

2026



Mistrzostwa Polski w długodystansowym biegu na orientację

Mała Karczma - Rakówko, gm. Gniew - 18.10.2026 r.

Biuletyn Techniczny

1. Organizator

Fundacja Zielony Sport

82-500 Kwidzyn, ul. Grudziądzka 22/3A, <https://fundacjazielonysport.pl/>

przy współpracy z:

Uczniowski Międzyszkolny Klub Sportowy w Kwidzynie, <https://umkskwidzyn.pl/>

82-500 Kwidzyn, ul. Warszawska 13

na zlecenie:

Polskiego Związku Orientacji Sportowej

00-024 Warszawa, Al. Jerozolimskie 30/21, <https://orienteering.org.pl/home>

2. Partnerzy i sponsorzy

Miasto i Gmina Gniew

WZPOW „Kwidzyn” w Kwidzynie

CX80 Nowe Skalmierzyce

Hitmark Sp.z.o.o Wyględy k/Warszawy

Nadleśnictwo Starogard

3. Data i miejsce

18.10.2026 r., Mała Karczma / Rakówko, Gmina Gniew

4. Kierownictwo zawodów

Dyrektor Zawodów – Tomasz Müller tel. 500 175 747

Sędzia Główny – Janusz Porzycz

Kontroler Zawodów PZOS – Janusz Porzycz

Budowniczy tras – Bartosz Pawlak

Kartograf – Jarosław Bartczak



MIASTO I GMINA
GNIEW



NADLEŚNICTWO
STAROGARD



POWIAT
KWIDZYŃSKI



hitmark
= robotics



5. Centrum Zawodów

Centrum zawodów znajdować się będzie na drodze leśnej w pobliżu miejscowości Rakówko, 300 m od drogi asfaltowej pomiędzy miejscowością Mała Karczma, a leśniczówką Dębiny, (GPS 53.741263, 18.769525).

6. Program sportowy zawodów

12.04.2026 r. (niedziela)	Praca Biura Zawodów – sekretariat (GPS 53.741263, 18.769525)	10.00 – 10.30
	Start trenerów na trasie towarzyszącej	10.35 – 10.45
	Wydawanie nadajników GPS (sekretariat)	10.40 – 10.45
	Start zawodniczek MP K20	11.00
	Zakończenie zawodów	13.30 – 14.00

7. Forma zawodów

Jednodniowe, indywidualne zawody w biegu na orientację rozgrywane ze startu wspólnego, zaliczane do Rankingu PZOS ze współczynnikiem 1300.

8. Teren zawodów



Zawody, na podstawie decyzji Zarządu PZOS, są powtórzeniem biegu rozgrywanego 10.04.2026 r., który w kategorii K20 został unieważniony ze względu na problem z mapami. Zawody rozegrane zostaną na tym samym obszarze, na terenie Nadleśnictwa Starogard i Gminy Gniew, pomiędzy miejscowościami Opalenie, Mała Karczma, Dębiny i Widlice. Teren zawodów jest wyjątkowo urozmaiconym terenem morenowym, gdzie na niewielkich odległościach występują zarówno obszary o wyjątkowej mikrorzeźbie przechodzącej na małej odległości w duże i miejscami strome zbocza, o przewyższeniach dochodzących do 50m. Cały obszar objęty jest intensywnymi pracami leśnymi, fragmentami bardzo przebieżny, a fragmentami z dużą ilością wycinek i młodych upraw leśnych.

Z dniem ogłoszenia Biuletynu Technicznego na stronie PZOS (13.10.2026 r.), dla zawodniczek i trenerów zawodniczek biorących udział w zawodach, organizator zamknął teren, w którym będą one rozegrane aż do ich startu. Dotyczy to zarówno zatrzymania się jako rezydent, student, w celach biznesowych lub turystycznych oraz zabrania się przebywania z mapą do orientacji sportowej, biegania, biegania na orientację oraz testowania wariantów chodząc, biegając lub jeżdżąc na rowerze.



MIASTO I GMINA
GNIEW



NADLEŚNICTWO
STAROGARD



POWIAT
KWIDZYŃSKI



hitmark
= robotics



9. Centrum zawodów

Centrum Zawodów (CZ), znajdować się będzie na drodze leśnej, na terenie Leśnictwa Pólko. Dojazd wyłącznie od strony miejscowości Mała Karczma, drogą asfaltową w kierunku leśniczówki Dębiny i ostatnie 300m drogą leśną w kierunku wschodnim (GPS 53.741263, 18.769525).

W Centrum zawodów znajdować się będą sekretariat zawodów, parking, toaleta, przebieg widokowy, punkt żywieniowy i miejsce do umycia

Sekretariat – zlokalizowany będzie w centrum zawodów

Parking – bezpłatny, w centrum zawodów

Przebieg widokowy – na trasie zawodniczek znajduje się wytyczony przez centrum zawodów przebieg widokowy, pokonywany przez zawodniczki 2-krotnie. Na przebiegu widokowym znajdować się będzie punkt żywieniowy (ok. 1/3 i 2/3 długości trasy).

Punkt żywieniowy – W punkcie żywieniowym w centrum zawodów dostępna będzie woda i banany. Zawodniczki mogą również pozostawić własne żele i napoje. W terenie znajdować się będą 3 dodatkowe miejsca wodopojowe usytuowane mniej więcej w połowie 1 i 2 pętli biegu.

