

ZIELONY WROCŁAW

bieg na orientację

BIULETYN

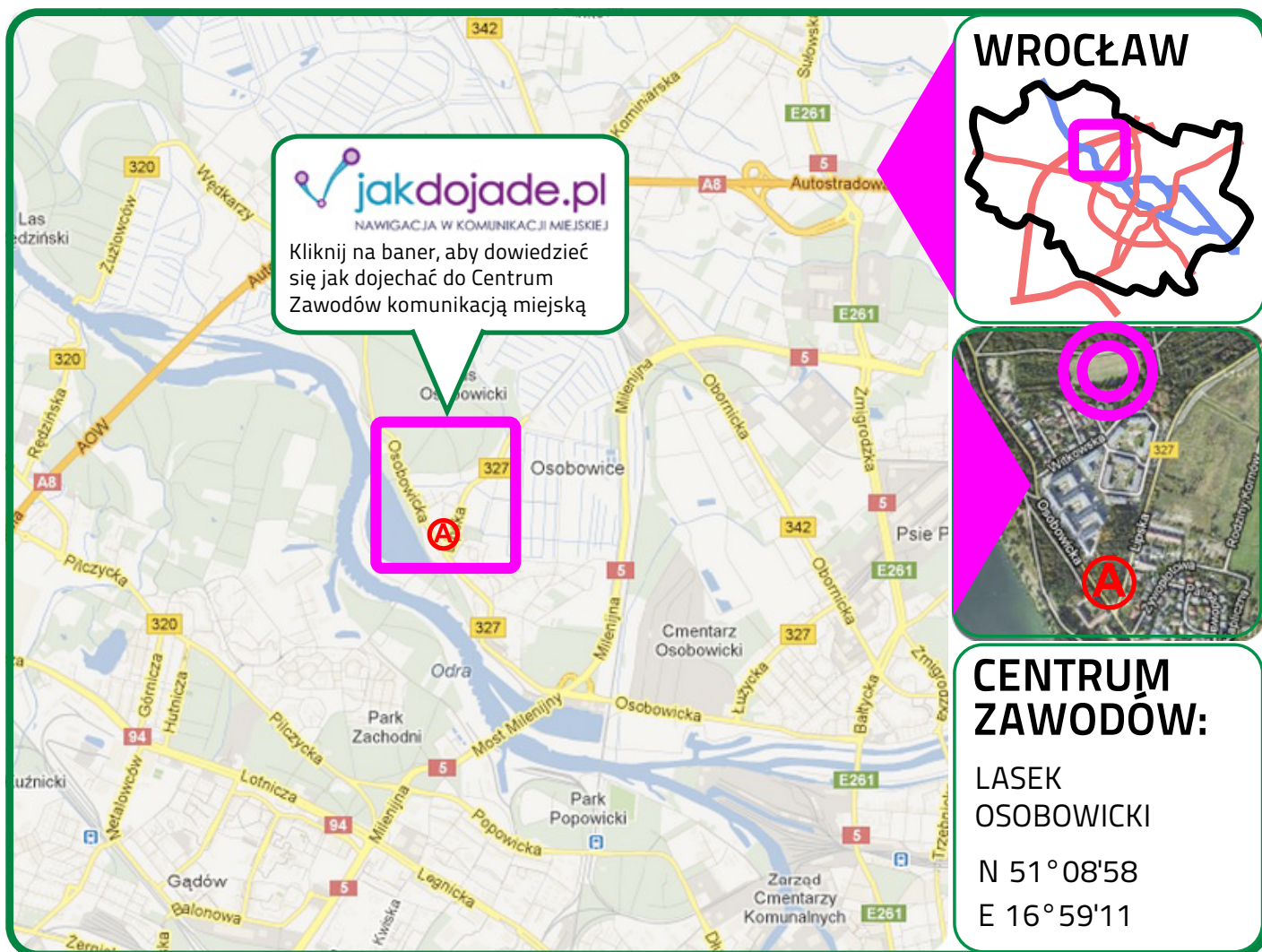
ETAP 3 - 11.09.2012

1. CENTRUM ZAWODÓW

Centrum zawodów - znajduje się na Stadionie Leśnym w Lasku Osobowickim. Dojście z przystanku autobusowego 118, 140 - ok. **300-600m**. Dojście nie będzie oznakowane. Dojazd autami tylko od strony ul. Osobowickiej.

