



Mistrzostwa Polski

w biegu na orientację
16-17 maja 2026 | Świdnica

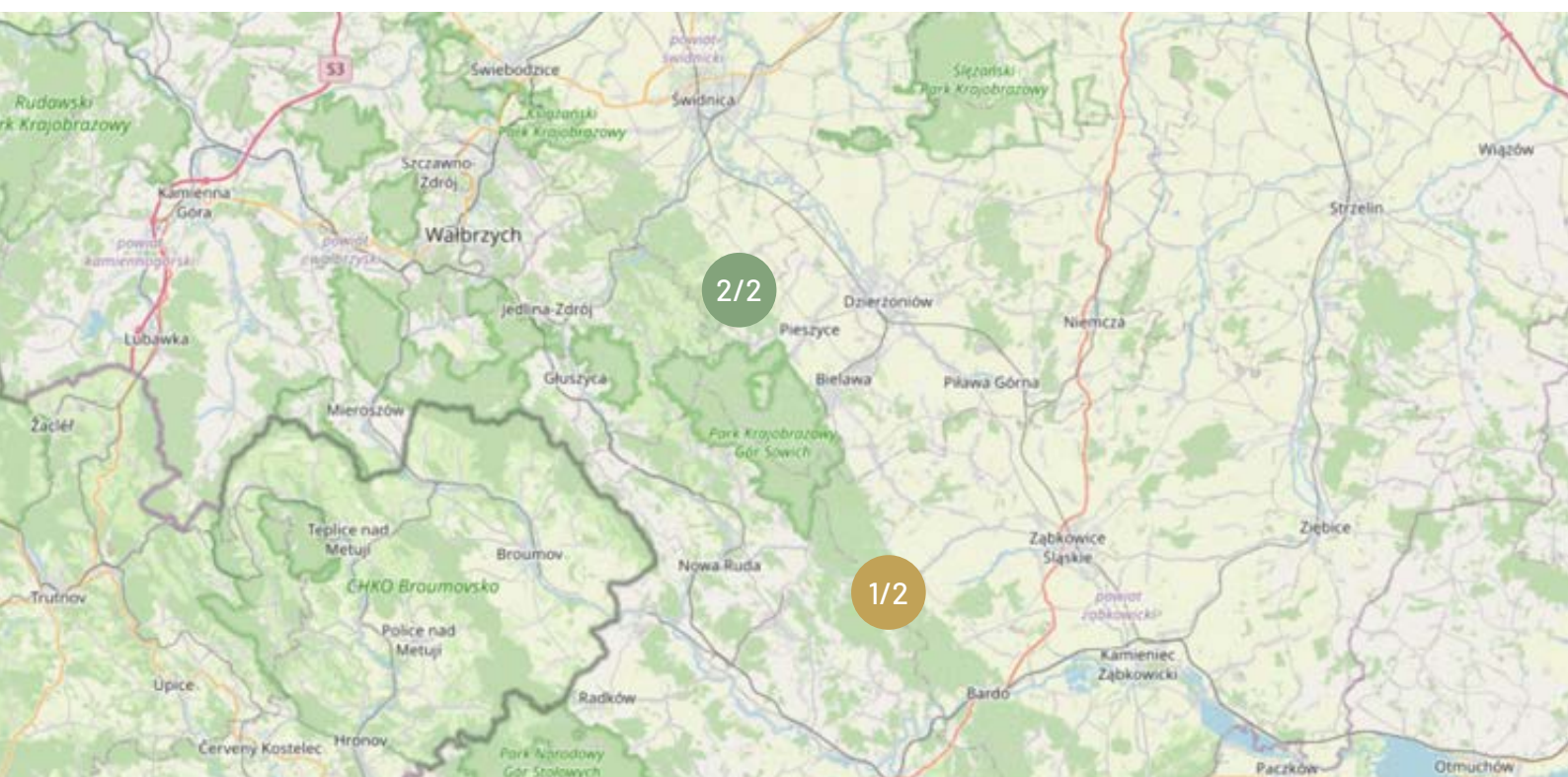


Słowo wstępne

Są zawody, które wpisuje się w kalendarz. I są takie, do których się dochodzi – mentalnie, treningowo, krok po kroku. Mistrzostwa Polski w biegu na orientację 2026 należą do tej drugiej grupy. W okolicach Świdnicy, na styku Gór Bardzkich i Gór Sowich, czeka teren, który wymaga uważności, pokory i odwagi w decyzjach. To góry, w których wariant nie zawsze jest oczywisty, a rytm biegu potrafi zmieniać się z minuty na minutę. Idealna prze-

strzeń zarówno dla klasycznego biegu indywidualnego, jak i sztafety, gdzie każdy wybór ma konsekwencje nie tylko dla siebie. Wierzmy, że te dwa dni będą prawdziwym sprawdzianem orientacyjnej dojrzałości oraz doświadczeniem, które zostaje w pamięci na długo.

