



Orientpark.pl
Wolność w bieganiu



Mistrzostwa Polski Mistrzostwa Polski Weteranów w Biegu na Orientację

Bieg nocny Bieg średniodystansowy

BIULETYN 2



Mistrzostwa Polski
Mistrzostwa Polski Weteranów
w Biegu na Orientację



Zawody współfinansowano ze środków
Urzędu Marszałkowskiego Województwa Dolnośląskiego

ORGANIZATORZY I WSPÓŁORGANIZATORZY:



Orientpark.pl



SPONSORZY POLSKIEGO ZWIĄZKU ORIENTACJI SPORTOWEJ:



FORYTEK & PARTNERZY
ADWOKACI I RADCOWIE PRAWNI

hitmark
= robotics

INSTYTUCJE WSPIERAJĄCE I SPONSORZY ZAWODÓW:



Gmina Męcinka



Nadleśnictwo Złotoryja



Gmina Złotoryja

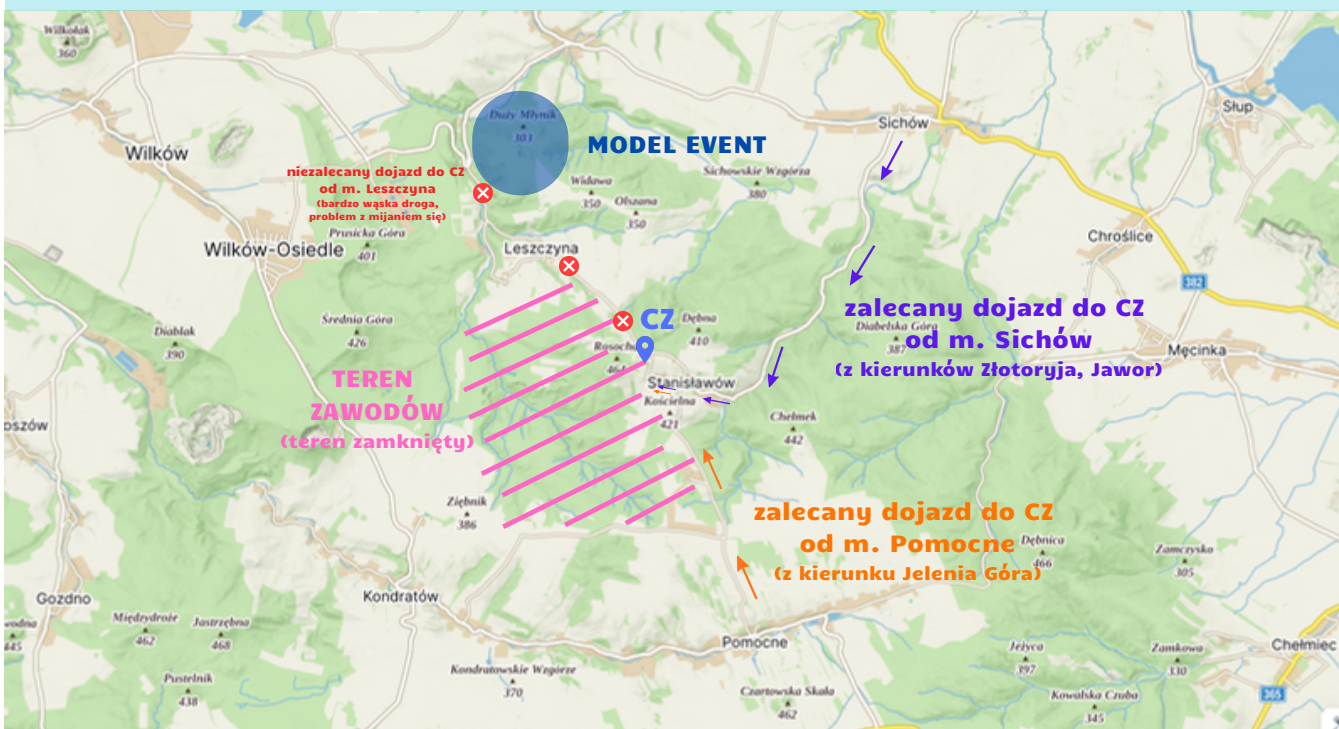


browar remiesinicy



Winnica Aries

MAPKA SYTUACYJNA



Mistrzostwa Polski
Mistrzostwa Polski Weteranów
w Biegu na Orientację

**Nazwa i ranga Zawodów:**

Mistrzostwa Polski i Mistrzostwa Polski Weteranów w Nocnym i Średniodystansowym Biegu na Orientację.