Parking - Samochody można parkować wzdłuż drogi dojazdowej do centrum zawodów.

Informacje wzdłuż tego paska będą się zmieniać w kolejnych Biuletynach



jakdojade.pl
NAWIGACJA W KOMUNIKACJI MIEJSKIEJ

Kliknij na baner, aby dowiedzieć się jak dojechać do Centrum Zawodów komunikacją miejską

WROCŁAW

CENTRUM ZAWODÓW:
LASEK
OSOBOWICKI
N 51°08'58
E 16°59'11

Dokładna mapa dostępna na stronie [www tutaj](#)

2. TERMIN

11.09.2012 - wtorek

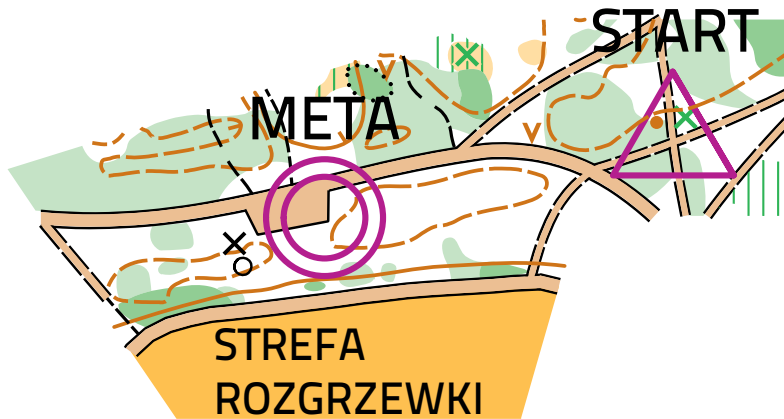
Biuro zawodów czynne w godzinach 17.15-17.45.

3. START i META

Minuta "00" godz. 18:00

Meta znajduje się w centrum zawodów. Start znajduje się w bezpośrednim sąsiedztwie mety

Przypominamy o „podbiciu” stacji START



Rozgrzewka możliwa na terenie stadionu.

4. FORMA ZAWODÓW

Klasyczna trasa z punktami po kolei, ze zmianą skali mapy w trakcie biegu, skala - 1:5000 i 1:1000.

Start interwałowy dla tras A, B, C co 1 minutę.
Kody punktów kontrolnych wraz z opisami na mapie dla wszystkich tras.

Limit czasowy dla wszystkich tras wynosi **60 minut**

5. MAPA

Lasek Osobowicki - Nowy

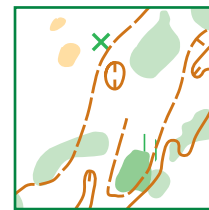
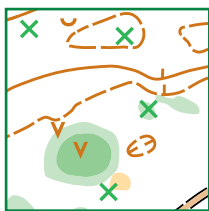
Skala **1:5000** i **1:1000**

Warstwie co **2m**

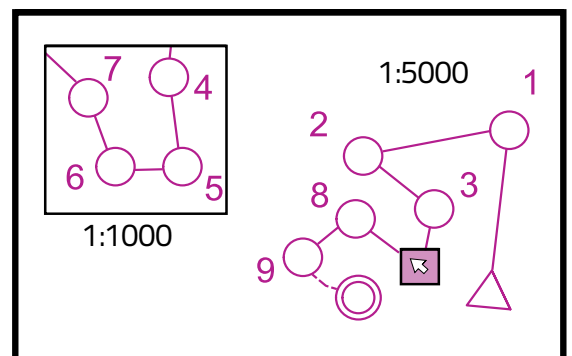
Autor: Wojciech Dwojak i Kalikst Sobczyński

Aktualizacja: VIII-IX.2012

Mapy wykonane wg. przepisów **ISSOM 2007**



PRZYKŁADOWA TRASA



Całkowicie nowa mapa, w dobrze znanym terenie.

