

X DŁUGODYSTANSOWY

- Marsz na Orientację (mno) - 50 km w 12 godzin
- Bieg na Orientację (bno) - 50 km w 10 godzin
- Jazda Rowerowa na Orientację (rjno) – 100 km w 10 godzin
- Rajd przygodowy (bno + rjno + kino + zs + os) – 85 km w 15 godzin



„DYMNO 2008”



REGULAMIN



www.dymno.prv.pl

PUŁTUSK, 13-15 czerwca 2008 r.

www.dymno.prv.pl



REGULAMIN

1. CEL

- sprawdzenie granic własnej wytrzymałości w długodystansowym marszu, biegu lub jeździe rowerowej na orientację oraz przy pokonywaniu przeszkód terenowych,
- wyłonienie najlepszych na dystansie 50 km w mno i bno, 85 km na trasie ekstremalnej oraz 100 km w rjno,
- wymiana doświadczeń wśród sympatyków imprez na orientację,
- praktyczne potwierdzenie własnych umiejętności w posługiwaniu się mapą i kompasem w ekstremalnych warunkach,
- prezentacja walorów krajoznawczych Pułtusza, powiatu pułtuskiego i Puszczy Białej.

2. ORGANIZATORZY

HKT „TREP” PTTK, Komisja Imprez na Orientację Oddziału PTTK Warszawa Praga Płd.
im. Z. Glogera. adres : ul.Paca 44, 04-386 Warszawa

3. WSPÓŁPRACA

- Warszawsko-Mazowiecki Związek Biegu na Orientację
- Mazowiecka Komisja InO PTTK
- ROLLSKI Mariola Wołowczyk www.rollski.pl
- Baza Biwakowa Popławy - www.poplawy.sh.org.pl



4. HONOROWY PATRONAT

- Starosta Powiatu Pułtuskiego – Andrzej Dolecki
- Burmistrz Pułtusza – Wojciech Dębski

*Impreza dofinansowana ze środków Urzędu Miasta Stołecznego Warszawy
Dzielnicy Praga Płd.*

5. SPONSORZY



- TRYUMF trofea sportowe – salon@tryumf.com.pl
- GT-POLSKA salon rowerowy ul. Grochowska 8 w Warszawie – gtpolska@o2.pl
- Silne-studio – agencja fotograficzno-filmowa – www.silne-studio.pl



6. ZESPÓŁ ORGANIZACYJNY

Kierownik imprezy - Andrzej Krochmal
Budowniczy tras pieszych, bno - Andrzej Krochmal, BT-1, PInO-157
Budowniczy tras rowerowych - Leszek Herman-Iżycki
Sędzia główny -
oraz grono sympatyków.

7. TERMIN I MIEJSCE

13-15 czerwca 2008 r. (piątek-niedziela), Pułtusk, Powiat Pułtuski i Puszcza Biała

8. CENTRUM

Zespół Szkół nr 4 w Pułtusku, ul. New Britain 1

9. FORMA

Indywidualny, dzienny marsz, bieg, jazda na orientację ze startu masowego:

**A/ Trasa piesza : 50 km z limitem czasowym 12 godzin podzielona została na 3 etapy –
25 km w 6 godz. + 15 km w 3,5 godz. + 10 km (scorelauf) w 2,5 godz.**

B/ Trasa biegowa : 50 km z limitem czasowym 10 godzin podzielona została na 3 etapy – 25 km w 5 godz. + 15 km w 3 godz. + 10 km (scorelauf) w 2 godz.

C/ Trasa rowerowa : 100 km z limitem czasowym 10 godzin podzielona została na 3 etapy – 50 km w 5 godz. + 30 km w 3 godz. + 20 km w 2 godz.

E/ Trasa ekstremalna : 85 km z limitem czasowym 15 godzin podzielona została na 3 etapy – 25 km trasa piesza w 6 godz. + 50 km trasa rowerowa w 6 godz. + 10 km trasa kajakowa w 2 godz. + odcinki specjalne (Rollskii) + zadania specjalne w 1 godz..

Trasa rowerowa (C) zaliczana jest do Pucharu Polski w maratonach rowerowych na orientację. Regulamin szczegółowy oraz kalendarz na stronie <http://ppm.webpark.pl/>

Istnieje dodatkowa możliwość startu również na dystansach : 25 km, 15 km lub 10 km na trasie pieszej i bno lub 50 km, 30 i 20 km na trasie rowerowej.