Zawody indywidualne, rankingowe, zaliczane do Centralnego Terminarza Zawodów Polskiego Związku Orientacji Sportowej o współczynniku 1.3.

**Termin Zawodów:**

4.10.2025 (sobota) - bieg nocny

5.10.2025 (niedziela) - bieg średniodystansowy

**Organizatorzy i współorganizatorzy:**

Uczniowski Klub Sportowy Orientpark.pl Iwiny

Polski Związek Orientacji Sportowej

Dolnośląski Związek Orientacji Sportowej

**Główny komitet organizacyjny:**

Kierownik Zawodów: Dariusz Pachnik, tel. 505 600 638, dariusz.pachnik@gmail.com

Sędzia Główny: Małgorzata Pachnik

Kontroler z ramienia PZOS: Remigiusz Nowak

Kartograf: Tomáš Leštínský

Budowniczości tras: Tomáš Leštínský, Wojciech Pachnik

Obsługa SI: Jakub Jończy

Kierownik startu: Eugeniusz Gronostaj

Kierownik mety: Mateusz Madej

Biuro zawodów, finanse: Dominika Szeliga

Oprawa graficzna Zawodów: Małgorzata Pachnik

**Komisja odwoławcza I Instancji:**

Anna Karnia-Biskupska

Jan Sztranek

Bartłomiej Maciejewski

**Instytucje wspierające i sponsorzy:**

Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego

Gmina Męcinka

Gmina Złotoryja

CX 80

Forystek&Partnerzy - Adwokaci i Radcowie Prawni

Hitmarc = Robotics

OBUDOWA

Nadleśnictwo Złotoryja

Winnica Aries w Leszczynie

Browar Gwarek

**Warunki uczestnictwa:**

Uczestnikiem Mistrzostw mogą być wyłącznie zawodnicy posiadający licencję PZOS oraz ważne badania lekarskie. Warunkiem udziału w Mistrzostwach Polski i Mistrzostwach Polski Weteranów jest posiadanie numeru PESEL lub serii i numeru paszportu kraju członkowskiego Unii Europejskiej. W przypadku zawodników nieposiadających obywatelstwa polskiego dodatkowym wymogiem jest udział w co najmniej trzech biegach rankingowych (w barwach polskiego klubu z wykupioną licencją zawodniczą PZOS) w okresie 365 dni poprzedzających ostateczny termin zgłoszeń na dany bieg mistrzowski.

**Program Zawodów:**

Bieg nocny (start interwałowy) - Stanisławów, 4 października 2025

Start pierwszego zawodnika: 19:30

Bieg średniodystansowy - Stanisławów, 5 października 2025

Start pierwszego zawodnika: 11:00



**Mistrzostwa Polski
Mistrzostwa Polski Weteranów
w Biegu na Orientację**



Kategorie wiekowe:

W ramach Mistrzostw Polski:

K16, K18, K20, K21, subkategoria U23

M16, M18, M20, M21, subkategoria U23

Za zawodnika zgłoszonego a nieobecnego będzie pobierana opłata 50% wpisowego.

Zawodnicy zgłoszeni po terminie - 200% wpisowego.

W ramach Mistrzostw Polski Weteranów:

K35, K40, K45, K50, K55, K60, K65, K70, K75

M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80, M85 (dwie ostatnie wyłącznie w biegu średniodystansowym)



Zgłoszenia:

Jedynie poprzez formularz zgłoszeniowy PZOS w nieprzekraczalnym terminie do 22 września 2025 do godz. 23:59.



