

Regulaminy sportowe Orientacji Precyzyjnej

I **Postanowienia ogólne**

- I.1 Zawody w Orientacji Precyzyjnej (OP) rozgrywane są w oparciu o „Zasady organizacji zawodów w Orientacji Sportowej” oraz „Przepisy Orientacji Precyzyjnej” lub przepisy IOF.
- I.2 W zawodach Mistrzostw Polski (MP) w Orientacji Precyzyjnej mogą brać udział wyłącznie zawodnicy posiadający licencje PZOS dla zawodnika spełniający wymagania Ustawy z dnia 25 czerwca 2010 roku o sporcie w zakresie bezpieczeństwa w sporcie. Takie same warunki muszą spełniać zawodnicy klasyfikowani w Rankingu PZOS w Orientacji Precyzyjnej
- I.3 Zaleca się przy okazji Mistrzostw Polski organizację (na tej samej trasie) zawodów ogólnodostępnych dla zawodników niespełniających wymagań określonych w pkt. 2.

II **Kategorie wiekowe i sprawnościowe**

- II.1 W Orientacji Precyzyjnej podstawowym podziałem jest podział zawodników na kategorie sprawnościowe:
 - O (dostępna dla wszystkich zawodników, niezależnie od ich poziomu wytrenowania i sprawności fizycznej)
 - P (dostępna dla zawodników niepełnosprawnych, zgodnie z zasadami określonymi w zaświadczeniu lekarskim będącym załącznikiem 12 Regulaminu Licencyjnego PZOS)
- II.2 Organizator zawodów, w ramach kategorii sprawnościowej, może podzielić ją na kategorie wiekowe. Mistrzostwa Polski oraz Ranking PZOS używają następujących kategorii sprawnościowo-wiekowych:
 - O (bez ograniczeń wiekowych), O-20 (zawodnicy, którzy w roku rozgrywania zawodów kończą najwyżej 20 lat), O-15
 - P, P-20, P-15
- II.3 Zawodnicy wszystkich kategorii rywalizują na tej samej trasie, aby możliwe było sporządzenie także generalnej klasyfikacji całych zawodów. Zawodnik może naraz zdobywać medale i wyróżnienia we wszystkich kategoriach, których wymagania spełnia.
- II.4 W przypadku dużej liczby zgłoszeń na zawody, lub dużej różnicy w doświadczeniu i poziomie umiejętności między zgłoszonymi (lub spodziewanymi) zawodnikami, organizator zawodów może zorganizować równoległe łatwiejsze trasy szkoleniowo-popularyzacyjne, oznaczone literami (A, B, C) w liczbie odpowiedniej do potrzeb. Dla zawodników tych tras zaleca się przeprowadzenie szkolenia przed startem i/lub zawarcie na mapie wskazówek pozwalających zawodnikom zrozumieć, w jaki sposób można dojść do rozwiązań przedstawionych na mapie problemów.
- II.5 W zawodach Orientacji Precyzyjnej nie stosuje się oddzielnych kategorii dla kobiet i mężczyzn.

III **Ranking PZOS w Orientacji Precyzyjnej**

III.1 Do klasyfikacji rankingu w danym roku kalendarzowym zaliczane są zawody z listy ogłaszanej przez Komisję Orientacji Precyzyjnej (lub Zarząd PZOS) w terminie do 31 stycznia tego roku.

III.2 Aby w danym roku kalendarzowym prowadzona była klasyfikacja Rankingu, musi być do niego zgłoszonych co najmniej 8 etapów, odbywających się na co najmniej 4 imprezach organizowanych przez członków PZOS z co najmniej 3 różnych województw.

III.3 Aby wyniki etapu były zaliczone do klasyfikacji Rankingu, musi wziąć w nim udział co najmniej 10 zawodników uprawnionych do zdobywania punktów rankingowych. Jeżeli mniej niż 6 etapów z listy zaliczanych zawodów w danych roku spełni ten warunek, klasyfikacja Rankingu w tym roku jest anulowana.

III.4 Do rankingu mogą być wliczane także zawody zagraniczne rozgrywane w niewielkiej odległości od granic Polski. Zawody te nie wliczają się do spełniania minimów wymienionych powyżej i nie mogą stanowić więcej niż 25% całego kalendarza rankingowego. Zaleca się zaliczanie w ten sposób przede wszystkim zawodów z kalendarza IOF.

III.5 Punkty do Rankingu za dany etap obliczane są przy użyciu wzorów podobnych do wzorów używanych przez IOF przy obliczaniu punktacji World Ranking, zmienionych tak, aby działały dobrze przy ilości zawodników i zawodów odbywających się w Polsce. Szczegółowe zasady stanowią załącznik nr 1 do Regulaminów Sportowych OP.

IV **Mistrzostwa Polski w Orientacji Precyzyjnej**

IV.1 Mistrzostwa Polski w Orientacji Precyzyjnej rozgrywane są co roku w 3 konkurencjach:

- PreO (indywidualnie)
- Tempo (indywidualnie)
- Sztafeta (3-osobowe zespoły klubowe lub wojewódzkie)

IV.2 Zaleca się, aby Organizator MP w konkurencjach Tempo i PreO starał się o nadanie zawodom rangi IOF World Ranking Event, aby zwiększyć liczbę uczestników i umożliwić polskim zawodnikom porównanie się z zawodnikami z innych krajów.

IV.3 Zawodnicy posiadający licencję PZOS mogą być klasyfikowani w Mistrzostwach Polski jeżeli spełniają co najmniej jeden z poniższych warunków:

- Posiadają polskie obywatelstwo
- W okresie roku poprzedzającego Mistrzostwa wystartowali co najmniej 6 razy w zawodach dowolnej dyscypliny orientacji sportowej rozgrywanych w Polsce. Odstęp czasowy między każdymi dwoma z tych startów musi wynosić co najmniej 10 dni. Żaden z tych startów nie może znajdować się w oficjalnym kalendarzu międzynarodowym IOF. Za poinformowanie sędziego głównego MP o tych startach odpowiedzialny jest zainteresowany zawodnik lub jego klub.
- W zespole startującym w sztafecie musi znajdować się co najmniej 2 zawodników posiadających polskie obywatelstwo.

