

HKT „TREP” PTTK z Oddziału PTTK Warszawa Praga Płd.
już dziś

ZAPRASZA

Do udziału na reaktywowaną imprezę pn.

VI DŁUGODYSTANSOWY Marsz na Orientację”DYMnO 2004”

w dniu 8 maja 2004 roku (sobota)
rozgrywany w okolicach Warszawy Falenicy

Jest to propozycja dla tych wszystkich, którzy nie boją się trudnych wyzwań w zmaganiach z długodystansowym marszem, marszobiegiem, biegiem, zmęczeniem fizycznym, umiejętnościami orientacji terenowej i przeciwnościami losu.

Impreza rozgrywana jest na trasach:

1. piesza – długości 50 km z podziałem na 3 etapy : 25 km + 15 km + 10 km z max. Limitem czasowym 12 godz.,
2. rowerowa – długości 100 km również z podziałem na 3 etapy : 50 km + 25 km + 25 km z max. limitem czasowym 10 godz.

Teren imprezy to mazowiecki las z wydrami, z dużą ilością dróg i miejscami podmokły. Mapy kolorowe do biegu i jazdy rowerowej na orientację.

Na najlepszych czekają trofea i splendor zwycięzców. Dla chętnych, którzy zadeklarują przebiegnięcie 50 km organizatorzy stwarzają możliwość badań wydolnościowych wykonywanych przez pracownika Instytutu Sportu na użytek startującego.

Dodatkowe informacje w regulaminie na stronie Mazowieckiej Komisji InO : mkino.prv.pl

DO ZOBACZENIA NA IMPREZIE