60		K60
	K65	K65	K65		K65		K65
	K70	K70	K70		K70		K70
	K80	K80	K80		K80		K80
	K85	K85	K85		K85		K85
	K90	K90	K90		K90		K90

1. Mistrzostwa dla kategorii weteranów w biegu sztafetowym rozgrywane są w kategoriach K105, **K140**, M105, **M140**, **M180**. * O zaliczeniu zespołu sztafetowego weteranów do określonej kategorii wiekowej decyduje suma kategorii indywidualnych członków zespołu (nie suma lat). Wszyscy zawodnicy w składzie sztafety muszą być weteranami.
2. Mistrzostwa dla kategorii weteranów w sprinterskim biegu sztafetowym są rozgrywane w kategoriach S-70 i S-100. O zaliczeniu zespołu sztafetowego weteranów do określonej kategorii wiekowej decyduje suma kategorii indywidualnych członków zespołu (nie suma lat). Wszyscy zawodnicy w składzie sztafety muszą być weteranami.
3. **W kategoriach weteranów należy łączyć kategorie w których zgłoszonych jest mniej niż 4 zawodników z wyjątkiem kategorii K60 i starszych oraz M75 i starszych. ***

III. Uczestnictwo

1. Uczestnikiem mistrzostw mogą być wyłącznie zawodnicy posiadający licencję PZOS.
2. W sztafetach sprinterskich: 4-osobowa 4-zmianowa sztafeta w układzie kobieta-mężczyzna-mężczyzna-kobieta startuje w kategorii S21, 2-osobowa 4-zmianowa sztafeta w układzie kobieta-mężczyzna-kobieta-mężczyzna startuje w kategoriach S16, S18, S70 i S100.
3. W sztafecie i sztafecie sprinterskiej może startować maksymalnie jeden zawodnik z młodszego o jeden stopień kategorii wiekowej oraz w kategoriach M21 i K21 mogą startować zawodnicy starsi (weterani) zgodnie z przepisami PZOS dotyczącymi kategorii seniora.
4. W sztafecie 3-osobowej męskiej dopuszcza się start maksymalnie 2 kobiet. W sztafecie S21 dopuszcza się start maksymalnie 3 kobiet. W pozostałych przypadkach w poszczególnych kategoriach sztafet obowiązuje start zawodników wymaganych płci.
5. Zawodnicy klubu organizującego mistrzostwa mogą startować w zawodach po nadesłaniu do biura PZOS listy osób wyłączonych z organizacji zawodów i zaakceptowanej przez PZOS. Lista taka powinna zostać przesłana nie później niż 30 dni przed zawodami.
6. W mistrzostwach sztafetowych w kategoriach K/M16, K/M18 i K/M21 zespół tworzą zawodnicy tego samego klubu.
7. W sztafetach weteranów dopuszcza się start zawodników z różnych klubów w jednym zespole.
8. Sędzia główny zobowiązany jest do weryfikacji zgłoszonych zawodników na podstawie licencji PZOS umieszczonych na oficjalnej stronie związku oraz ważnych badań lekarskich.
9. W konkurencjach indywidualnych objętych systemem sportu młodzieżowego w kategoriach KM16,18 dopuszczalny jest udział tylko zawodników określonej płci urodzonych w rocznikach właściwych dla danej kategorii wiekowej (nie dot. zawodników na stałe przeniesionych do starszej kategorii). W pozostałych przypadkach dopuszcza się udział zawodnika z kat. młodziej. Wymienieni zawodnicy muszą posiadać numer PESEL zgodnie z przepisami ustawy z dnia 24 września 2010 o ewidencji ludności (tekst jednolity Dz. U. z 2015r. poz. 388).
10. Za prawidłowość danych zgłoszonych na zawody zawodników odpowiada zgłaszający.
11. W trakcie mistrzostw dopuszcza się organizowanie zawodów otwartych, pod warunkiem, że nie wpłyną one na wyniki rywalizacji.
12. Zawodnicy zagraniczni mogą startować w biegach indywidualnych pod warunkiem udziału w co najmniej 3 biegach rankingowych w różnych zawodach (udział w wielodniówce zaliczany jest

jako jeden bieg), w barwach polskiego klubu, w okresie 365 dni poprzedzających ostateczny dzień zgłoszeń na dany bieg mistrzowski.

13. Dopuszcza się start w MP poza konkurencją (tzw. PK) zawodników zagranicznych, którzy nie spełniają warunków umożliwiających im start w Mistrzostwach Polski określonych w pkt. 9 i 12 co najmniej 20 minut po ostatnim zawodniku zaliczanym do MP w danej kategorii wiekowej.
14. W biegu sztafetowym i sztafetowym sprinterskim dopuszcza się start jednego zawodnika zagranicznego w zespole.

IV. Zasady losowania

1. Zawodnicy startują odwrotnie do zajmowanych miejsc w rankingu PZOS* (zawodnicy o największej ilości punktów startują ostatni). Pięciu zawodników z największą liczbą punktów rankingowych tworzy tak zwaną „red group” Minuty startowe dla zawodników z „red group” są losowane.
2. Zawodnicy zgłaszający się do startu w MP do innej kategorii wiekowej niż są zarejestrowani w PZOS nie „zabierają” ze sobą punktów rankingowych, czyli są losowani w tej kategorii tak jakby nie posiadali żadnych punktów.
3. Losowanie minut startowych w „red grupie” odbywa się w sposób publiczny, a data losowania powinna być wcześniej określona.
4. Ogólny czas startu powinien zamknąć się w przedziale do 180 min.
5. Interwał czasowy wynosi odpowiednio:

	Dystanse na MISTRZOSTWACH			
	Sprint	Dystans średni	Bieg nocny	Dystans klasyczny
Interwał czasowy	1'	2'	2' lub start masowy	3'
Interwał minimalny w kategoriach dla ponad 50 zawodników	1'	2'	2' lub start masowy	2'
Interwał maksymalny	1'	2'	2' lub start masowy *	do 10'

6. Zachowując zasadę równości interwałów startowych wyklucza się możliwość losowania wakatów.
7. W kategoriach weteranów, w przypadku małej liczby startujących, sędzia główny powinien zwiększyć interwał startowy maksymalnie do 10 minut.
8. Zawodnicy z tego samego klubu muszą być przedzieleni przyjmując zasadę, że zmieniana jest minuta startowa zawodnika o mniejszej liczbie punktów rankingowych. Obowiązuje publiczne losowanie numerów startowych dla zespołów sztafetowych.
9. Zawodnicy spóźnieni mogą ruszać na trasę biegu (z kanału dla spóźnionych) bez możliwości uwzględnienia w wyniku końcowym zmiany czasu startu. Gdy spóźnienie wyniknęło z winy organizatora – startują oni na końcu z zachowaniem interwału.
10. Zawodnik zgłoszony po rozlosowaniu minut startowych może wystartować tylko przed startem pierwszego rozlosowanego zawodnika.

*) obowiązuje lista rankingowa umieszczona na oficjalnej stronie PZOS na 48 godzin przed terminem losowania bez możliwości uzupełnień, aktualizacji itp.

V. Zasady rozgrywania sztafet sprinterskich

1. Mapy powinny być wykonane w skali 1:4 000 lub 1:5 000 zgodnie z normą ISSOM
2. Teren technicznie powinien być podobny do terenów pod klasyczny sprint. Powinien składać się z terenu parkowego i/lub las typu parkowego i terenu zurbanizowanego.
3. Organizacja i przebieg zawodów powinny umożliwiać łatwe zrozumienie zawodów przez kibiców.
4. Na trasie, jeżeli jest tylko taka możliwość, powinien być zaplanowany przebieg widokowy.
5. Trasa powinna składać się z 2 pętli (w przypadku przygotowania przebiegu widokowego). Każda pętla powinna być nadrukowana oddzielnie na dwóch stronach mapy.
6. Trasy męskie powinny być trochę dłuższe w stosunku do kobiet, przy zachowaniu takiego samego czasu biegu dla każdej zmiany.
7. Poszczególne trasy należy budować z systemem rozbić zapewniając jednocześnie identyczne warunki rywalizacji dla wszystkich zawodników.

VI. Zasady rozgrywania biegu nocnego

1. Mapy powinny być wykonane w skali 1:10000 zgodnie z normą ISOM.
2. Teren technicznie powinien być podobny do terenów pod dystans średni.
3. Zawody w biegu nocnym mogą być rozgrywane w formie startu interwałowego lub w formie startu wspólnego. Start masowy może zostać rozegrany tylko jeżeli teren zawodów oraz lokalizacja i organizacja Centrum Zawodów pozwalają na to, żeby zaplanowane trasy spełniały warunki rozegrania sprawiedliwych zawodów. Decyzję odnośnie sposobu rozegrania zawodów podejmuje organizator wspólnie z Kontrolerem Zawodów PZOS lub przedstawicielem Zarządu PZOS.
4. Na trasie mogą (w biegu ze startu masowego muszą) być wykorzystane systemy mające na celu rozdzielanie zawodników (pętla, motylki, diamenty, itp.). Ostatecznie wszyscy zawodnicy danej kategorii powinni przebiec identyczną trasę.*

VII. Nagrody

1. Oficjalnymi nagrodami w mistrzostwach są medale i dyplomy.
 - a) Medale przyznaje się za trzy najlepsze miejsca w każdej kategorii wiekowej.
 - b) Na szarfiu umieszczony jest napis: Mistrzostwa Polski/Mistrzostwa Polski Weteranów w Biegu na Orientację.
 - c) Dyplomy przyznaje się: za miejsca 1-6 w Mistrzostwach Polski i za miejsca 1-3 w Mistrzostwach Polski Weteranów. W sztafetach należy wręczać również indywidualne dyplomy.*
 - d) Treść dyplomu powinna zawierać: nazwę imprezy, kategorię wiekową, uzyskany tytuł lub wywalczone miejsce, imię, nazwisko i klub zawodnika, miejsce i datę zawodów, nazwę organizatora, podpis sędziego głównego i kierownika zawodów.

VIII. Zasady finansowania

1. Zasady finansowania mistrzostw określa umowa/porozumienie między Organizatorem a PZOS.
2. Koszty uczestnictwa zawodników (przejazdu, zakwaterowanie, wyżywienie, opłaty startowe) pokrywają kluby zgłaszające.
3. Koszty medali w kategoriach junior mł., junior, młodzieżowiec i senior pokrywa Polski Związek Orientacji Sportowej.
4. Organizator odprowadza do PZOS 10% wpisowego.

IX. Techniczna kontrola zawodów

1. Komisja Kartograficzna PZOS zatwierdza mapę MP i może wyznaczyć kontrolera kartograficznego.
2. Zarząd PZOS może wyznaczyć na zawody kontrolera.
3. Kwestie niewyjaśnione niniejszym regulaminem będą rozpatrywane przez Zarząd PZOS.
4. Propozycje zmian w regulaminie należy przysyłać do biura PZOS do końca października.

Krzysztof Urbaniak, Prezes PZOS



* kolorem czerwonym zaznaczone są zapisy nowe lub zmienione w porównaniu do wersji poprzedniej