6. PUNKTY KONTROLNE

Stacje SI przymocowane do małych lampionów, w niektórych miejscach na stojakach.

7. TEREN ZAWODÓW i UBIÓR

Lasek Osobowicki	
Typ terenu	Teren leśny z dużą liczbą małych form terenowych z niewielkim przewyższeniem. Bogata sieć dróg. Brak miejsc podmokłych.
Roślinność	W większości wysoki las, jednak częściowo zarośnięty utrudniający poruszanie się w linii prostej. Miejscami jeżyny.
Przebieżność	Las o zróżnicowanej przebieżności od bardzo dobrej do utrudnionej.
Ubiór	Buty: Zalecane obuwie krosowe. Reszta ubioru: Zalecany ubiór długie spodnie i rękaw.

8. TRASY

Trasa	Długość	Opis
A	2100 m	Elita - najdłuższa i najtrudniejsza trasa - dla wyczynowców
B	1700 m	Trudna - dla wprawionych w boju, ale wciąż na początku drogi
C	1200 m	Łatwa - dla początkujących, to może być Twoja pierwsza trasa
D	350 m	Rekreacyjna - dla dzieci, rodziców z dziećmi, w sam raz na spacer z mapą

9. WYNIKI

Wyniki ogłoszone będą do 24 godzin po zakończeniu zawodów na stronie www.bno.pl

10. ZGŁOSZENIA

ZGŁOSZENIA	ZGŁOSZENIA PRZEZ FORMULARZ MOJE bno.pl na www.bno.pl	ZGŁOSZENIA PRZEZ E-MAIL mayasov-k@bno.pl
Zgłoszenia przyjmujemy przez formularz znajdujący się na stronie www.bno.pl lub e-mailem. Termin zgłoszeń przez formularz upływa w niedzielę o godzinie 18:00, po tym terminie formularz zostanie zamknięty, potem możliwe dogłaszanie się przez e-maila.	1. Zarejestruj się na stronie www.bno.pl , w zakładce MOJE bno.pl (baner w lewej kolumnie, na górze). 2. Zaloguj się. 3. Z zakładki MOJE bno.pl>Moje zawody, wybierz zawody na które chcesz się zgłosić oraz trasę. 4. Zgłoszenie zostanie wysłane.	W treści maila prosimy podać: 1. Imię i Nazwisko 2. Rok urodzenia 3. Numer chipa lub chęć wypożyczenia 4. Trasę na której startuje (A, B, C lub D)
do niedzieli (godz. 18) przed zawodami	5 zł	10 zł
po niedzieli (godz. 18)	formularz zamknięty	15 zł

Wypożyczenie chipa SI	2 zł
-----------------------	------

UWAGA: Na zawody nie będą drukowane dodatkowe mapy, dlatego osoby, które nie dokonały zgłoszenia mogą nie dostać mapy na starcie.

UWAGA: Osoby, które dokonały zgłoszenia, ale wiedzą, że nie przyjadą na zawody prosimy o przesłanie informacji o tym na mayasov-k@bno.pl

UWAGA: W celu usprawnienia dokonywania zapisów w dniu zawodów w centrum zawodów. Osoby, które chcą zmienić numer karty SI będą obsługiwane na końcu kolejki. Prosimy więc o dokładne zastanowienie się przed podaniem numeru SI w zgłoszeniu.

11. ANKIETA

Do wszystkich osób, które wzięły zgłosiły się do startu w etapie, wysłana będzie drogą mailową ankieta. Ankieta ma na celu poprawę jakości zawodów, a jej wypełnienie jest dobrowolne.

12. PARTNERZY

Wrocław

miasto spotkań



Artur Skowronek
terapia
manualna