IV.4 W sztafecie stosowany jest start masowy. W zawodach indywidualnych start jest interwałowy. Interwał powinien wynosić co najmniej 2 minuty (TempO) i co najmniej

1 minutę (PreO). Sędzia główny, ustalając listę startową, może zwiększyć interwał (i powinien to zrobić jeśli spodziewa się, że minimalny interwał doprowadzi do wytworzenia się kolejek na punktach czasowych). W konkurencji TempO dozwolone jest stosowanie zmiennego interwału.

IV.5 Długość tras i czas trwania zawodów:

- Trasa zawodów MP w konkurencji PreO powinna liczyć co najmniej 25 punktów kontrolnych i być podzielona na 1 lub 2 etapy, rozgrywane jednego dnia lub w ciągu dwóch kolejnych dni.
- Trasa zawodów MP w konkurencji TempO powinna liczyć co najmniej 6 stacji z co najmniej 5 mapami na każdej. Jeżeli rozgrywane są kwalifikacje TempO, powinny liczyć co najmniej 5 stacji z co najmniej 4 mapami na każdej. TempO powinno być rozegrane w ciągu jednego dnia. Dopuszcza się rozegranie kwalifikacji jednego dnia, a finału w kolejnym dniu, wyłącznie w przypadku gdy w ramach programu tej samej imprezy odbywają się w tych dniach także inne konkurencje MP.
- Trasa sztafety powinna, dla każdego zawodnika, mieć co najmniej 10 punktów kontrolnych PreO i co najmniej 1 stację TempO z co najmniej 4 mapami. Zawody należy w całości rozegrać w ciągu jednego dnia.

IV.6 Oficjalnymi nagrodami Mistrzostw Polski są medale i dyplomy

- Medale przyznaje się za trzy najlepsze miejsca w każdej kategorii,
- Na szarfię umieszczony jest napis: Mistrzostwa Polski w Orientacji Precyzyjnej,
- Dyplomy przyznaje się za sześć najlepszych miejsc w każdej kategorii,
- 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.
- Medale i dyplomy otrzymują wszyscy zawodnicy w składzie nagrodzonej sztafety

IV.7 Zasady finansowania:

- Zasady finansowania Mistrzostw określa umowa/porozumienie między Organizatorem a PZOS,
- Koszty uczestnictwa zawodników (przejazdy, zakwaterowanie, wyżywienie, opłaty startowe) pokrywają zawodnicy lub kluby ich zgłaszające,
- Koszty medali pokrywa PZOS,
- Organizator odprowadza do PZOS 10% wpisowego

IV.8 Techniczna kontrola zawodów:

- Komisja Kartograficzna PZOS zatwierdza mapę główną MP i może wyznaczyć kontrolera kartograficznego,
- Zarząd PZOS może wyznaczyć kontrolera zawodów.

V Klasy sportowe w orientacji precyzyjnej

V.1 Zawodnicy posiadający licencję PZOS mogą zdobywać następujące rodzaje klas sportowych:

- MM (klasa mistrzowska międzynarodowa)

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

V.2 Aby zdobyć klasę sportową, zawodnik musi wypełnić jedną z poniższych norm wynikowych. Dodatkowo, dla klas zdobywanych w zawodach krajowych, zawodnik (lub sztafeta) musi znaleźć się (w kategorii, na podstawie której zdobywa klasę) wśród:

- 20% najlepszych zawodników/zespołów, aby zdobyć klasę M
- 30% najlepszych zawodników/zespołów, aby zdobyć klasę I
- 40% najlepszych zawodników/zespołów, aby zdobyć klasę II
- 50% najlepszych zawodników/zespołów, aby zdobyć klasę III

V.3 Klasy sportowe zdobyte w zawodach międzynarodowych ważne są przez 2 lata kalendarzowe. Klasy sportowe zdobyte w zawodach krajowych ważne są do końca następnego roku kalendarzowego.

V.4 Klasy sportowe nadają i ogłaszają w komunikatach:

- Klasa MM, M i I: Polski Związek Orientacji Sportowej
- Klasa II i III: Okręgowe Związki Orientacji Sportowej

V.5 (przejściowy na 2022) W styczniu 2022 nadane zostaną klasy sportowe zdobyte na podstawie wyników osiągniętych w 2021, z datą ważności taką, jakby zostały nadane od razu po zawodach

Normy wynikowe dla klas sportowych

Ranga zawodów	MM	M	I	II	III
MISTRZOSTWA ŚWIATA					
• indywidualnie	1-8	9-16			
• sztafeta	1-6	7-12			
MISTRZOSTWA EUROPY					
• indywidualnie	1-6	7-12			
• sztafeta	1-3	4-8			
IOF WORLD RANKING – klasyfikacja generalna	1-8	9-16			
ZAWODY WRE IOF (przy starcie zawodników z co najmniej 8 krajów)	1-3	4-6			
MISTRZOSTWA POLSKI – indywidualnie					
• O, P		1-3	4-6	7-12	
• O-20, P-20		1	2-3	4-10	
• O-15, P-15			1-3	4-6	7-12
MISTRZOSTWA POLSKI – sztafeta					
• O, P		1	2-3	4-6	
• O-20, P-20			1	2-3	4-6
• O-15, P-15			1	2-3	4-6

MISTRZOSTWA WOJEWÓDZKIE I MIĘDZYWOJEWÓDZKIE (indywidualnie)				1	2-3
				1	2-3
				1	2-3
MISTRZOSTWA WOJEWÓDZKIE I MIĘDZYWOJEWÓDZKIE (sztafeta)					1
					1
					1

VI **Postanowienia końcowe**

VI.1 Kwestie nierozstrzygnięte przez niniejszy regulamin będą rozpatrywane przez Zarząd PZOS po zasięgnięciu opinii Komisji Orientacji Precyzyjnej PZOS.