Opłaty startowe:

Kategorie:

KM21-60 - 60 zł/bieg

KM16-20,65+ - 45 zł/bieg

Trening (model event) - 20 zł, niedzielna kategoria OPEN - 30 zł

Wypożyczenie czipa - 5 zł/10 zł (SIAC)

Parking - 20 zł za dwa dni



System potwierdzeń PK:

SportIdent Air+, rezerwowo - perforatory



MODEL EVENT - najważniejsze informacje

Kiedy?

Od 3 do 4 października 2025 r.

Lokalizacja

W miejscowości Leszczyna na mapie "Orientpark - Ciche Szczęście".

Gdzie i kiedy odebrać mapy?

W piątek w godz. 18:30-20:00 w miejscu ze wskazanymi współrzędnymi (51°05'19.8"N 15°59'25.4"E).

W sobotę w godz. 10:00 - 14:00 w CZ w Stanisławowie.

Trasy:

MIDDLE trasa krótka - 2,6 km, 11 punktów, 100 m przewyższenia

MIDDLE trasa długa - 3,6 km, 17 punktów, 130 m przewyższenia

NOCNY trasa krótka - 3,9 km, 14 punktów, 130 m przewyższenia

NOCNY trasa długa - 5,2 km, 18 punktów, 180 m przewyższenia



na lampionach



na odbłaskowych rurkach



ARENA MISTRZOSTW

**DOJŚCIE NA START
MIDDLE**

**DOJŚCIE NA START
BIEG NOCNY**

BUFET

PARKING

TOALETY

**OSTATNI PUNKT
(OBA BIEGI)**

NAMIOTY KLUBOWE

**BIURO ZAWODÓW
META**

fol. Bartłomiej Łuc



**Mistrzostwa Polski
Mistrzostwa Polski Weteranów
w Biegu na Orientację**

BIEG NOCNY

Stanisławów, 4 października 2025

-  **Centrum Zawodów:**
Łąka przy budynku dawnej radiostacji w Stanisławowie (51.072667, 16.004277).
W CZ Biuro Zawodów, parking, toalety, punkt medyczny, bufet, meta, możliwość rozstawienia namiotów klubowych.
-  **Biuro Zawodów:**
Biuro Zawodów zlokalizowane będzie na świeżym powietrzu, pod namiotem w bliskim sąsiedztwie mety.
Godziny otwarcia Biura - od 17:30 do 22:00.
W Biurze Zawodów wyłącznie załatwianie formalności związanych z opłatą startową, nie ma możliwości dogłoszenia się do zawodów. W Biurze także sczytywanie chipów.
-  **Parking:**
Na terenie CZ. Prosimy stosować się do poleceń obsługi parkingu i parkować w miejscach wyznaczonych przez Organizatora. Za parkowanie będzie pobierana opłata w wysokości 20 zł za dwa dni.

 **Minuta 00:**
Godzina 19:30

-  **Start:**
Dojście do startu 1400 m wyznakowane żółtymi odblaskami w kształcie trójkąta od CZ, na początku wzdłuż jezdni o normalnym ruchu kołowym następnie drogą polno-leśną. Prosimy zachować ostrożność!
Na starcie brak toalet.
Organizator zapewnia transport rzeczy ze startu na metę.
Przed boksami startowymi będzie znajdował się pokazowy punkt kontrolny użyty na trasie biegu nocnego, wyposażony w lampion z odblaskami. →

 **Kwarantanna przedstartowa:**
Brak

-  **Procedura startu**
Boksy startowe:
-3' - weryfikacja zawodnika (clear + check)
-2' - pobranie dodatkowych opisów
-1' - pobranie mapy i sprawdzenie kategorii
Dobieg do startu mapowego 80 m po czerwonych odblaskowych taśmach.
Start mapowy oznaczony w terenie lampionem z odblaskiem.

-  **Meta i strefa kwarantanny po ukończonym biegu:**
Meta znajduje się w CZ.
Nie ma kwarantanny po ukończonym biegu.
Mapy na mecie będą zabierane i będą wydawane po biegu średniodystansowym.
Na mecie woda butelkowana dla zawodników.
Na mecie punkt medyczny.
Meta zamykana o godzinie 00:15.