- Wojtek Dwojak i Jacek Morawski





Organizator

Dolnośląski Związek Orientacji Sportowej
ul. Borowska 1-3
50-529 Wrocław
mail: mp2026@dzos.pl

Współorganizator

Polski Związek Orientacji Sportowej
Fundacja Slow Event

Zespół

Kierownik Zawodów **Wojciech Dwojak** (tel. 695 730 797)
Sędzia Główny **Jacek Morawski**
Budowa tras **Wojciech Dwojak, Jacek Morawski**
Kontroler PZOS **Marcin Ciszek**

Partnerzy

Miasto Świdnica
Gmina Świdnica
Lasy Państwowe

Ranga i forma

Sobota Mistrzostwa Polski w klasycznym biegu
MP na orientację, indywidualne zawody rankingowe zaliczane do kalendarza CTZ z maksymalną liczbą punktów 1300.
klasyk

Niedziela Mistrzostwa Polski w sztafetowym biegu
MP na orientację, sztafety 3-osobowe, zaliczane do kalendarza CTZ.
sztafety

Warunki udziału

W kategoriach sportowych Mistrzostw Polski mogą startować wyłącznie zawodnicy spełniający warunki zawarte w Przepisach BnO oraz Regulaminach Sportowych obowiązujących w roku 2026.



Zgłoszenia

Zgłoszenia przyjmowane do dnia **4.05.2026** (poniedziałek):
• na bieg klasyczny do kategorii sportowych oraz na obydwie dni do kategorii popularyzacyjnych przez formularz zgłoszeniowy na [stronie PZOS](#)
• na bieg sztafetowy przez [formularz](#) (liczba sztafet)

Zmiany

Do dnia **4.05.2026** istnieje możliwość bezpłatnej modyfikacji swojego zgłoszenia (w tym jego usunięcia). W przypadku rezygnacji ze startu po tym terminie osoby zgłoszone zostaną obciążone równowartością 100% wpisowego, a wpłacone wpisowe nie podlega zwrotowi.

16-17.05.2026



mp2026.dzos.pl



Kategorie sportowe

Sobota
MP klasyk
KM16, KM18, KM20, KM21, KM35, KM40,
KM45, KM50, KM55, KM60, KM65, KM70,
KM75, KM80, KM85, KM90

Niedziela
MP sztafety
K16, M16, K18, M18, K21, M21, K105, M105,
K140, M140, M175

Kategorie popularyzacyjne

	Dystans	Trudność	Opis
Rodzinna	1,5-2,0 km	łatwa	krótka trasa dla rodzin i najmłodszych
Krótką	2,0-3,0 km	łatwa	coś dla początkujących, którzy rozpoczynają przygodę z orientacją
Średnia	3,0-4,0 km	średnia	trasa dla tych, którzy potrafią się trochę orientować
Challenge	3,5-5,0 km	trudna	krótka, ale wymagająca technicznie trasa dla lubiących wyzwania
Ultra	4,0-7,0 km	trudna	wymagająca technicznie trasa dla fanów leśnych przygód

Zawodnicy kategorii popularyzacyjnych nie mają przypisanego czasu startu.

Wpisowe

Sobota MP klasyk			Niedziela MP sztafety				
Rodzinna	KM16-20	KM21-60	K16, M16, K18, M18, M175	K21, M21, K105, M105, K140, M140	Rodzinna Krótką	Średnia	Challenge Ultra
Krótką	KM65 i starsi Średnia	Challenge Ultra					
20 zł	45 zł	60 zł	135 zł	180 zł	20 zł	45 zł	60 zł

Płatności

Dolnośląski Związek Orientacji Sportowej
ul. Borowska 1-3
50-529 Wrocław
Nr konta: 87 1160 2202 0000 0002 3017 7716

W tytule przelewu należy wpisać hasło „MP” oraz nazwę klubu (imię i nazwisko zawodnika), za który wnoszona jest opłata.

