



KOMUNIKAT TECHNICZNY

Tajemnice Dolnego Śląska 2021 Treningi w ramach indywidualnej aktywności fizycznej

Jurków - Czaple - Lwówek Śląski - Suszki

9-11 kwietnia 2021 r.

Prolog

Z racji na panujące restrykcje i niemożność przeprowadzenia zawodów tegoroczne Tajemnice Dolnego Śląska zostaną zorganizowane w formie treningów w ramach indywidualnych aktywności fizycznych.

Co się nie zmienia?

- kategorie wiekowe pozostają takie jak podczas zawodów
- trasy zostały zbudowane z jakością i dbałością taką, jak na zawodach
- profesjonalny wydruk mapy
- elektroniczny pomiar czasu, stacje będą działały w trybie Sportident AIR (nie dotyczy biegu nocnego)

Co się zmienia?

- brak Centrum Zawodów - ze względu na zakaz zgromadzeń
- brak procedury startowej - mapy będą wydawane w Mobilnych Biurach Zawodów (samochody) dla kierowników ekip przed poszczególnymi biegami
- brak dodatkowych opisów do pobrania na starcie - opisy zostaną udostępnione na stronie www.orientpark.pl, zainteresowani uczestnicy są odpowiedzialni za wydruk opisów
- brak węzłów sanitarnych, szatni itp.
- brak dekoracji najlepszych zawodników

Program treningów

Piątek - 9 kwietnia 2021

Jurków - trening/bieg nocny

Sobota - 10 kwietnia 2021

*Czaple - bieg średniodystansowy
Lwówek Śląski - skalny sprint*

Niedziela - 11 kwietnia 2021

Suszki - bieg klasyczny

WAŻNE!!!

Mapka sytuacyjna

Rozmieszczenie poszczególnych etapów, Mobilnych Biur Zawodów, startów, met, parkingów pod poniższym linkiem:

https://www.google.com/maps/d/u/1/edit?mid=1VTBwo43AyMuqab_1WGfAYsWsW9mNtmZo&usp=sharing

Szwajcaria Lwówecka - teren skalnego sprintu



Bieg nocny - najważniejsze informacje

Wydawanie map

Mapy na trening nocny będą wydawane kierownikom ekip lub zawodnikom indywidualnym pod adresem Raciborowice Dolne 22a (współrzędne 51.193697, 15.697440) od godziny 12:00 do godziny 21:00 (dystrybucja Małgorzata Pachnik).

Wyposażenie punktów

Punkty będą wyposażone w odblaskowe rurki oraz taśmy biało-czerwone oznaczone numerem punktu. Nie będzie pomiaru czasu!

Możliwość startu

Odblaskowe rurki i taśmy będą wisiały od rana w piątek przez cały weekend.

Lista startowa

Zawodnicy startują wedle uznania

Rozmieszczenie startu, mety, parkingów na podstawie mapki pod linkiem:

https://www.google.com/maps/d/u/1/edit?mid=1VTBwo43AyMuqab_1WGfAYsWsW9mNtmZo&usp=sharing

Kategorie wiekowe

10R DŁUGA ŚREDNIA

K10 K12 K14 K16 K18 K20 K21 K35 K45 K50

M12 M14 M16 M18 M20 M21 M35 M40 M45 M50 M55 M60

Kategorie K10 i 10R nie mają wstążkowanych tras, dobieg do mety z różnych punktów kontrolnych nie będzie oznaczony w terenie.

Kategorie od K18 do K35 oraz od M16 do M50 mają trasy z rozbicami typu motylek.

Budowa tras: Wojciech Pachnik

Mapa

Orientpark - K2, skala 1:10 000, warstwice co 2,5 m, aktualność październik 2020, autorzy: Marcin Cizek i Wojciech Pachnik. Norma ISOM2017. Dla kategorii KM,10R i KM12 skala mapy 1:5000.

Bieg średniodystansowy i skalny sprint - najważniejsze informacje

WAŻNE!!! Biegi zostaną przeprowadzone równolegle, to znaczy że rano połowa zawodników bierze udział w biegu średniodystansowym, a druga połowa w skalnym sprincie, po południu następuje zamiana, ci co biegali sprint, jadą na bieg średni, ci co biegali bieg średni, jadą na sprint. Wszystko dlatego aby nie gromadzić się w strefach startu i parkingach, uniknąć kontaktu między różnymi zespołami i nie „rzucać się w oczy”.