10. KLASYFIKACJA

Warunkiem sklasyfikowania uczestnika/zespołu jest pokonanie trasy wyznaczonej w terenie w postaci punktów kontrolnych (PK) i naniesionych na mapę w jak najkrótszym czasie. Wybór drogi między PK należy do uczestnika/zespołu. O kolejności w klasyfikacji ogólnej decyduje czas pokonania trasy z uwzględnieniem kar czasowych uzyskanych za opuszczenie PK lub zadań i odcinków specjalnych.

11. TRASY I KATEGORIE :

- start indywidualny na trasie: A,B,C w kat. K - 20, 40 M - 20, 40, 50

- start zespołowy (dwuosobowy) na trasie: E w kat. MM (dwaj mężczyźni),

MIX (co najmniej jedna kobieta w składzie), MV (suma wieku zawodników min. 100 lat)

W przypadku małej ilości zgłoszeń organizator zastrzega sobie prawo łączenia kategorii. Prawo startu mają osoby pełnoletnie, natomiast w wieku 15 – 17 lat na najdłuższych dystansach mogą startować tylko pod opieką osób w wieku 21 lat i powyżej. Na trasie ekstremalnej inny dodatkowy sprzęt dostarczy organizator według kolejności dotarcia na zadanie specjalne.

Parametry tras oraz **dodatkowe informacje** podane zostaną w komunikacie technicznym, a także **na bieżąco na stronie www.dymno.prv.pl** .

12. WYPOSAŻENIE UCZESTNIKA

Kompas, trwały środek do pisania, napoje i wyżywienie, apteczka z podstawowymi lekami i środkami opatrunkowymi, śpiwór i materac dla nocujących w szkole, rower i sztywny kask (obowiązkowo) na trasie rowerowej dodatkowe oświetlenie na trasie E.

13. TEREN

Teren o zmiennej lecz z przewagą dobrej przebieżności, częściowo wydmy z bogatą mikrorzeźbą, miejscami z piaszczystą i średnio urozmaiconą drożnią na terenach leśnych i otwartych, częściowo położony nad Narwią z licznymi miejscami starorzecza.

14. MAPY

Topograficzne, specjalistyczne, kolorowe do biegu na orientację w skali 1 : 10 000, 1 : 15 000, 1 : 25 000, 1 : 50 000 i inne.

15. ZGŁOSZENIA

Na załączonym druku lub on-line (preferowane) zawierające: imię i nazwisko, rok urodzenia, adres- ulica, nr domu/mieszk., miejscowość, kod pocztowy, tel. kont., e-mail, ilość noclegów, rozm. koszulki okolicznościowej, trasa przyjmowane będą **do dnia 31 maja 2008 r.**, później za dodatkową opłatą w miarę wolnych miejsc i świadczeń (patrz tabela).

na adres: Andrzej Krochmal, ul. Piaseczyńska 53 m 69, 00-765 Warszawa

e-mail: andrzej_krochmal@wp.pl

informacje dodatkowe pod tel. sł. (+22) 569 44 74 w godz. 8-15 lub 0 605 403 929

Zgłoszenie jest ważne w dniu otrzymania wpisowego (prosimy o dołączenie kserokopii wpłaty wpisowego). Lista zgłoszonych uczestników będzie publikowana na bieżąco na stronie internetowej rajdu.

16. WPISOWE

	do 31.05.	po 31.05. lub na starcie
trasa piesza, bno (50 km)	40 zł	50 zł
trasa rowerowa (100 km)	40 zł	50 zł
trasa ekstremalna (75 km)	40 zł	50 zł
trasa bno 25, 15 lub 10 km	20 zł	30 zł
trasa rowerowa 50, 30 lub 20 km	20 zł	30 zł

Wpisowe należy wpłacać na konto :

Oddział PTTK Warszawa Praga Płd. ul. Paca 44, 04-386 Warszawa

Bank Millennium S.A. Warszawa nr 32116022020000000060847552

z dopiskiem **DYMnO 2008**. Wpłaty za kilka osób (w ramach zgłoszenia) można dokonywać na jednym przekazie, podając nazwiska i imiona wszystkich zgłoszonych.

17. ŚWIADCZENIA

- komplet map i materiałów startowych,
- sprzęt do zadań specjalnych,
- napój (woda) i posiłek na metach etapów (baton i połówki bananów),
- na mecie drożdżówka,
- nocleg w szkole na własnym sprzęcie (materac i śpiwór) z piątku na sobotę i z soboty na niedzielę,
- szatnie i toalety,
- ubezpieczenie NW,
- odcisk okolicznościowej pieczęci,
- numer startowy obowiązkowo umieszczony z przodu i na rowerze,
- koszulka okolicznościowa (należy podać rozmiar w zgłoszeniu M, L, XL,XXL)
- potwierdzenie i weryfikacja OInO, OTP i KOT,
- naklejka okolicznościowa,
- i inne materiały w zależności od hojności sponsorów.