Zapotrzebowanie na faktury prosimy zgłaszać poprzez formularz dostępny na stronie mp2026.dzos.pl.

16-17.05.2026



mp2026.dzos.pl



1/2

MP klasyk

Mistrzostwa Polski w biegu klasycznym
16.05.2026 (sobota)

Centrum Zawodów

Boisko piłkarskie w miejscowości Żdanów

GPS: 50.55954, 16.65350

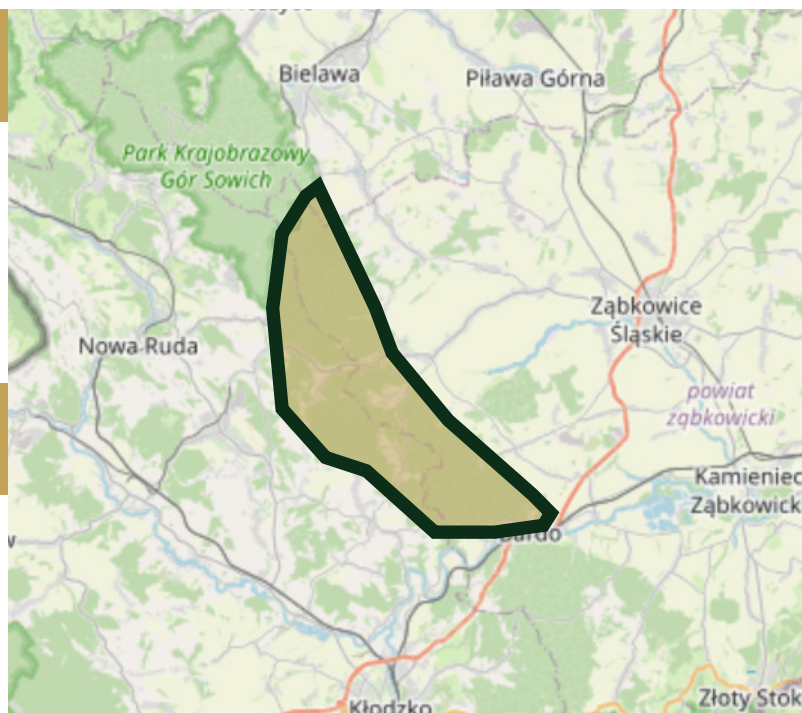
Bieg klasyczny w Żdanowie będzie najbardziej wymagającym akcentem całych mistrzostw. Duże, miejscami wręcz ekstremalne przewyższenia, wymuszą bardzo dobre przygotowanie siłowe i umiejętne gospodarowanie energią. Górski teren zaoferuje ogromne możliwości wariantowe, nagradzając odwagę i czytanie rzeźby terenu. To surowy test formy, koncentracji i decyzji.

Program

12:00	start pierwszych zawodników MP
14:00	start kategorii popularyzacyjnych
17:00	zakończenie zawodów
19:30	dekoracja w Świdnicy

Mapa

Skala:	1:7 500, 1:10 000, 1:15 000
Warstwy:	5 m
Autorzy:	Wojciech Dwojak, Jacek Morawski
Aktualność:	maj 2026
Symbolika:	ISOM 2017-2
Archiwalne mapy:	1992-13-433-WB



Teren zamknięty

Teren zamknięty oznaczono na mapie po prawej oraz [tutaj](#). Zakazane jest przebywanie na całym terenie zamkniętym - dotyczy to zarówno chodzenia, biegania, jazdy na rowerze lub na nartach, itp. Zabrania się organizacji zawodów w Orientacji Sportowej.

16-17.05.2026



mp2026.dzos.pl

2/2

MP sztafety

Mistrzostwa Polski w biegu sztafetowym
17.05.2026 (niedziela)

Sztafety rozegrane zostaną w całkowicie nowym terenie, który pozwoli na szybkie bieganie, ale jednocześnie będzie wymagał bardzo precyzyjnego czytania mapy. To las, w którym tempo łatwo zgubić przez drobny błąd nawigacyjny. Kompaktowe Centrum Zawodów, z pięknym widokiem na Ślężę, stworzy wyjątkową oprawę dla emocjonującej rywalizacji od startu do ostatniej zmiany.