BIEG ŚREDNI	SKALNY SPRINT
<p>Wydawanie map Mapy będą wydawane w Mobilnym Biurze Zawodów (MBZ) - dystrybucja Małgorzata Pachnik. W MBZ po ukończonym biegu należy sczytać kartę SI.</p> <p>Wyposażenie punktów Jak na zawodach</p> <p>Możliwość startu Od godziny 9:45 do godziny 15:40.</p> <p>Lista startowa Poszczególne kluby startują w wyznaczonych przedziałach czasowych, o kolejności startujących zawodników w danym klubie decyduje kierownik ekipy/zawodnik. Lista startowa dostępna na stronie www.orientpark.pl. Prosimy o przybywanie w strefie startu tylko ekip, które w danym momencie mają przypisany czas startu.</p> <p>Ważne! Należy podbić puszkę START zlokalizowaną na starcie mapowym. Clear i check będą umieszczone na starcie mapowym. Na starcie mapowym będzie stał sędzia nadzorujący podbijanie puszek i zachowanie interwałów czasowych dla poszczególnych ekip.</p> <p>Mapa „Orientpark - Cygańskie skąty”, skala 1:10 000, warstwice co 2,5m, autor: Adam Pawłowicz, aktualność marzec 2021, norma ISOM2017.</p> <p>Rozmieszczenie startu, mety, parkingów, MBZ pod linkiem:</p>	<p>Wydawanie map Mapy będą wydawane w Mobilnym Biurze Zawodów (MBZ) - dystrybucja Dariusz Pachnik. W MBZ po ukończonym biegu należy sczytać kartę SI.</p> <p>Wyposażenie punktów Jak na zawodach</p> <p>Możliwość startu Od godziny 10:00 do godziny 15:15.</p> <p>Lista startowa Poszczególne kluby startują w wyznaczonych przedziałach czasowych, o kolejności startujących zawodników w danym klubie decyduje kierownik ekipy/zawodnik. Lista startowa dostępna na stronie www.orientpark.pl. Prosimy o przybywanie w strefie startu tylko ekip, które w danym momencie mają przypisany czas startu.</p> <p>Ważne! Należy podbić puszkę START zlokalizowaną na starcie mapowym. Clear i check będą umieszczone na starcie mapowym. Na starcie mapowym będzie stał sędzia nadzorujący podbijanie puszek i zachowanie interwałów czasowych dla poszczególnych ekip.</p> <p>Mapa „Orientpark - Szwajcaria”, skala 1:7 500, warstwice co 5m, autor: Adam Pawłowicz, aktualność marzec 2021, norma ISOM2017.</p> <p>Rozmieszczenie startu, mety, parkingów, MBZ pod linkiem:</p>

https://www.google.com/maps/d/u/1/edit?mid=1VTBwo43AyMuqab_1WGfAYsWsW9mNtmZo&usp=sharing

Kategorie wiekowe

10R	DŁUGA	ŚREDNIA				
K10	K10N	K12	K14	K16	K18	K20
K21	K35	K40	K45	K50		
M10	M10N	M12	M14	M16	M18	M20
M21	M35	M40	M45	M50	M55	M60
M70						

Kategorie KM10N i 10R mają wstążkowane trasy, wstążki koloru czerwonego.

Dobieg do mety z ostatniego punktu będzie wyfaworkowany.

https://www.google.com/maps/d/u/1/edit?mid=1VTBwo43AyMuqab_1WGfAYsWsW9mNtmZo&usp=sharing

Kategorie wiekowe

10R	DŁUGA	ŚREDNIA				
K10	K10N	K12	K14	K16	K18	K20
K21	K35	K40	K45	K50		
M10	M10N	M12	M14	M16	M18	M20
M21	M35	M40	M45	M50	M55	M60
M70						

Kategorie KM10N i 10R mają wstążkowane trasy, wstążki koloru czerwonego.

Dobieg do mety z ostatniego punktu nie będzie oznakowany.

UWAGA!!!

Na mapie znajdują się urwiska skalne - prosimy zachować ostrożność przy nawigowaniu.

Bieg klasyczny - najważniejsze informacje

Wydawanie map

Mapy będą wydawane w Mobilnym Biurze Zawodów (MBZ) - dystrybucja Małgorzata Pachnik. W MBZ po ukończonym biegu należy czytać kartę SI.

Wyposażenie punktów

Jak na zawodach

Możliwość startu

Od godziny 09:00 do godziny 13:10.

Lista startowa

Poszczególne kluby startują w wyznaczonych przedziałach czasowych, o kolejności startujących zawodników decyduje kierownik ekipy/zawodnik.

Lista startowa dostępna na stronie www.orientpark.pl.

Prosimy o przybywanie w strefie startu tylko ekip, które w danym momencie mają przypisany czas startu.

Ważne!

Należy podbić puszkę START zlokalizowaną na starcie mapowym.

Clear i check będą umieszczone na starcie mapowym.

Na starcie mapowym będzie stał sędzia nadzorujący podbijanie puszek i zachowanie interwałów czasowych dla poszczególnych ekip.

Mapa

„Orientpark - Janina”, skala 1:10 000, warstwie co 2,5m, autor: Marcin Ciszek, Adam Pawłowicz, aktualność marzec 2021, norma ISOM2017.