Mistrzostwa Polski
Mistrzostwa Polski Weteranów
w Biegu na Orientację

BIEG NOCNY

Stanisławów, 4 października 2025



Mapa:

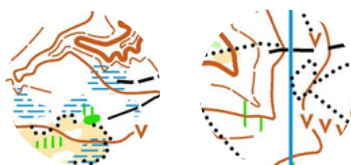
Orientpark - Barytowe Wzgórza, skala: 1:10 000 (1: 7 500 dla kat. KM50 i starszych), e-5m, autor: Tomáš Leštínský, aktualność: wrzesień 2025, symbole: ISOM-2017-2, brak map archiwalnych (teren wcześniej niewykorzystany w zawodach orientacji sportowej).

Mapy wydrukowane na papierze wodoodpornym. Dodatkowo folie w boksie startowym.

Format mapy - A4 dla wszystkich kategorii.

Kategorie M50, M55, M60 będą miały zmianę mapy (kontynuacja trasy na drugiej stronie, numeracja na drugiej części trasy będzie kontynuowana).

Fragmenty mapy



Teren:

Teren biegu nocnego stanowi dolina Prusickiego Potoku wraz z południowym zboczem Góry Rosocha. Teren to głównie doliny rzeczne (jary) o wyraźnej rzeźbie oraz kilka nieczynnych już kamieniołomów z unikalną mikrorzeźbą oraz wysokimi ścianami skalnymi, spora ilość dołków. W dennych partiach dolin znajdują się tereny podmokłe. Przebieżność przeważnie bardzo dobra. Umiarkowanie rozbudowana sieć dróg. Na terenie biegu nocnego znajduje się postępująca wycinka drzew oznakowana symbolem **709 Out-of-bounds-area** (teren objęty zakazem wstępu).



Ubiór:

Ubiór zakrywający całe ciało z wyjątkiem głowy, szyi i rąk.

Zalecamy obuwie z kolcami i dodatkową ochronę kończyn dolnych.



Limit biegu:

150 minut



Wyniki:

Na stronie liveresultat.orientering.se



Bufet:

Dla wszystkich zawodników bezpłatna herbata dostępna w bufecie.

Oprócz tego zapraszamy na supę pomidorową (odpłatnie).

W CZ znajduje się miejsce na ognisko. Organizator zapewnia drzewo oraz kijki do samodzielnego pieczenia kiełbasek (będzie rozpalone ognisko). W kiełbasę prosimy zaopatrzyć się samemu :)



Ceremonia wręczenia medali:

W niedzielę o godz. 14:00 w CZ



Nagrody:

Medale, drobne upominki oraz dyplomy za miejsca 1-6 w kategoriach Mistrzostw Polski oraz 1-3 w Mistrzostwach Polski Weteranów. Dla zwycięzców pamiątkowe tabliczki.



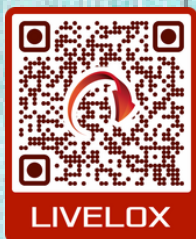
Mistrzostwa Polski
Mistrzostwa Polski Weteranów
w Biegu na Orientację

BIEG NOCNY

Stanisławów, 4 października 2025

PARAMETRY TRAS

LIVELOX



WYNIKI



BIEG NOCNY			
Kategoria	Długość	Δ	PK
K16	3,7 km	155 m	11
K18	4,4 km	185 m	12
K20	4,4 km	185 m	12
K21	5,2 km	255 m	16
K35	4,2 km	200 m	11
K40	4,2 km	200 m	11
K45	3,7 km	190 m	10
K50	3,7 km	190 m	10
K55	3,4 km	180 m	9
K60	3,4 km	180 m	9
K65	3,1 km	170 m	8
K70	3,1 km	170 m	8
M16	4,2 km	185 m	12
M18	5,8 km	245 m	16
M20	5,8 km	245 m	16
M21	7,1 km	330 m	19
M35	6,1 km	250 m	16
M40	6,1 km	250 m	16
M45	5,2 km	250 m	15
M50	5,2 km	250 m	15
M55	4,2 km	225 m	13
M60	4,2 km	225 m	13
M65	3,4 km	175 m	10
M70	3,4 km	175 m	10
M75	2,8 km	165 m	7
M80	2,8 km	165 m	7
M85	2,8 km	165 m	7



Mistrzostwa Polski
Mistrzostwa Polski Weteranów
w Biegu na Orientację

BIEG ŚREDNIODYSTANSOWY

Stanisławów - 5 października 2025



Centrum Zawodów:

Łąka przy budynku dawnej radiostacji w Stanisławowie (51.072667, 16.004277).
W CZ Biuro Zawodów, parking, toalety, punkt medyczny, bufet, meta, możliwość rozstawienia namiotów klubowych.