Centrum Zawodów

Łąka w Lutonii Górnej

GPS: 50.737120, 16.529712

Program

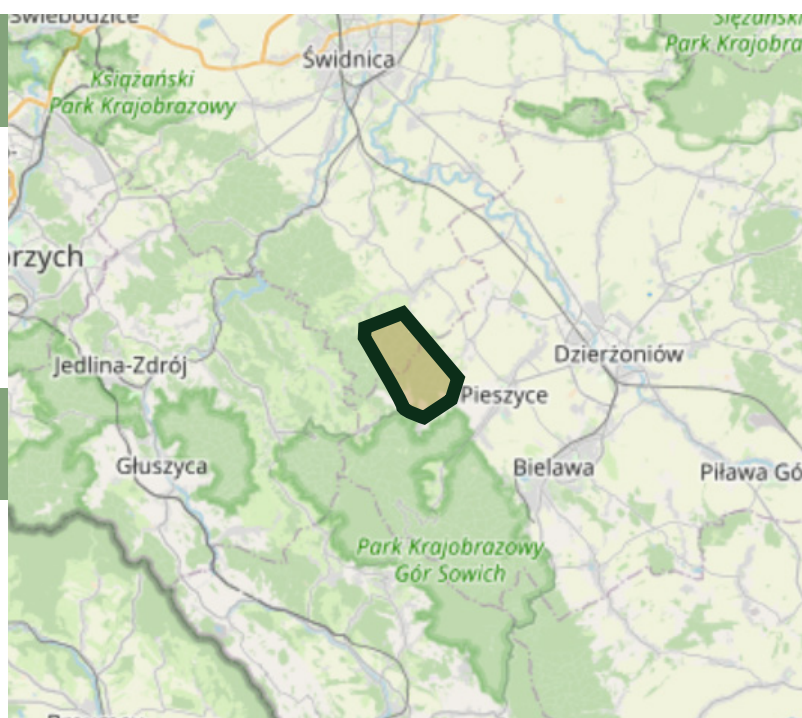
10:30 start pierwszych zawodników MP
12:30 start kategorii popularyzacyjnych
14:00 zakończenie zawodów i dekoracja

Mapa

Skala: 1:7 500, 1:10 000
Warstwy: 5 m
Autorzy: Wojciech Dwojak, Jacek Morawski
Aktualność: maj 2026
Symbolika: ISOM 2017-2
Archiwalne mapy: brak

Teren zamknięty

Teren zamknięty oznaczono na mapie po prawej oraz [tutaj](#). Zakazane jest przebywanie na całym terenie zamkniętym - dotyczy to zarówno chodzenia, biegania, jazdy na rowerze lub na nartach, itp. Zabrania się organizacji zawodów w Orientacji Sportowej.



16-17.05.2026



mp2026.dzos.pl



Wypożyczenie SI

Istnieje możliwość wypożyczenia karty SPORTident od organizatora w cenie 5 zł/bieg. Zapotrzebowanie prosimy zgłaszać drogą mailową (mp2026@dzos.pl) do dnia 4.05.2026. Płatności za wypożyczenie karty SPORTident prosimy dokonywać przelewem wraz z płatnością za wpisowe.

Trening

W tygodniu przed zawodami dostępny będzie bezpłatny trening w terenie zbliżonym do terenu zawodów. Dostępna będzie mapa w skali 1:7 500, 1:10 000 oraz 1:15 000. Punkty w terenie oznaczone będą wstążkami. Więcej informacji dostępnych będzie na mp2026.dzos.pl.

Potwierdzanie PK

Na zawodach wykorzystany będzie elektroniczny system potwierdzania punktów SPORTident. Stacje będą działały w trybie bezdotykowym (AIR+).



Środowisko

Poszanowanie otaczającej nas natury jest niezwykle ważne, dlatego podczas zawodów będziemy starali się jak najbardziej ograniczyć negatywny wpływ naszej imprezy na środowisko, między innymi poprzez minimalizowanie ilości wytwarzanych odpadów oraz zastępowanie plastiku produktami z papieru.

Nagrody

Medale, dyplomy i upominki dla czołowych trójek Mistrzostw Polski i Mistrzostw Polski Weteranów. Dyplom dla zawodników miejsc 4-6 Mistrzostw Polski.

W kategoriach popularyzacyjnych nagradzamy jedynie wszystkich uczestników kategorii Rodzinna (dekoracja za obydwa dni w niedzielę).

