

# Impreza na Orientację

## OPERACJA LIŚĆ DĘBU



W drugą sobotę października zapraszam do Wilczej Woli, na tereny leśne położone wokół zalewu Maziarnia, na trzecią edycję imprezy na orientację OPERACJA LIŚĆ DĘBU.

### Regulamin, Informacje

#### **TERMIN:**

Sobota, 14 października 2023 r.

#### **MIEJSCE:**

Lasy wokół zalewu Maziarnia w Wilczej Woli, teren Nadleśnictwa Kolbuszowa.

Centrum zawodów: parking z wiatą przy ulicy Rzeszowskiej obok leśniczówki Wilcza Wola.

Współrzędne startu: 50.349385, 21.927007

W centrum: biuro zawodów, start i meta.

#### **ORGANIZATOR:**

Klub Imprez na Orientację INO.MANIAK

#### **WSPÓŁORGANIZATOR:**

Podkarpacka Komisja Imprez na Orientację, Nadleśnictwo Kolbuszowa

#### **CELE IMPREZY**

- podnoszenie ogólnej sprawności fizycznej uczestników, • promowanie ruchu i zdrowego stylu życia,
- popularyzacja imprez na orientację jako doskonałej formy niekonwencjonalnego wypoczynku,
- praktyczne potwierdzenie własnych umiejętności w posługiwaniu się mapą i kompasem,
- prezentacja walorów krajoznawczych Nadleśnictwa Kolbuszowa, • wymiana doświadczeń pomiędzy uczestnikami zawodów

#### **UCZESTNICTWO**

Zawody będą się składać z dwóch wersji (do wyboru): pieszych oraz rowerowych zawodów na orientację, gdzie zawodnicy będą musieli znaleźć i potwierdzić punkty kontrolne zaznaczone na mapie.

#### **INFORMACJE**

Na trasie pieszej (biegowej) B-10 i na trasie rowerowej R-30 mogą startować indywidualnie osoby pełnoletnie, które zgłoszą chęć udziału w imprezie i złożą deklarację o właściwym stanie zdrowia uczestników. Dopuszcza się start osób niepełnoletnich (15-18 lat) w drużynie z osobą pełnoletnią, po dostarczeniu pisemnej zgody rodziców lub prawnych opiekunów (dostarczone najpóźniej w dniu imprezy).

#### **FORMA ZAWODÓW**

- Zawodnicy startują indywidualnie (w przypadku osób niepełnoletnich od 15 do 18 roku życia zespół dwuosobowy – 1 osoba pełnoletnia ).
- Zawodnicy startują na trasę z zaznaczonymi na mapie i ustawionymi w terenie punktami kontrolnymi.
- Zadaniem jest zaliczenie jak największej ilości punktów kontrolnych w jak najkrótszym czasie (rogaining).
- Zawodnik, który zdobędzie wszystkie punkty kontrolne (lub najwięcej punktów kontrolnych) w najkrótszym czasie wygrywa zawody.
- Należy zebrać minimum połowę punktów kontrolnych, by być sklasyfikowanym.
- Punkty mogą być potwierdzane wyłącznie na karcie startowej otrzymanej od organizatora.
- Wszelkie zmiany na karcie startowej, skreślenia, pomyłki potwierdzenia punktów kontrolnych

- traktowane są jako brak punktu kontrolnego (bpk)
- Kartę startową zawodnik musi oddać na mecie osobiście.
  - Zawodnik po przekroczeniu limitu czasu nie będzie klasyfikowany

#### **Minimalny wiek uczestnika:**

- start indywidualny: ukończone 18 lat
- start w zespole dwuosobowym: osoba w wieku od 15 do 18 lat + dorosły opiekun),

#### **KATEGORIE, KLASYFIKACJA, PARAMETRY TRAS**

B-10 - ok. 10-12 km liczone po optymalnym wariacie - trasa piesza (biegowa) indywidualnie lub w 2-osobowej drużynie (niepełnoletni + dorosły), możliwość startu z psem jako towarzyszem

R-30 – ok. 30 km liczone po optymalnym wariacie – trasa rowerowa, (indywidualnie, w przypadku osób między 15 a 18 rokiem życia - z opiekunem dorosłym)

Limit czasu na pokonanie wybranej trasy: 3 godziny

Lokalizacja punktów kontrolnych będzie zaznaczona na mapie. Trasa zawodów nie będzie wyznaczona - potwierdzanie punktów w dowolnej kolejności. Mapa okolicy punktu kontrolnego może być powiększona (rozświetlenie).

Na trasach rowerowych i pieszych wszyscy uczestnicy w przypadku poruszania się po drogach publicznych zobowiązani są do przestrzegania przepisów ruchu drogowego!!!