Biuro Zawodów:

Biuro Zawodów zlokalizowane będzie na świeżym powietrzu, pod namiotem w bliskim sąsiedztwie mety.
Godziny otwarcia Biura - od 9:30 do 13:00.
W Biurze Zawodów wyłącznie załatwianie formalności związanych z opłatą startową, nie ma możliwości ogłoszenia się do zawodów. W Biurze także czytanie chipów.



Parking:

Na terenie CZ. Prosimy stosować się do poleceń obsługi parkingu i parkować w miejscach wyznaczonych przez Organizatora. Za parkowanie będzie pobierana opłata w wysokości 20 zł za dwa dni.
Prosimy nie parkować wzdłuż dróg dojazdowych do CZ!



Minuta 00:

Godzina 11:00



Start:

Dojście do startu 700 m wyznakowane niebieskimi wstążkami od CZ.
Na starcie brak toalet.
Organizator zapewnia transport rzeczy ze startu na metę.



Kwarantanna przedstartowa:

Brak



Procedura startu:

Boksy startowe:

-3' - weryfikacja zawodnika (clear + check)
-2' - pobranie dodatkowych opisów
-1' - pobranie mapy i sprawdzenie kategorii
Dobieg do startu mapowego 60 m.
Start mapowy oznaczony w terenie lampionem.



Meta i strefa kwarantanny po ukończonym biegu:

Meta znajduje się w CZ.
Nie ma kwarantanny po ukończonym biegu.
Mapy na mecie będą zabierane i będą wydawane po decyzji Sędziego Głównego.
Na mecie woda butelkowana dla zawodników.
Na mecie punkt medyczny.
Meta zamykana o godzinie 15:00.

Ważne!

Kategorie M16, KM18, KM20, KM21 będą miały na swojej trasie przebieg obowiązkowy według schematu obok od punktu o kodzie 31.

Przebieg będzie wytaśmowany białą-czerwoną taśmą 



Mistrzostwa Polski
Mistrzostwa Polski Weteranów
w Biegu na Orientację

BIEG ŚREDNIODYSTANSOWY

Stanisławów - 5 października 2025

 **Mapa:**
Orientpark - Barytowe Wzgórza, skala: 1:10 000 (1: 7 500 dla kat. KM50 i starszych), e-5m, autor: Tomáš Leštínský, aktualność: wrzesień 2025, symbole: ISOM-2017-2, brak map archiwalnych (teren wcześniej niewykorzystany w zawodach orientacji sportowej).
Mapy wydrukowane na papierze wodoodpornym. Dodatkowo folie w boksie startowym.
Format mapy - A4 dla wszystkich kategorii.

Fragmenty mapy



 **Teren:**
Teren biegu średniodystansowego stanowi góra Rosocha oraz jej zbocza. Oprócz wyraźnej rzeźby, również bogata mikrorzeźba w większości związana z historyczną działalnością górniczą na tych terenach. Teren obfituje więc zarówno w dołki, jak i w różnej wielkości góry, kopczyki. W obrębie Zawodów znajduje się kilka łomów ze stromymi skarpami lub ścianami skalnymi. Zalecamy szczególną ostrożność przy wkraczaniu do łomów od górnej strony. Żadne z miejsc oznaczonych symbolem ściany skalnej nie nadaje się do bezpiecznego przekroczenia, albowiem najwyższe z nich osiągają do kilkunastu metrów wysokości. Wegetacja zróżnicowana od bardzo dobrej do utrudnionej. Las w większości dobrze przebieżny, miejscami z porostami w postaci pokrzyw i jeżyn.

 **Ubiór:**
Ubiór zakrywający całe ciało z wyjątkiem głowy, szyi i rąk.
Zalecamy obuwie z kolcami i dodatkową ochronę kończyn dolnych.