VI.2 Propozycje zmian w regulaminach należy przysyłać do biura PZOS do końca października każdego roku.

VI.3 Regulaminy wchodzi w życie po tygodniu od opublikowania na stronie internetowej PZOS.

Przepisy Orientacji Precyzyjnej

I Definicje

I.1 Orientacja Precyzyjna to sport, w którym zadaniem zawodnika jest interpretacja mapy i terenu. Zawodnicy pokonują trasę przy której znajdują się oznaczone w terenie punkty kontrolne, zazwyczaj w ustalonej kolejności. Używając mapy i kompasu wybierają, który ze znaczników pokrywa się z miejscem oznaczonym przez środek kółka wydrukowanego na mapie i spełnia piktogramowy opis punktu. Ta decyzja jest zapisywana i służy obliczeniu wyników zawodów.

I.2 Dozwolone sposoby poruszania się na trasie to:

- Pieszo,
- Na wózku inwalidzkim (napędzanym przez użytkownika lub elektrycznym),
- Na rowerze dwu- lub trójkołowym, lub rowerze o napędzie ręcznym,
- Przy użyciu innych metod wspomaganie poruszania się.

Zabronione jest używanie pojazdów spalinowych, a także pojazdów elektrycznych zaprojektowanych dla więcej niż jednego użytkownika.

I.3 Zawody w orientacji precyzyjnej możemy dzielić ze względu na:

- Czas rozgrywania
 - Dienne,
 - Nocne,
- Rozgrywaną konkurencję
 - PreO (trasa składa się głównie z punktów kontrolnych bez pomiaru czasu, stanowiska czasowe są drugorzędym kryterium klasyfikacji),
 - TempO (trasa składa się wyłącznie ze stanowisk czasowych),
 - Sztafeta (dla zespołów 3-osobowych), z częścią trasy na zasadach PreO (gdzie zawodnicy tej samej sztafety mają wspólny limit czasu) i częścią trasy na zasadach TempO,

II Organizacja zawodów

II.1 Międzynarodowe zawody w orientacji precyzyjnej należy organizować zgodnie z aktualnymi przepisami IOF.

II.2 Zawody CTZ i RTZ należy organizować zgodnie z niniejszymi przepisami oraz Regulaminami Sportowymi Orientacji Precyzyjnej PZOS.

II.3 Przy planowaniu terminu zawodów należy szczególną uwagę zwrócić na porę roku i pogodę, jakiej można się spodziewać. Należy pamiętać że:

- Niektórzy zawodnicy mogą mieć poważne problemy z poruszaniem się na śliskiej nawierzchni,
- Wszyscy zawodnicy poruszają się po trasie zdecydowanie wolniej, niż w innych dyscyplinach orientacji sportowej, więc zimą są bardziej narażeni na wychłodzenie,
- Zmieniający się w ciągu dnia kąt padania promieni słonecznych może istotnie wpływać na poziom trudności punktów kontrolnych.

II.4 Zaleca się organizowanie zawodów orientacji precyzyjnej wspólnie z zawodami w innych dyscyplinach orientacji sportowej, lub innymi wydarzeniami mogącymi zachęcić więcej zawodników do startu. Dotyczy to szczególnie zawodów krótkich (jednoetapowych) i/lub popularyzacyjnych.

III Teren zawodów

III.1 Wybrany teren powinien pozwalać przygotować trasy dostosowane do poziomu sportowego zawodników, których spodziewa się organizator zawodów.

III.2 Trasa, którą poruszają się zawodnicy, musi być dobrana i przygotowana w taki sposób, aby najmniej mobilni zawodnicy (poruszający się na ręcznie napędzanych wózkach inwalidzkich lub chodzący powoli i z trudnością) byli w stanie pokonać ją w wyznaczonym limicie czasu (korzystając z pomocy innych osób, jeśli to niezbędne).

IV Mapa

IV.1 Mapy powinny być przygotowane zgodnie z aktualnymi zasadami IOF tworzenia map do biegu na orientację (ISSprOM (zalecane) lub ISOM).

IV.2 Skala mapy zazwyczaj wynosi 1:5000 lub 1:4000. Można używać map w mniejszej skali, jeśli w terenie jest dużo niewielkich, ale wyraźnych szczegółów. Wszystkie mapy danego etapu (łącznie z mapami na stanowiskach czasowych) powinny być w tej samej skali.

IV.3 Mapy powinny być chronione przed wilgocią i zniszczeniem.

IV.4 Mapy powinny być drukowane razem z trasami (nie dopuszcza się nadruku trasy na wydrukowanej wcześniej mapie, ponieważ nawet małe przesunięcie kółek oznaczających punkty kontrolne może mieć poważny wpływ na zawody).

IV.5 Jeżeli po wydrukowaniu mapy w terenie zaszły zmiany istotne dla podejmowania decyzji dla zawodników, należy poprawić mapę.

IV.6 Na stanowiskach czasowych używane fragmenty map powinny być okrągłe (o średnicy od 5 do 12 cm) lub kwadratowe (o boku od 5 do 12 cm). Kółko oznaczające punkt kontrolny powinno znajdować się w środku każdej mapy. Wszystkie mapy na wszystkich stanowiskach danego etapu powinny mieć ten sam kształt i rozmiar. Wszystkie mapy na danym stanowisku powinny być zorientowane w tę samą stronę (od miejsca gdzie siedzi zawodnik w kierunku dwusiecznej kąta między skrajnymi lampionami tego stanowiska). Wszystkie mapy muszą swoim zasięgiem obejmować obszar gdzie znajdują się lampiony i obszar, gdzie siedzi zawodnik. Na każdej mapie jest zaznaczona północ magnetyczna (nad fragmentem mapy) i piktogramowy opis punktu (pod fragmentem mapy). Zawodnik powinien dostać do wyboru dwa zestawy map, jeden z mapami związanymi razem, drugi gdzie mapy nie są w żaden sposób połączone.