18. NAGRODY

- puchary dla najlepszych na trasie mno – 50 km ufundowane przez Burmistrza Miasta Pułtuska,
- puchary dla najlepszych na trasie bno – 50 km ufundowane przez Starostę Powiatu Pułtuskiego ,
- puchary dla najlepszych w kat. na trasie rowerowej – 100 km ufundowane przez TRYUMF
- puchary dla najlepszych w kat. na trasie ekstremalnej - 85 km ufundowane przez Burmistrza Miasta Pułtuska,
- certyfikat ukończenia z osiągniętym dystansem i wynikiem,
- upominki od sponsorów

19. RAMOWY PROGRAM

13 czerwca 2008 r. (piątek)

od godz. 20.00 – 23.00 praca sekretariatu, przyjmowanie uczestników na nocleg,
weryfikacja danych, wypełnianie oświadczeń

14 czerwca 2008 r. (sobota)

godz. 6.00 – 7.00 praca sekretariatu w szkole, później na starcie na rynku
godz. 7.00 start na trasę pieszą na 50 km i trasę ekstremalną na 85 km
godz. 9.00 start na trasę biegową na 50 km i trasę rowerową na 100 km
godz. 10.00 start na trasy mno, bno na 25, 15 lub 10 km oraz 50, 30 i 20 km rjno
godz. 19.00 zamknięcie mety
godz. 20.00 zakończenie tras A,B,C (wręczenie pucharów nastąpi w miarę kończenia rywalizacji na trasie)
godz. 22.00 zamknięcie mety trasy E (wręczenie pucharów)

15 czerwca 2008 r. (niedziela)

godz. 9.00 opuszczenie bazy noclegowej

20. DOJAZD

- autobusem PKS z dworca autobusowego Warszawa Zach. (dalej przyst. – W-wa Centr. PKP- W-wa Gdańska PKP- W-wa Rondo Starzyńskiego-Legionowo-Zegrze-Serock) do Pułtuska. Odjazd średnio co 15 min., czas przejazdu 1,20-1,30 godz., cena biletu normalnego 12 zł

21. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- impreza odbędzie się bez względu na pogodę,
- uczestnicy startują na własną odpowiedzialność,
- osoby zgłoszone, a nie obecne na starcie tracą prawo do świadczeń i zwrotu wpisowego,
- zgłoszenie po terminie nie gwarantuje pełnych świadczeń,
- wszyscy uczestnicy startując w rajdzie wyrażają zgodę na publikację swojego wizerunku oraz ich imienia i nazwiska w relacjach z rajdu zamieszczonych w mediach oraz materiałach promocyjnych organizatorów, patronów i sponsorów oraz wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych na potrzeby organizatorów i organizowanych przez nich rajdów, jak również na ich gromadzenie w bazach danych zgodnie z przepisami ustawy z dnia 29.08.1997 o ochronie danych osobowych (Dz.U. 133/97, poz.883). Zgadzą się również na otrzymywanie korespondencji drogą elektroniczną i udostępniają w tym celu swój adres e-mail zgodnie z ustawą z dn. 18.07.2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną (Dz.U. 144/02, poz. 1204),
- za szkody wynikłe wobec uczestników jak i osób trzecich organizator nie odpowiada,
- za rzeczy pozostawione w bazie organizator nie odpowiada,
- dodatkowy sprzęt własny, wyżywienie i napoje będzie można wystawić w strefie zmian w miejscu wydawania map na kolejne pętle,
- pokazowy punkt kontrolny będzie umieszczony w okolicach startu – lampion z perforatorem,
- korzystanie z pomocy osób trzecich na trasie lub z niedozwolonych środków transportu będzie karane dyskwalifikacją uczestnika,
- za skutki naruszenia przepisów Kodeksu Drogowego i innych przepisów prawa uczestnik odpowiada osobiście,
- organizatorzy nie przewidują możliwości zwożenia uczestników z tras rajdu, a jedynie tylko w wyjątkowych sytuacjach,
- protesty i wyjaśnienia można składać w formie pisemnej lub elektronicznej w ciągu trzech dni od momentu ogłoszenia wyników. Protesty zostaną rozpatrzone przez organizatora do 10 dni po imprezie,
- wyniki stają się oficjalne po rozpatrzeniu protestów i upływie w/w terminów,
- organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany regulaminu o czym uczestnicy zostaną wcześniej poinformowani,
- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatorów.

DO ZOBACZENIA NA IMPREZIE ORGANIZATORZY