Dodatkowe informacje

- Organizator zapewnia opiekę medyczną w czasie trwania zawodów.
- Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej.
- Organizator nie ponosi kosztów ubezpieczenia indywidualnego.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w programie zawodów.
- Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania zawodów ze względu na wystąpienie siły wyższej.

- Organizator zastrzega sobie prawo do ostatecznej interpretacji niniejszego Biuletynu.
- Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku na stronie mp2026.dzos.pl, w mediach społecznościowych organizatora oraz w innych materiałach promocyjnych.
- Zgłoszenie na zawody jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Biuletynu.
- Informacje o zawodach znajdują się na stronie mp2026.dzos.pl.



Sponsor



Partnerzy



Miasto Świdnica



Gmina Świdnica




Lasy Państwowe

16-17.05.2026



mp2026.dzos.pl



J^{WOC} 2027

JUNIOR WORLD
ORIENTEERING
Championships
July 11 ——— 17
Dolny Śląsk ———
POLAND ———

Sudety Cup

2026

Góry Orlickie
Orlické hory

1/4

Siwa Skala

bieg średniodystansowy
30.07.2026

2/4

Góra Kłobuk

bieg klasyczny
31.07.2026

3/4

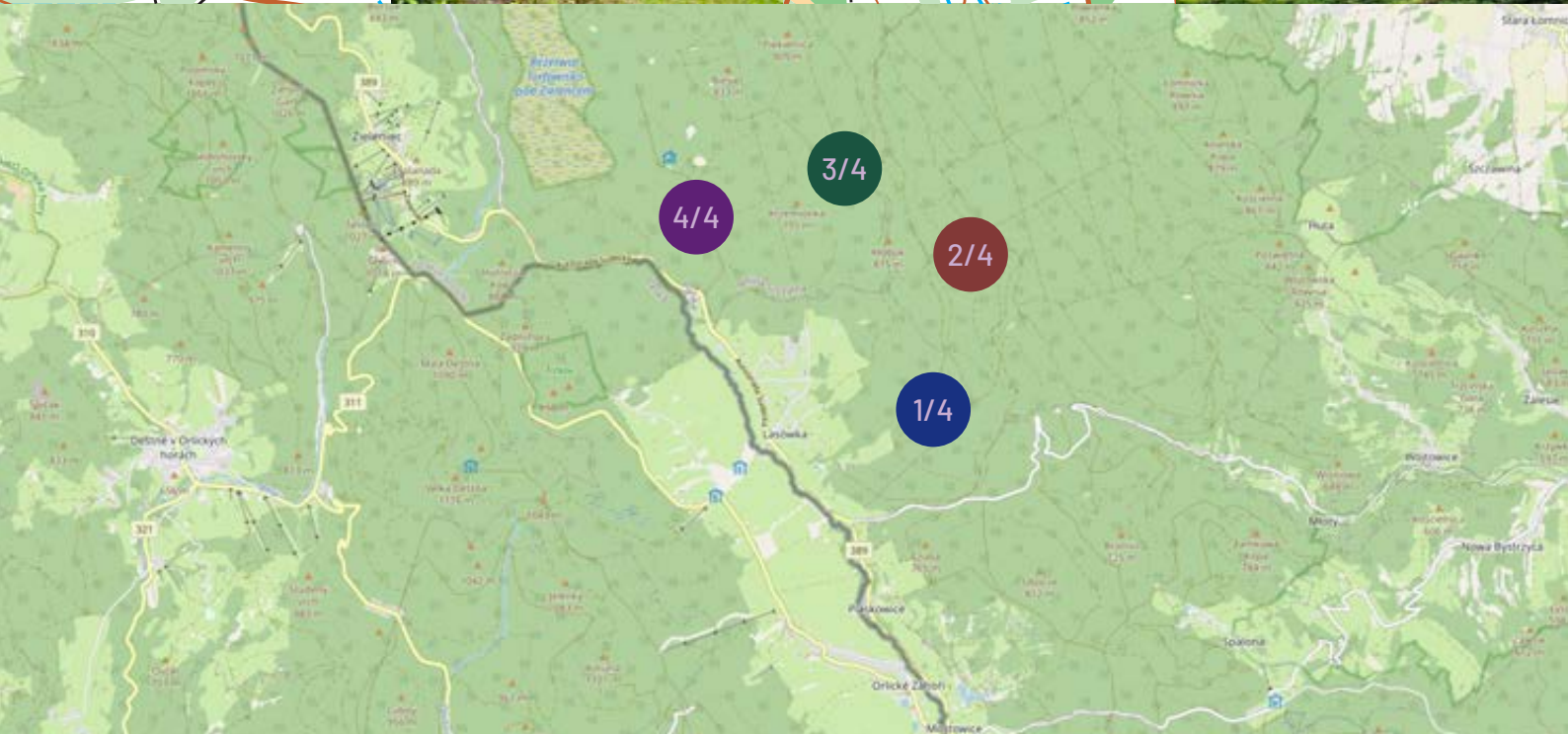
Mostowy Potok

bieg średniodystansowy
1.08.2026

4/4

Dzika Orlica

bieg pościgowy
2.08.2026



30.07-2.08.2026

Sudety
Cup

sudetycup.pl

MAZURY CUP...→

2026

RUCIANE-NIDA

1/3

JEZIORO MAŁZY

bieg średniodystansowy
27.06.2026

2/3

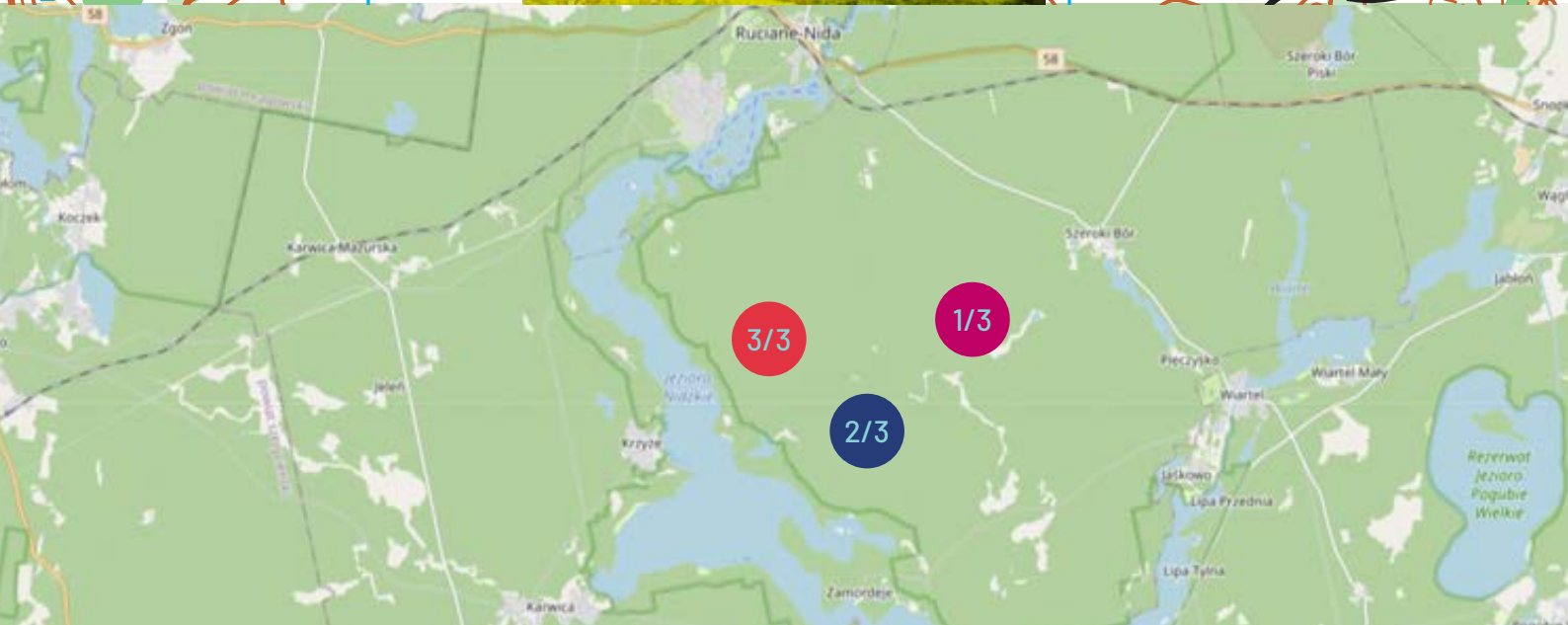
ZAMORDEJE MAŁE

bieg klasyczny
28.06.2026

3/3

JEZIORO NIDZKIE

bieg pościgowy
29.06.2026



27-29.06.2026

MAZURY
CUP...→

mazurycup.pl