V Trasa PreO

V.1 Budowniczy trasy powinien działać według *Zasad IOF budowy tras w orientacji precyzyjnej* oraz według wytycznych zawartych w aktualnej wersji *IOF Technical Guidelines for Trail Orienteering*.

V.2 Trasa powinna sprawdzać następujące umiejętności zawodników: czytanie mapy, interpretację terenu, koncentrację. Prawidłowe pokonanie trasy powinno wymagać stosowania różnorodnych technik orientacji w terenie.

V.3 Długość trasy powinna być podana mierzona od startu do mety wzdłuż trasy pokonywanej przez zawodników. Długość trasy nie powinna przekraczać 3500m.

V.4 Każda droga, która z dowolnego powodu (szerokość, korzenie, zwalone drzewa, inne przeszkody, nieodpowiednia nawierzchnia itd.) nie może być pokonana na wózku inwalidzkim, powinna być zabroniona dla wszystkich zawodników oraz zaznaczona na mapie i/lub w terenie.

V.5 Suma podejść powinna być zmierzona wzdłuż trasy i podana w metrach. Nachylenie trasy nie może przekraczać 14% na odcinkach dłuższych niż 20 metrów. Boczne nachylenie trasy nie powinno przekraczać 8%. W przypadku krótkich, stromych odcinków:

- Pokonywanych w dół: zaleca się nadanie im statusu drogi jednokierunkowej,
- Pokonywanych w górę: zaleca się poprowadzenie trasy tak, aby nie było takich odcinków. Jeżeli nie jest to możliwe, te odcinki nie powinny być istotne dla podejmowania decyzji, a organizator powinien zapewnić pomoc dla zawodników mających problem z ich pokonaniem.

V.6 Na każdym punkcie kontrolnym trasy PreO powinno znajdować się od 1 do 5 lampionów. Dopuszcza się wspólną grupę lampionów (i stanowisko decyzyjne) dla więcej niż jednego punktu kontrolnego.

V.7 Trasa PreO ma co najmniej jedno stanowisko czasowe. Może ono znajdować się przed główną częścią trasy, po niej lub na odcinku bez pomiaru czasu.

VI Trasa Tempo

VI.1 Trasa Tempo składa się wyłącznie ze stanowisk czasowych. Dystans pomiędzy nimi nie jest w żaden sposób wliczany do zawodów i każdy pokonuje go w wygodnym dla siebie tempie.

VI.2 Dystans między stanowiskami musi być możliwy do pokonania przez wszystkich zawodników, także tych najmniej mobilnych.

VII Stanowisko czasowe

VII.1 Na każdym stanowisku czasowym powinno być ustawione 5 lub 6 lampionów.

VII.2 Jeżeli zawodnicy na stanowisko czasowe idą po pokonaniu trasy PreO, teren tego stanowiska powinien być usunięty z mapy PreO, aby zawodnicy nie mogli się z nim zapoznać.

VII.3 Zawodnik na stanowisku czasowym powinien siedzieć tak, żeby widzieć wszystkie lampiony. Zawodnik dostaje plik map, przygotowanych zgodnie z punktem IV.6

VII.4 Pomiar czasu rozpoczyna się po podaniu komendy „czas start” (time starts now) , w tym momencie zawodnik może zacząć patrzeć na pierwszą mapę. Czas powinien być mierzony przy użyciu dwóch niezależnych urządzeń.

VII.5 Pomiar czasu kończy się gdy zawodnik udzieli wyraźniej odpowiedzi na zadanie z ostatniej mapy. Zawodnik może udzielić odpowiedzi ustnie (używając międzynarodowego alfabetu fonetycznego: Alfa-Bravo-Charlie-Delta-Echo-Foxtrot-Zero) lub pokazując odpowiednią literę na specjalnej tablicy. Sędzia zapisuje odpowiedzi i końcowy czas na kartce lub elektronicznie.

VII.6 Na każdym stanowisku czasowym limit czasu wynosi 60 sekund (PreO) lub 30 sekund (TempO) pomnożone przez liczbę map na tym stanowisku.

VII.7 Na stanowiskach czasowych w konkurencji PreO nie stosuje się prawidłowych odpowiedzi Z (Zero). Na stanowiskach czasowych w innych konkurencjach można je stosować.

VII.8 Zawodnik musi udzielić odpowiedzi w czasie, gdy widoczna jest ta mapa, której dotyczy odpowiedź. Jeśli zawodnik przełoży mapę przed udzieleniem odpowiedzi, sędzia zapisuje brak odpowiedzi na to zadanie.

VII.9 Dla wszystkich map, dla których zawodnik nie zdąży udzielić odpowiedzi przed końcem limitu czasu, sędzia zapisuje brak odpowiedzi.

VII.10 Pomiaru czasu powinni niezależnie dokonywać dwaj sędziowie. Każdy z nich zaokrągla swój wynik pomiaru w dół do pełnych sekund. Jeżeli wyniki dwóch pomiarów są różne, jako czas zawodnika należy zapisać średnią arytmetyczną tych wyników.

VIII Sztafeta

VIII.1 Podczas sztafety każdy zawodnik pokonuje dwie części trasy: jedną na zasadach PreO, drugą na zasadach TempO.

VIII.2 Zawodnicy tej samej sztafety nie powinni mieć możliwości komunikacji między sobą podczas zawodów, w tym celu należy zorganizować kwarantannę.

VIII.3 Limit czasu na część PreO jest obliczany sumarycznie dla całej sztafety. Zawodnicy mogą wykorzystać ten limit w dowolnych proporcjach.

