



URZĄD  
MARSZAŁKOWSKI  
WOJEWÓDZTWA  
POMORSKIEGO



## REGULAMIN

# MISTRZOSTWA WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO W DŁUGODYSTANSOWYM BIEGU NA ORIENTACJĘ

I Runda PUCHARU POMORZA 2022 W BIEGU NA ORIENTACJĘ  
III Runda XXIX MISTRZOSTW POMORZA I KUJAW 2022 W BIEGU NA ORIENTACJĘ

**Kwidzyn, sobota 19.03.2022 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 – Maciej Gostkiewicz  
Kierownik Centrum Zawodów – Mariusz Torchała  
Sędzia Główny – Tomasz Müller  
Biuro Obliczeniowe – Zbigniew Mądrzyński  
Budowniczy Tras – Jarosław Bartczak  
Sekretariat – Patrycja Pabian, Maja Roszak

### Termin:

19 marca 2022 r. / sobota /  
Start: godz. "00" – 11.00  
Zakończenie i wręczenie medali: około godz. 14:00 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).

**Centrum Zawodów** – Szadowo - Młyn – Centrum Wolontariatu Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, (53.775845, 19.054096)

### Sekretariat:

Czynny w dniu zawodów, w sobotę 19.03.2022 r., od godz. 9.15 – 10.30, w Centrum Zawodów

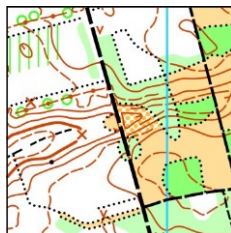
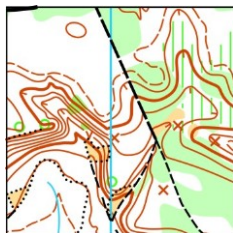
### **Dodatkowe informacje:**

Kierownik zawodów – Maciej Gostkiewicz, e-mail: mgostkiewicz@wp.pl, tel. 609 615 802

Do 17.03 2022 r. (czwartek) na stronie organizatora [www.umskwidzyn.pl](http://www.umskwidzyn.pl) zamieszczony zostanie regulamin techniczny zawierający m.in. plan centrum zawodów i parametry tras.

### **Mapa:**

„Szadowo - Młyn” – mapa z 2016 roku, autorzy mapy Marek Sobiegraj i Maciej Krzysko, wcześniej nierejestrowana i nigdy nie wykorzystywana na zawodach, aktualizacja i przystosowanie do norm IOF ISOM 2017 – Jarosław Bartczak, aktualność luty 2020 r. – skala 1:10000, e- 2,5 m,



### **Kategorie Mistrzostw Województwa Pomorskiego w długodystansowym bno:**

#### **Kategorie sportowe**

K (kobiety)	10	M (mężczyźni)	10	rocznik 2012 i młodsi
	12		12	rocznik 2010 - 2011
	14		14	rocznik 2008 - 2009
	16		16	rocznik 2006 - 2007
	18		18	rocznik 2004 - 2005
	20		20	rocznik 2002 - 2003
	21		21	rocznik 1988 - 2001
	35/40		35/40	rocznik 1978 - 1987
	45/50		45/50	rocznik 1968 - 1977
	55/60		55/60	rocznik 1958 - 1967
	65+			rocznik 1957 i urodzone wcześniej
			65/70	rocznik 1957 - 1948
			75+	rocznik 1947 i urodzeni wcześniej

#### **Trasy rekreacyjne**

K/M10N - trasa wstążeczkowana, rocznik 2012 i młodsi

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

Krótka - rekreacyjna, łatwa, dla początkujących – bez ograniczeń wiekowych

Średnia - rekreacyjna, średnio trudna, dla niezaawansowanych – bez ograniczeń wiekowych

#### **Start i limit czasu:**

Minuta 00 – godzina 11.00

Dla kategorii K/M16 i starsi – start masowy – limit czasu 150 minut

Dla kategorii K/M14 i młodsi oraz trasy K/M10N, OPEN 1 i 2 – start interwałowy od 30 minuty startowej – limit czasu 90 minut

Dla trasy 10R – start interwałowy w dowolnej minucie, w przedziale od 40 do 75 minuty startowej

– minuty startowe wywieszane zostaną na stronie organizatora [www.umskwidzyn.pl](http://www.umskwidzyn.pl), w czwartek 17.03.2022 r. w godzinach wieczornych.