Namioty – w CZ organizator ustawi namiot przeznaczony na szatnię dla zawodniczek

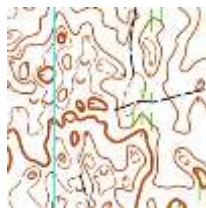
Miejsce do umycia – w centrum zawodów ustawiony będzie namiot z 2 natryskami do umycia

10. Mapa

„Opalenie” – autor mapy Jarosław Bartczak, aktualność marzec 2026 r. z drobnymi aktualizacjami w październiku 2026 r. Mapa wykonana wg norm IOF ISOM 2017-2
Dla kategorii K20 – skala 1:15000, , e- 2,5 m,

Dla trenerów – skala 1:10000, , e- 2,5 m

Mapa obejmuje teren, w którym 12 kwietnia 2026 r. rozgrywane były Mistrzostwa Polski w długodystansowym bno



Mapy formatu A3, dwustronnie drukowane na papierze wodoodpornym i dodatkowo foliowane. Na każdej mapie umieszczone jest nazwisko zawodniczki.

Mapy dla trenerów formatu A4, jednostronnie drukowane na papierze wodoodpornym i dodatkowo foliowane

11. Opisy punktów kontrolnych

Opisy punktów kontrolnych znajdują się wyłącznie na mapach.

12. Parametry tras

Przewidywane czasy zwycięzców zgodne z Regulaminem bno PZOS

Zgodnie z przepisami biegu na orientację Polskiego Związku Orientacji Sportowej, limit czasu biegu wynosi 270 minut

Na trasie trenerów limit wynosi 45 minut.



MIASTO I GMINA
GNIEW



NADLEŚNICTWO
STAROGARD



POWIAT
KWIDZYŃSKI



TRASA	DYSTANS (m]	PRZEWYŻSZENIA	IŁOŚĆ PK	IŁOŚĆ PĘTLI
K20	13.470	350	25	3
Trasa trenerów	4.000	105	10	1

13. Start

Masowy, w centrum zawodów. Zawodniczki ustawiają się na linii startowej na 4 minuty przed godziną „0”. Na linii startowej sędziowie będą udostępniać stacje przedstartowe Clear i Check, a zawodniczki otrzymają zwinięte i zabezpieczone gumką mapy opisane imiennie.

14. Meta

Meta zawodów znajduje się w Centrum zawodów.

15. Uczestnictwo w zawodach

Powtórzony bieg Mistrzostw Polski 2026 w długodystansowym bno jest imprezą zamkniętą i w zawodach mogą startować wyłącznie zawodniczki na stałe startujące w kategorii K20, posiadające licencję sportową PZOS, aktualną na dzień zamknięcia zgłoszeń oraz spełniające wymogi „Regulaminów sportowych bno na rok 2026”

16. Zgłoszenia i listy startowe

Lista startowa zawodniczek została zamknięta. Pełna lista zgłoszonych i listy startowe opublikowana jest na stronie PZOS <https://orienteering.org.pl/pzos/detail/entries/1908> i na stronie organizatora <https://fundacjazielonysport.pl/projekty/mistrzostwa-polski>. Ze względu na druk map i organizację listy startowej, nie ma możliwości przyjęcia dalszych zgłoszeń oraz zgłoszeń na miejscu zawodów.

17. System potwierdzania punktów

Podczas zawodów używany będzie elektroniczny system pomiaru czasu SPORTIdent AIR+.

18. Sędziowanie

Sędziowanie odbywać się będzie w oparciu o aktualnie obowiązujące przepisy PZOS.

19. Wyniki i Livelox

Wyniki zawodów „na żywo” oraz GPS Tracking „na żywo” dostępne będą od godz. 11.00 na stronie organizatora <https://fundacjazielonysport.pl/projekty/mistrzostwa-polski>. W tym samym miejscu dostępny będzie link do Livelox-ów.

20. Opłaty startowe

Za udział zawodniczek w powtórnym biegu Mistrzostw Polski w długodystansowym bno oraz za start trenerów na trasie towarzyszącej, organizator nie pobiera opłat startowych.

21. Zakwaterowanie i wyżywienie

Noclegi i wyżywienie zawodniczek i trenerzy organizują we własnym zakresie.

22. Transport

Dojazd do centrum zawodów kluby i zawodnicy organizują we własnym zakresie.



23. Parking

Parking bezpłatny w Centrum Zawodów

24. Dekoracja zwycięzców:

Zakończenie zawodów i uroczysta dekoracja zwycięzczyń Mistrzostw Polski 2026 w długodystansowym bno w kategorii K20 nastąpi w dniu zawodów 18.10.2026 r. (niedziela) ok. godz. 13.30 - 14.00 (w możliwie najszybszym terminie) w Centrum Zawodów (GPS 53.741130, 18.811531)

25. Nagrody

Za miejsca 1-3 medale i drobne nagrody rzeczowe, miejsca 1-6 dyplomy, dodatkowo medal dla trenera zwyciężczyni biegu.

26 . Uwagi

- wszyscy uczestnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność lub odpowiedzialność instytucji zgłaszających
- kluby i instytucje zgłaszające odpowiedzialne są za posiadanie i aktualność badań lekarskich zgłaszanych zawodników.
- zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie.
- organizator nie ponosi odpowiedzialności za szkody wyrządzone przez zawodników i instytucje zgłaszające.
- Uczestnicy, zgłaszający się na zawody 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

**Do zobaczenia w Gminie Gniew
na Kociewiu**



MIASTO I GMINA
GNIEW



NADLEŚNICTWO
STAROGARD



POWIAT
KWIDZYŃSKI



hitmark
= robotics