VIII.4 Trasa PreO powinna mieć rozbiecia. Można to osiągnąć w jeden z poniższych sposobów:

- Na mapie zawodnika znajdują się wszystkie punkty z trasy. W ramach ogłoszonych przez organizatora zasad, zawodnik dowolnie wybiera punkty kontrolne do potwierdzenia. Zawodnik rozpoczynający swoją zmianę dowiaduje się od sędziego, które punkty były potwierdzane przez jego zespół na poprzednich zmianach, ale nie może się dowiedzieć, jakie odpowiedzi zostały wybrane. Zasady wybierania muszą spełniać następujące warunki:
 - Każdy zawodnik potwierdza tyle samo punktów kontrolnych,
 - Każdy punkt kontrolny musi być potwierdzony przez sztafetę tyle samo razy
 - Żaden punkt kontrolny nie może być potwierdzony przez wszystkich zawodników tej samej sztafety
- Na mapie zawodnika znajdują się punkty kontrolne, które ten zawodnik musi potwierdzić. Wszystkie zmiany używają tych samych lampionów i stanowisk decyzyjnych, jednak na co najmniej 75% punktów kontrolnych środek kółka i/lub opis punktu kontrolnego różnią się.
- Zaleca się używanie pierwszego sposobu tworzenia rozbić, ponieważ podkreśla on zespołowy aspekt zawodów sztafetowych.

VIII.5 Każdy zawodnik używa własnej karty lub elektronicznego przyrządu do potwierdzania punktów. Podczas zmiany jedyne, co może być przekazane między zawodnikami, to stoper mierzący wspólny czas.

VIII.6 Oprócz części PreO, każdy zawodnik rozwiązuje po jej ukończeniu 1 lub 2 stanowiska czasowe, rozgrywane na zasadach TempO, z co najmniej 4 mapami na każdym stanowisku.

- Pierwsza i druga zmiana mają tyle samo stanowisk czasowych, trzecia może mieć jedną więcej
- Zawodnicy trzeciej zmiany mogą być umieszczeni w kwarantannie, gdzie oczekują aż wszystkie zespoły ukończą część PreO, po czym, jako finał, rozwiązują część TempO w kolejności odwrotnej do aktualnej klasyfikacji.

VIII.7 Końcowy wynik zawodnika podczas zmiany sztafety to wynik części TempO powiększony o 60 sekund za każdy błąd w części PreO. Końcowy wynik sztafety to suma wyników wszystkich zawodników powiększona o 60 sekund kary za każde rozpoczęte przez sztafetę 5 minut spóźnienia podczas części PreO.

IX Teren zakazany

IX.1 Wszystkie osoby obecne na zawodach powinny przestrzegać przepisów ochrony środowiska oraz instrukcji organizatora na ten temat.

IX.2 Teren poza ścieżkami oraz ścieżki ogłoszone jako zakazane przez organizatora są niedostępne dla zawodników (oraz innych obecnych osób, o ile organizator im na to nie pozwoli). Zaleca się wyraźne znakowanie dróg zakazanych w terenie i na mapie. Zawodnicy, którzy celowo wejdą w teren zakazany, są dyskwalifikowani.

IX.3 Trasy obowiązkowe i wszystkie dozwolone przejścia przez zakazany teren powinny być wyraźnie zaznaczone na mapie i w terenie. Zawodnicy powinni pokonać pełną długość każdej wyznakowanej sekcji trasy.

IX.4 Organizator może wyznaczyć część trasy jako odcinek jednokierunkowy. Odcinek ten musi być wyraźnie oznaczony na mapie i w terenie. Zawodnik, który porusza się po tym odcinku, może się zatrzymać, ale nie może cofnąć się w kierunku początku odcinka. Zawodnik, który opuści odcinek, nie może do niego wrócić. Zaleca się, aby przy każdym odcinku jednokierunkowym znajdował się sędzia.

X Opis punktu kontrolnego

X.1 Dokładne umiejscowienie punktu kontrolnego w terenie powinno być pokazane przez środek kółka na mapie oraz opis punktu kontrolnego.

X.2 Opisy punktów kontrolnych powinny być pokazane za pomocą piktogramów zgodnych z aktualnymi przepisami *IOF Control Descriptions*.

X.3 W kolumnie B powinny znajdować się literowe oznaczenia pokazujące ilość lampionów na danym stanowisku (n.p. A-C dla 3 lampionów).

X.4 Gdy jest to przydatne, strzałka w kolumnie H powinna pokazywać kierunek patrzenia z punktu decyzyjnego do lampionów.

X.5 Opisy punktów kontrolnych powinny zawierać limit czasu etapu.

X.6 Opisy punktów kontrolnych, ułożone w prawidłowej kolejności, powinny być wydrukowane na lub przymocowane do przedniej strony mapy.

XI Wyposażenie punktu kontrolnego

XI.1 Punkt kontrolny zaznaczony na mapie powinien być wyraźnie oznaczony w terenie przy użyciu grupy rozstawionych w pobliżu kółka lampionów.

XI.2 Należy używać standardowych przestrzennych lampionów (w dzień) lub odbłaskowych tyczek (w nocy).

XI.3 Lampiony powinny być ustawione tak, aby wszystkie były wyraźnie widoczne dla zawodników co najmniej z bliskiej okolicy punktu decyzyjnego. Zazwyczaj jeden z lampionów jest ustawiony w prawidłowej (środek kółka i dobry opis) pozycji, ale możliwe jest, że wszystkie stoją źle, a prawidłową odpowiedzią jest Z (Zero).

XI.4 Wszystkie lampiony w jednej grupie powinny znajdować się na tej samej wysokości nad ziemią. Niedozwolone jest radzenie sobie z problemami z widocznością któregoś z lampionów przez użycie dłuższej lub krótszej tyczki.