Bieg rozegrany będzie w terenie zróżnicowanym, o niedużych, miejscami jednak sporych przewyższeniach przechodzących w mikrorzeźbę, częściowo o utrudnionej, jednak z przewagą dobrej przebieżności.

#### **Zgłoszenia:**

Zgłoszenia zawierające: imię i nazwisko, rok urodzenia, kategorię wiekową, nazwę klubu lub szkoły, numer licencji PZOS (w przypadku posiadania) i nr chipa (w przypadku posiadania) należy dokonać poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie <https://orienteering.org.pl/pzos/detail/competition/303> w nieprzekraczalnym terminie **do 14.03.2022 r. (poniedziałek)**.

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.

#### **Sędziowanie:**

Na zawodach stosowany będzie system pomiaru czasu i potwierdzania punktów kontrolnych SPORTIdent, Stacje będą działały w trybie bezdotykowym (SIAC On). Dla uczestników nieposiadających własnego chip-a istnieje możliwość jego wypożyczenia w sekretariacie zawodów, za opłatą 3 zł (chip tradycyjny) i 7 zł (SIAC) za sztukę (zagubienie chipa 120 zł tradycyjnego i 300 zł SIAC).

Długości i parametry podane zostaną w regulaminie technicznym.

### **Opłaty startowe (zgodnie z regulaminem Pucharu Pomorza 2022):**

Kategorie K10N, M10N, 10R,	- 10 zł
Kategorie K10, M10, K12, M12, K14, M14, OPEN 1 i 2	- 15 zł
Kategorie K16, M16, K18, M18, K20, M20	- 20 zł
Kategorie K21, M21 i starsze	- 25 zł

Zawodnicy zgłoszeni po terminie zgłoszeń – 150% właściwej opłaty startowej

Podane kwoty wysokości wpisowego nie zawierają ewentualnych kosztów wypożyczenia chipa (patrz; sędziowanie)

Opłaty należy dokonać w terminie do 14.03.2022 r. (poniedziałek) na konto UMKS Kwidzyn, 82-500 Kwidzyn, ul. Warszawska 13

Santander Bank Polska S.A. 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.

### **Dekoracja zwycięzców:**

Zakończenie zawodów i uroczysta dekoracja zwycięzców Mistrzostw Województwa Pomorskiego w długodystansowym bno odbędzie się w sobotę 19.03.2022 r. ok. godz. 14.00 w Centrum Zawodów, Szadowo - Młyn – Centrum Wolontariatu Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, (53.775845, 19.054096)

O godz. 13.40 w tym samym miejscu odbędzie się dekoracja zwycięzców Klasyfikacji Generalnej Pucharu Pomorza 2021

### **COVID-19**

**Ze względu na ograniczenia związane z przeciwdziałaniem koronawirusowi COVID-19 wszyscy zawodnicy zobowiązani są do ścisłego stosowania się zleceń i rozporządzeń Ministra Zdrowia i Ministra Sportu obowiązujących w dniu rozegrania zawodów. Więcej aktualnych informacji w tym zakresie podanych zostanie w regulaminie technicznym zawodów.**

**Ze względu na troskę o zdrowie i życie wszystkich uczestników zawodów organizatorzy proszą o zaniechanie uczestnictwa w zawodach wszystkich, u których w dniu zawodów występować będzie podwyższona temperatura ciała i których samopoczucie może wskazywać na jakiegokolwiek infekcję dróg oddechowych, a także tych zawodników którzy mieli w ostatnim czasie kontakt z osobami zarażonymi koronawirusem bądź przebywającymi na kwarantannie.**

### **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, imienia i nazwiska oraz roku urodzenia, w relacjach z zawodów zamieszczanych w mediach, wynikach oraz protokołach końcowych zawodów.
- Uczestnicy ubezpieczają się we własnym zakresie.
- Uczestnicy, zgłaszający się na Mistrzostwa indywidualnie lub za pośrednictwem klubów bądź innych jednostek organizacyjnych, biorąc udział w zawodach oświadczają jednocześnie, że są świadomi specyfiki biegu na orientację oraz własnej odpowiedzialności ze sposób i wybór wariantu pokonywania tras
- Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne (z wyłączeniem zjawisk ekstremalnych).
- Interpretacja regulaminu należy do organizatorów.

### **DO ZOBACZENIA NA ZAWODACH**