Mapy zostaną rozdane uczestnikom w dniu imprezy na 15 minut przed startem zespołu w biurze zawodów.

Trasa zawodów (punkty) będzie wyznakowana w terenie w postaci lampionów do biegu na orientację, mini-lampionów płaskich (10 x 15 cm) z biało-czerwoną taśmą. Potwierdzanie obecności na punktach kontrolnych odbywać się będzie za pomocą perforatorów, własnego długopisu lub z wykorzystaniem aplikacji GPS Orienteering Run. Możliwe będzie również przedstawienie pliku .gpx z zapisaną trasą jako dodatkowe świadectwo zaliczenia trasy. Na punktach mogą znajdować się sędziowie, którzy będą rejestrować czas dotarcia do punktu i liczbę potwierdzonych punktów kontrolnych.

#### **WYPOSAŻENIE UCZESTNIKÓW**

Każdy uczestnik na trasie pieszej (biegowej) oraz rowerowej ze względów bezpieczeństwa zobowiązany jest bezwzględnie do posiadania naładowanego i aktywnego telefonu komórkowego. Oprócz tego na trasach wyposażenie uczestników jest dowolne. Niemniej organizatorzy sugerują start w obuwiu do biegania lub trekkingowym, zaopatrzenie się w kompas oraz plecak, a w nim: zapasowa odzież (w zależności od warunków atmosferycznych), apteczka i napoje.

#### **ZGŁOSZENIA**

Poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny pod adresem ([https://docs.google.com/forms/d/1FEEVWxzVq74LVBP2Yt\\_59eEqbYtUu7ust7VQTBQv6\\_g](https://docs.google.com/forms/d/1FEEVWxzVq74LVBP2Yt_59eEqbYtUu7ust7VQTBQv6_g)) do dnia 6.10.2023 r.

Opłata startowa: 30 zł/os.

**UWAGA! – JEŚLI W WYMAGANYM TERMINIE NIE ZGŁOSI SIĘ MINIMUM 35 OSÓB, ORGANIZATOR ZASTRZEGA MOŻLIWOŚĆ NIEURUCHOMIENIA DANEJ TRASY (LUB OBU TRAS).**

#### **NAGRODY**

Pamiątkowe dyplomy dla wszystkich zawodników, którzy ukończą bieg/trasę. Dodatkowo (w miarę możliwości) drobne upominki dla zwycięzców.

Klasyfikacja będzie prowadzona z podziałem na płeć – kobiety i mężczyźni.

### **Ramowy program zawodów:**

- 9:30 - biuro zawodów, informacja
- 9:45 - wydawanie map
- 10:00 - start trasy rowerowej R-30
- 10:15 - start trasy pieszej/biegowej B-10
- 13:15 - Koniec limitu czasu
- 13:45 - Zakończenie, dekoracja zwycięzców

### **Postanowienia końcowe:**

- Zawody odbędą się bez względu na pogodę.
- Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność.
- Niniejszy regulamin może ulec zmianie, o czym uczestnicy zostaną powiadomieni.
- Uczestnictwo w zawodach oznacza zapoznanie się z regulaminem i jego akceptację.
- Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w rywalizacji, w szczególności zasad fair play oraz niniejszego regulaminu.
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.
- Niniejszy regulamin może ulec zmianie, o czym uczestnicy zostaną powiadomieni.
- Uczestnictwo w zawodach oznacza zapoznanie się z regulaminem i jego akceptację.
- Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w rywalizacji, w szczególności zasad fair play oraz niniejszego regulaminu.
- **Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w imprezie wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego oraz podpisanego Formularza Rejestracyjnego oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w imprezie i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując wyłącznie na własną odpowiedzialność.**
- Uczestnik posiada aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w Biegu lub podpisze własnoręcznie oświadczenie.
- Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w Biegu.
- Zawodnik na mecie bez karty startowej nie będzie sklasyfikowany.
- W sprawach nieujętych w Regulaminie ostatecznie rozstrzyga Organizator.
- Zawodnicy (zespoły), którzy zrezygnują ze startu muszą poinformować o tym fakcie Organizatora.
- Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na opublikowanie swoich danych osobowych (imię, nazwisko, miejscowość/przynależność klubowa, kategoria, wynik) oraz zdjęć z imprezy na stronie internetowej Podkarpackiej Komisji InO oraz profilu fb Organizatora (InO.Maniak).
- Dane osobowe uczestników będą używane tylko do organizacji niniejszej imprezy.
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.

### **KONTAKT:**

Kierownik zawodów, budowniczy tras:  
Mirosław Marek  
(Przodownik InO PTTK nr leg. 646, Instruktor PZOS)  
Tel. 503764276