XI.5 Dla punktów kontrolnych PreO, punkt decyzyjny jest oznaczony w terenie, ale nie jest zaznaczony na mapie. Dla stanowisk czasowych, rolę punktu decyzyjnego spełnia

miejsce, w którym zawodnik siedzi. Miejsce to musi być na mapie, ale nie jest na niej zaznaczane.

XI.6 Lampiony oznaczane są literami, od lewej do prawej, patrząc z punktu decyzyjnego, niezależnie od ich odległości od zawodnika.

XI.7 Lampiony zagrożone zgięciem w trakcie zawodów powinny być pilnowane.

XII Potwierdzanie punktów kontrolnych

XII.1 W zawodach orientacji precyzyjnej należy używać elektronicznego systemu potwierdzeń dopuszczonego przez IOF lub papierowych kart startowych wypełnianych przez zawodnika (na punktach kontrolnych bez pomiaru czasu) lub sędziego (na stanowiskach czasowych).

XII.2 Elektroniczny system potwierdzeń spoza listy dopuszczonych przez IOF może być używany wyłącznie razem z papierowymi kartami służącymi jako system zapasowy.

XII.3 Jeżeli karta startowa jest jedynym systemem potwierdzeń, musi być wypełniana w dwóch kopiach. Dodatkowo, w konkurencji PreO, karta musi być wykonana z odpornego na warunki zewnętrzne materiału (lub chroniona dodatkowo, n.p. foliowym woreczkiem lub przezroczystą taśmą), a każde pole do potwierdzania musi być kwadratem o boku co najmniej 13 mm.

XII.4 Z dwóch kopii karty startowej, jedna jest używana przez sędziego do obliczenia wyników, drugą zachowuje zawodnik.

XII.5 Podczas zawodów PreO zawodnik rejestruje swoje odpowiedzi samodzielnie, przy użyciu wyposażenia trasy. Punkt potwierdzania powinien znajdować się niedaleko punktu decyzyjnego. Zawsze powinien znajdować się na nim perforator. W przypadku używania elektronicznego systemu potwierdzeń znajduje się tam także odpowiednie wyposażenie do obsługi tego systemu.

XII.6 Jeżeli, podczas zawodów PreO, używany system na to pozwala (tzn. konieczne wyposażenie jest lekkie, nie przeszkadza zawodnikowi, a nie posiadającym go zawodnikom organizator może je wypożyczyć), organizator może nie rozstawiać punktów potwierdzania. W takim przypadku zawodnik może potwierdzać punkty w dowolnym miejscu trasy. Przykłady takich systemów to:

- Karta startowa + własny perforator zawodnika,
- Aplikacja mobilna pozwalająca na potwierdzanie punktów kontrolnych przy użyciu telefonu lub tabletu.

XII.7 Ostatni biuletyn zawodów powinien zawierać szczegółowe informacje na temat głównego i zapasowego systemu potwierdzania i instrukcje używania tych systemów oraz postępowania w wypadku ich awarii.

XII.8 Za prawidłowe potwierdzenie swojego wyboru odpowiedzialni są zawodnicy.

XII.9 Jeżeli dla danego punktu potwierdzona zostanie więcej niż jedna możliwość odpowiedzi, odpowiedź jest automatycznie uznawana za nieprawidłową. Wielokrotne potwierdzenie tej samej możliwości nie jest karane.

XII.10 Zmiana odpowiedzi przez zawodnika po dokonaniu potwierdzenia nie jest dozwolona.

XII.11 Zawodnicy, którzy zgubią kartę startową lub elektroniczny rejestrator potwierdzeń, nie są klasyfikowani.

XII.12 Używany system potwierdzeń powinien umożliwiać zawodnikom takie rejestrowanie swojego wyboru, żeby wyboru nie widzieli inni zawodnicy.

XIII Z-tolerancja

XIII.1 Organizator podczas zawodów ustala i ogłasza (najpóźniej w ostatnim biuletynie) obowiązującą na zawodach minimalną odległość między prawidłowym miejscem, a najbliższym lampionem dla wszystkich punktów kontrolnych, gdzie prawidłową odpowiedzią jest Z. Odległość ta wynosi co najmniej 4 metry

XIII.2 Z-tolerancja nie jest narzędziem do ukrywania niedokładności organizatora i prawidłowy lampion na punktach, gdzie prawidłowa odpowiedź jest inna niż Z, nadal powinien być ustawiony w miejscu środka kółka (oraz zgodnie z opisem) z tak dużą precyzją, jaka jest możliwa do osiągnięcia.

XIV Wyposażenie zawodników

XIV.1 Zawodnicy startują w dowolnie wybranym ubraniu i butach.

XIV.2 Jeżeli organizator wprowadzi obowiązek używania numerów startowych, zawodnicy powinni nosić je widoczne. Numery nie powinny być większe niż 25x25 cm, cyfry powinny mieć co najmniej 10 cm wysokości. Numerów startowych nie można zaginać ani ciąć.

XIV.3 Zawodnik na trasie może używać wyłącznie map etapu dostarczonych przez organizatora i kompasu. Dozwolone jest także używanie krokomierza i lupy.

XIV.4 Zabronione jest używanie:

- Sprzętu do widzenia na odległość (lornetka, luneta itp.),
- Sprzętu umożliwiającego komunikację z inną osobą (oprócz potrzeby wezwania pomocy medycznej),
- Elektronicznego sprzętu nawigacyjnego, z którego zawodnik na trasie odczytuje informacje (dozwolone są zegarki wyposażone w GPS, ale nie mogą wyświetlać mapy).

XV Asystent

XV.1 Zawodnik, którego stan zdrowia znacząco utrudnia poruszanie się po trasie i/lub potwierdzanie punktów kontrolnych, ma prawo wyruszyć na trasę w towarzystwie asystenta. Prawo to przysługuje zarówno zawodnikom stale niepełnosprawnym, jak i tymczasowo kontuzjowanym.