Rozmieszczenie startu, mety, parkingów, MBZ pod linkiem:

https://www.google.com/maps/d/u/1/edit?mid=1VTBwo43AyMuqab_1WGfAYsWsW9mNtmZo&usp=sharing

Kategorie wiekowe

10R	DŁUGA	ŚREDNIA													
K10	K10N	K12	K14	K16	K18	K20	K21	K35	K40	K45	K50				
M10	M10N	M12	M14	M16	M18	M20	M21	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M70	

Kategorie KM10N i 10R mają wstążkowane trasy, wstążki koloru czerwonego. Dobieg do mety z ostatniego punktu będzie wyfaworkowany.

Kategoria M21 będzie miała zmianę mapy, Ostatni punkt z cz. 1 jest startem na cz. 2 (druga mapa na odwrocie pierwszej). Numeracja punktów będzie kontynuowana.

Arena zmagañ w Czaplach



PARAMETRY TRAS

NOCNY

E1 - ŚREDNI

Trasa	PK	Długość	Przewyższenie
10R	6	1,7 km	25 m
K10	6	1,7 km	25 m
K12	6	1,8 km	25 m
K14	9	3,0 km	30 m
K16	10	3,9 km	30 m
K18	16	5,6 km	45 m
K20	16	5,6 km	45 m
K21	18	6,3 km	50 m
K35	16	5,6 km	45 m
K45	12	4,5 km	40 m
M12	6	1,8 km	25 m
M14	7	3,7 km	35 m
M16	16	5,1 km	40 m
M18	19	6,3 km	50 m
M21	24	7,6 km	60 m
M35	18	6,3 km	50 m
M40	18	6,3 km	50 m
M45	16	5,6 km	45 m
M50	16	5,1 km	40 m
M55	11	4,4 km	40 m
ŚREDNIA	10	3,9 km	30 m
DŁUGA	14	5,5 km	75 m

Trasa	PK	Długość	Przewyższenie
10R	7	2,3 km	35 m
K10N	7	2,3 km	35 m
K10	7	2,3 km	35 m
K12	7	2,3 km	40 m
K14	9	2,8 km	70 m
K16	11	3,3 km	80 m
K18	16	4,0 km	80 m
K21	19	5,1 km	105 m
K35	14	4,1 km	80 m
K40	14	4,1 km	80 m
K45	11	3,2 km	80 m
K50	10	3,0 km	80 m
M10N	7	2,3 km	35 m
M10	7	2,3 km	35 m
M12	7	2,5 km	55 m
M14	11	3,1 km	75 m
M16	12	3,6 km	85 m
M18	17	4,9 km	90 m
M21	23	6,1 km	110 m
M35	17	4,5 km	90 m
M40	16	4,2 km	90 m
M45	15	4,0 km	80 m
M50	12	3,6 km	85 m
M55	13	3,7 km	80 m
M60	12	3,2 km	70 m
M70	10	2,3 km	55 m
DŁUGA	20	5,4 km	100 m
ŚREDNIA	11	3,6 km	80 m

SKALNY SPRINT

E2 - KLASYK

Trasa	PK	Długość	Przewyższenie
10R	6	1,7 km	30 m
K10N	6	1,7 km	30 m
K10	6	1,7 km	30 m
K12	7	1,6 km	40 m
K14	7	1,9 km	45 m
K16	11	2,1 km	70 m
K18	12	2,5 km	75 m
K21	16	2,8 km	110 m
K35	11	2,2 km	70 m
K40	11	2,2 km	70 m
K45	11	2,0 km	55 m
K50	13	2,0 km	75 m
M10N	6	1,7 km	30 m
M10	6	1,7 km	30 m
M12	8	1,9 km	45 m
M14	10	2,2 km	65 m
M16	13	2,6 km	80 m
M18	17	2,9 km	115 m
M21	20	3,5 km	125 m
M35	16	2,6 km	100 m
M40	13	2,5 km	75 m
M45	12	2,3 km	75 m
M50	11	2,1 km	70 m
M55	13	2,0 km	75 m
M60	9	1,8 km	65 m
M70	9	1,8 km	65 m
DŁUGA	15	3,5 km	110 m
ŚREDNIA	10	2,4 km	75 m

Trasa	PK	Długość	Przewyższenie
10R	6	1,9 km	50 m
K10N	6	1,9 km	50 m
K10	6	1,9 km	50 m
K12	6	2,9 km	55 m
K14	9	3,2 km	50 m
K16	9	5,6 km	95 m
K18	12	6,3 km	120 m
K21	15	8,0 km	160 m
K35	16	6,2 km	125 m
K40	16	6,2 km	125 m
K45	14	5,6 km	115 m
K50	13	5,1 km	95 m
M10N	6	1,9 km	50 m
M10	6	1,9 km	50 m
M12	6	3,1 km	55 m
M14	8	3,8 km	70 m
M16	11	6,9 km	160 m
M18	14	6,9 km	170 m
M21	22	10,1 km	190 m
M35	14	8,0 km	150 m
M40	15	7,5 km	145 m
M45	13	7,0 km	140 m
M50	15	6,5 km	135 m
M55	16	6,2 km	125 m
M60	9	5,6 km	95 m
M70	11	5,2 km	105 m
ŚREDNIA	8	4,7 km	85 m
DŁUGA	9	6,8 km	150 m