 **Limit biegu:**
120 minut

 **Wyniki:**
Na stronie liveresultat.orientering.se

 **Bufet:**
W czasie trwania Zawodów będzie działał bufet, w którym będzie można zakupić ciepłe napoje, grochówkę, ciasto, karczek i kielbaskę z grilla.
Płatność gotówką albo BLIKiem.

 **Ceremonia wręczenia medali:**
W niedzielę o godz. 14:00 w CZ poprzedzona dekoracją za bieg nocny.

 **Nagrody:**
Medale, drobne upominki oraz dyplomy za miejsca 1-6 w kategoriach Mistrzostw Polski oraz 1-3 w Mistrzostwach Polski Weteranów. Dla zwycięzców pamiątkowe tabliczki.

 **Kategoria OPEN**
Okolo godziny 12:00 w okolicy mety zostanie urządzona zbiórka zawodników startujących w kategorii OPEN. Z tego miejsca wraz z organizatorem grupa ta uda się w miejsce startu. Zawodnicy startują z puszki START i nie mają wyznaczonych minut startowych.



Mistrzostwa Polski
Mistrzostwa Polski Weteranów
w Biegu na Orientację

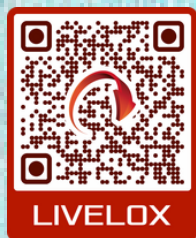


BIEG ŚREDNIODYSTANSOWY

Stanisławów - 5 października 2025

PARAMETRY TRAS

LIVELOX



WYNIKI



BIEG ŚREDNIODYSTANSOWY			
Kategoria	Długość	Δ	PK
K16	2,7 km	130 m	11
K18	3,1 km	130 m	12
K20	3,1 km	130 m	12
K21	3,8 km	170 m	16
K35	3,2 km	165 m	14
K40	3,2 km	165 m	14
K45	2,9 km	165 m	13
K50	2,9 km	165 m	13
K55	2,8 km	130 m	12
K60	2,8 km	130 m	12
K65	2,4 km	110 m	10
K70	2,4 km	110 m	10
K75	2,4 km	110 m	10
M16	3,3 km	155 m	14
M18	4,0 km	200 m	16
M20	4,0 km	200 m	16
M21	4,8 km	215 m	18
M35	3,9 km	210 m	16
M40	3,9 km	210 m	16
M45	3,3 km	170 m	15
M50	3,3 km	165 m	14
M55	3,0 km	155 m	13
M60	3,0 km	155 m	13
M65	2,6 km	140 m	10
M70	2,6 km	140 m	10
M75	2,4 km	130 m	10
M80	2,4 km	130 m	10
M85	2,4 km	130 m	10
OPEN	3,7 km	155 m	10



Mistrzostwa Polski
Mistrzostwa Polski Weteranów
w Biegu na Orientację

Zasady bezpieczeństwa i odpowiedzialność zawodnika z tytułu nieszczęśliwych zdarzeń

- 1. Udział w biegach jest na własną odpowiedzialność z pełną świadomością niebezpieczeństw i ryzyk wynikających z charakteru tego wydarzenia.**
- 2. Wszyscy uczestnicy są zobowiązani do przestrzegania przepisów ruchu drogowego (m.in. poruszanie się po chodnikach, przekraczanie ulicy w dozwolony sposób i dozwolonych miejscach). Prosimy również pamiętać, że zawodnik nie ma pierwszeństwa przed nadjeżdżającym samochodem.**
- 3. Organizator w celu zminimalizowania ryzyka zapewnia rozsądne projektowanie tras tak, aby w jak najmniejszym stopniu powodowały one konieczność przekraczania jezdni.**
- 4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne kolizje i wypadki podczas zawodów.**
- 5. Organizator posiada ubezpieczenie OC.**

**Wszelka działalność komercyjna na terenie Zawodów tylko po
uzgodnieniu z Kierownikiem Zawodów.**



POWODZENIA!

Organizatorzy



Widok na Karkonosze z Centrum Zawodów



**Mistrzostwa Polski
Mistrzostwa Polski Weteranów
w Biegu na Orientację**