XV.2 Asystent ma za zadanie być wyłącznie pomocą fizyczną. Asystent nie może pomagać zawodnikowi w wybieraniu odpowiedzi na punktach kontrolnych.

XV.3 Asystent może poruszać się wyłącznie po trasie, nie może wchodzić w teren zakazany dla zawodników.

XV.4 Komunikacja między zawodnikiem a asystentem powinna być cicha oraz ograniczona do niezbędnego minimum, aby nie przeszkadzała innym zawodnikom znajdującym się na trasie.

XV.5 W zawodach niezgłoszonych do CTZ asystent może także wystartować z własną mapą. W zawodach PreO otrzymuje taki sam czas startu i limit czasu, co zawodnik, któremu pomaga. Na stanowiskach czasowych powinien zgłaszać się bezpośrednio przed tym zawodnikiem. W takim przypadku asystent musi pamiętać, że priorytetem powinna być pomoc fizyczna dla zawodnika, własnym pokonaniem trasy powinien zajmować się tylko w czasie, gdy pomoc nie jest potrzebna.

XVI Start

- XVI.1 Start może być interwałowy (zalecany w zawodach indywidualnych) lub masowy (zalecany w sztafetach).
- XVI.2 W przypadku rozgrywania kwalifikacji i finałów, pierwszy start w finale powinien być co najmniej 2 godziny od zakończenia kwalifikacji i co najmniej godzinę od ogłoszenia ich ostatecznych wyników. W przypadku stosowania kwarantanny, zasady te, zamiast godziny pierwszego startu, dotyczą godziny, do której zawodnicy startujący w finale muszą znaleźć się w kwarantannie. Kwarantanna powinna być odpowiednio wyposażona, aby zawodnicy mogli w niej przebywać dłuższy czas (osłona przed deszczem/słońcem, toaleta, miejsce do siedzenia, woda). Organizator może zakazać wnoszenia elektronicznych urządzeń do komunikacji do kwarantanny.
- XVI.3 W zawodach CTZ powinna być zorganizowana strefa startu. Wstęp do strefy startu mają wyłącznie organizatorzy, zawodnicy (którzy jeszcze nie wystartowali) i inni członkowie ekip.
- XVI.4 Organizator zawodów może na starcie zorganizować kwarantannę. W takim przypadku ogłaszana jest godzina, do której wszyscy zawodnicy muszą znaleźć się w jej strefie. Zawodnicy, którzy w momencie zamknięcia kwarantanny nie znajdują się tam, lub opuszczą tę strefę inaczej niż startując, nie mogą wystartować.
- XVI.5 Organizator może wypuszczać zawodników na trasę PreO z pre-startu (rozwiązanie to stosuje się głównie gdy przed startem znajduje się stanowisko czasowe). Miejsce to powinno być wyposażone w zegar, a nazwiska startujących zawodników powinny być wyświetlane na ekranie lub wywoływane przez sędziego. Za pre-startem mogą znaleźć się wyłącznie zawodnicy oraz przedstawiciele mediów.
- XVI.6 Na starcie trasy PreO zawodnik bierze mapę i rozpoczyna pomiar czasu. Start powinien być wyposażony w zegar. Jeżeli nie ma pre-startu, start spełnia także jego funkcję i dotyczą go przepisy punktu XII.5.
- XVI.7 Zawodnicy są odpowiedzialni za wzięcie właściwej mapy. Jeżeli na starcie dostępne są różne mapy, informacja pozwalająca zawodnikowi wybrać właściwą powinna być wyraźnie podana na odwrocie mapy.
- XVI.8 Trójkąt na mapie powinien pokazywać miejsce, gdzie zaczyna się orientacja w terenie. Ponieważ w orientacji precyzyjnej nie jest problemem, to, że zawodnicy oczekujący na start widzą, w którą stronę odchodzą ich poprzednicy, zaleca się, aby było to miejsce startu pomiaru czasu. Jeżeli jest to inne miejsce, powinno być oznaczone w terenie lampionem. Zawodnicy na trasie nie mogą cofać się z powrotem za miejsce startu pomiaru czasu.
- XVI.9 Zawodnicy, którzy spóźnią się na start, mogą wystartować. Przy starcie masowym powinni wystartować tak szybko, jak to możliwe. Przy starcie interwałowym w PreO powinni wystartować w najbliższej połowie interwału (lub natychmiast, jeżeli spóźnili się o mniej niż połowę interwału). W TempO spóźniony zawodnik wypuszczany jest na końcu listy lub umieszczany między innymi zawodnikami, o momencie startu decyduje sędzia startu.
- XVI.10 Jeśli zawodnik spóźnił się na start ze swojej winy, czas liczy się od oryginalnego momentu startu. Jeśli spóźnił się z winy organizatora, czas liczy się od momentu kiedy wystartował. Przy wydawaniu mapy sędzia startu informuje spóźnionego zawodnika o tym, od kiedy liczy się czas.

XVII Odcinek bez pomiaru czasu

XVII.1 Na trasie może być wyznaczony odcinek bez pomiaru czasu. W takim przypadku na obu jego końcach powinien być zapisywany czas przejścia zawodników, aby czas pokonania tego odcinka mógł być odjęty od całkowitego czasu trasy.

XVII.2 Na odcinku bez pomiaru czasu zawodnik nie powinien widzieć żadnych lampionów na punktach kontrolnych, których jeszcze nie rozwiązał. Podczas odcinka bez pomiaru czasu organizator może zastosować wymianę mapy.

XVIII Meta i czas na trasie

XVIII.1 Trasa dla zawodnika kończy się w momencie przekroczenia linii mety.

XVIII.2 Czas spędzony na trasie nie ma znaczenia, o ile zawodnik nie przekroczy wyznaczonego limitu.

XVIII.3 Czas mety powinien być mierzony na mecie lub przed-mecie (gdy przed właściwą metą jest jeszcze stanowisko czasowe lub odcinek bez pomiaru czasu). Czas powinien być zaokrąglony w dół do pełnych sekund i podawany w godzinach, minutach i sekundach (lub tylko minutach i sekundach).

XVIII.4 Dojście do mety może być wyznakowane, n.p. taśmą.

XVIII.5 Meta nie jest punktem kontrolnym i jej dokładna pozycja powinna być oczywista dla zbliżających się zawodników.

XVIII.6 Zawodnik, który ukończył trasę, powinien oddać sędziemu kartę startową lub dokonać odczytu zapisanych elektronicznie odpowiedzi. Organizator może także zabierać zawodnikom mapy na mecie (powinien wtedy rozdać je z powrotem gdy tylko będzie to możliwe).

XVIII.7 Dla trasy PreO powinien być wyznaczony limit czasu. Limit wynosi 3 minuty za każde 100 metrów trasy i 3 minuty za każdy punkt kontrolny. Limit może być wydłużony jeżeli na trasie występują duże różnice wysokości, nierówna nawierzchnia lub inne czynniki utrudniające poruszanie się. Limit może być wydłużony dla wszystkich zawodników lub wyłącznie dla zawodników kategorii P.

XVIII.8 Opóźnienia na trasie, powstałe nie z winy zawodnika, muszą być zarejestrowane i odjęte od końcowego czasu.

XVIII.9 Zawodnik, który przekroczy limit czasu, zostaje ukarany odjęciem jednej prawidłowej odpowiedzi za każde rozpoczęte 5 minut spóźnienia.

XVIII.10 Na trasie TempO nie wyznacza się limitu czasu na pokonanie trasy.

XVIII.11 Limit czasu na odpowiedź na stanowisku czasowym wynosi 30 sekund pomnożone przez liczbę map na tym stanowisku.

XVIII.12 Na mecie powinni znajdować się ludzie i sprzęt potrzebny do udzielenia pierwszej pomocy, gotowi także do pracy w terenie zawodów.

XIX Wyniki

XIX.1 Podczas zawodów PreO każda prawidłowa odpowiedź (oprócz stanowiska czasowego) warta jest 1 punkt.

XIX.2 Na stanowisku czasowym podczas zawodów PreO, wynik zawodnika równy jest czasowi spędzonemu na udzielaniu odpowiedzi z dodaną karą 60 sekund za każdą nieprawidłową odpowiedź. Podczas zawodów TempO kara za nieprawidłową odpowiedź wynosi 30 sekund.

- XIX.3 Podczas zawodów PreO zawodnicy klasyfikowani są według zdobytych punktów. Przy tej samej liczbie punktów, drugim kryterium klasyfikacji jest suma wyników ze wszystkich stanowisk czasowych.
- XIX.4 Podczas zawodów TempoO zawodnicy klasyfikowani są według sumy wyników ze wszystkich stanowisk czasowych.
- XIX.5 Podczas sztafety, zawodów z częścią PreO i TempoO, lub dla sporządzenia klasyfikacji generalnej zawodów wieloetapowych, zawodnicy (lub zespoły) klasyfikowani są według sumy wyników ze wszystkich stanowisk czasowych z dodatkową karą 60 sekund za każdą nieprawidłową odpowiedź (i każdą prawidłową odpowiedź odjętą za spóźnienie) w części PreO.
- XIX.6 Punkt kontrolny, który zostanie uznany za niesprawiedliwy i anulowany, jest usuwany z wyników zawodów. Powody anulowania punktu muszą być ogłoszone. Jeśli anulowany jest punkt na stanowisku czasowym, anulowane musi być całe stanowisko.
- XIX.7 Zawodnicy lub zespoły, które ukończą zawody z tym samym wynikiem, są klasyfikowane na tym samym miejscu.

XX Fair play

- XX.1 Wszystkie osoby biorące udział w zawodach powinny przestrzegać zasad fair play. Osoby te powinny zachować sportową postawę i ducha przyjaźni. Zawodnicy powinni szanować się wzajemnie, użytkownicy wózków muszą mieć pierwszeństwo wyboru strony ścieżki lub drogi najbliższej punktom kontrolnym i możliwość ustawienia się w punkcie podejmowania decyzji przed zawodnikami chodzącymi. Zawodnicy powinni zachowywać się na terenie zawodów tak cicho, jak to jest możliwe.
- XX.2 Prośzenie o pomoc lub korzystanie z pomocy technicznej ze strony innych zawodników lub ich asystentów lub udzielanie pomocy innym zawodnikom jest zabronione, jednak obowiązkiem wszystkich znajdujących się na trasie osób jest udzielenie pomocy każdemu zawodnikowi poszkodowanemu w wyniku nieszczęśliwego wypadku.
- XX.3 Sędziowie i inne osoby (np. przedstawiciele mediów) nie powinni na terenie zawodów przeszkadzać lub pomagać zawodnikom, za wyjątkiem uzasadnionej pomocy fizycznej na odcinkach trasy trudnych do pokonania.
- XX.4 Zawodnik, który przekroczył linię mety, nie może wrócić w teren bez zgody organizatora. Zaleca się, aby zawodnicy mieli możliwość powrotu na trasę po rozdaniu map wzorcowych, a przed usunięciem z terenu punktów kontrolnych.
- XX.5 Organizator musi zatrzymać (a następnie opóźnić lub anulować) zawody, gdy trasa z dowolnego powodu stanie się niebezpieczna dla zawodników lub innych przebywających tam osób.
- XX.6 Zakazane jest organizowanie zakładów dotyczących zawodów przez uczestniczących w nich zawodników, członków zespołów i organizatorów, a także ich udział w promocji takich zakładów, a także w praktykach korupcyjnych, w tym ustalaniu wyników, manipulacji wynikami, zaniżaniu własnych wyników dla osiągnięcia korzyści, przyjmowaniu i dawaniu łapówek, przekazywaniu informacji wewnętrznych itp.