

Regulamin XXIV Memoriału Jana Strzeleckiego w Narciarstwie Wysokogórskim  
17 marca 2012 – Tatry Zachodnie – Puchar Polski PZA

**1. Nazwa zawodów:**

XXIV Memoriał Jana Strzeleckiego w Narciarstwie Wysokogórskim

**2. Termin zawodów:**

sobota 17 marca 2012 roku

**3. Organizatorzy:**

Sekcja Narciarska Klubu Wysokogórskiego – Warszawa  
Sekcja Narciarstwa Wysokogórskiego Klubu Wysokogórskiego – Kraków.

**4. Adres biura zawodów:**

Schronisko Górskie PTTK na Hali Ornak Dolina Kościeliska

**5. Program zawodów:**

piątek 16 marca 2012

17.00 – otwarcie biura zawodów

20.00 – odprawa zawodników

sobota 17 marca 2012

8.30 – zamknięcie list startowych – odprawa poranna

9.10 – kontrola przedstartowa zawodników

9.30 – start zawodników wszystkich kategorii

13.00 – obiad

16.00 – wywieszenie wyników, przyjmowanie protestów

16.30 – ogłoszenie oficjalnych wyników, dekoracja zwycięzców,  
zakończenie oficjalnej części zawodów

**6. Przebieg i mapa tras podstawowych dla poszczególnych kategorii, ich profil i parametry techniczne:**

Schronisko Ornak (start podbiegu) - Przełęcz Iwaniacka - Zadni Ornak (koniec podbiegu)  
– Siwa Przełęcz - Starorobociański Wierch – Siwa Przełęcz (start zjazdu) – czarny szlak górna granica lasu (koniec zjazdu) - czarny szlak do skrzyżowania ze szlakiem żółtym na Iwaniacką Przełęcz - Przełęcz Iwaniacka - Schronisko Ornak

Załącznik #1 plik: ZAL\_1\_profil\_trasa\_MSt24\_2012a.doc

**7. Przebieg i mapa tras zastępczych dla poszczególnych kategorii w przypadku zagrożenia lawinowego tras podstawowych, ich profil i parametry techniczne:**

Ornak, zjazd do polany Zahradziska (ok. 960 m n.p.m.) u wylotu doliny Miętusiej, po czym na fokach podbieg do skałki zwanej „Piecem” (1465 m n.p.m.) na szlaku biegnącym na Czerwone Wierchy. Po okrążeniu „Pieca” zjazd przez starą nartostradę na polanę Uplaz (1280 m n.p.m.), gdzie kończy się odcinek na czas. Dalej zjazd przez las na Zahradziska, powrót na Ornak i odcinek fakultatywny w głąb Doliny Tomanowej.

Załącznik #2 plik: ZAL\_2\_trasa\_zapasowa\_MSt24\_2012a.doc

## 9. Obsada liczbowa startu, mety i punktów kontrolnych:

### 9.1 Trasa podstawowa:

Start/Meta Schronisko Ornak - 4 osoby  
Przełęcz Iwaniacka - 1 osoba  
Zadni Ornak (wyplaszczenie - koniec podbiegu) – 2 osoby  
Siwa Przełęcz (Start zjazdu na czas) – 2 osoby  
Granica górna lasu (czarny szlak) (Meta zjazdu na czas) – 2 osoby  
Polana Iwanówka (skrzyżowanie szlaków) – 1 osoba  
Raczkowa Przełęcz i Starorobociański Wierch (fakultatywa) – 2 osoby

### 9.2 Trasa zastępcza:

Start/Meta Schronisko Ornak - 4 osoby  
Polana Zahradziska – 1 osoba  
„Piec” – 1 osoba  
Polana Uplaz (koniec pomiaru czasu) – 2 osoby  
Dolina Tomanowa (fakultatywa) – 2 osoby

## 10. Kategorie zawodników i zasady klasyfikacji:

**10.1.** Zawodnicy startują w ZESPOŁACH DWUOSOBOWYCH według reguł Pucharu Polski PZA. Są podzieleni na następujące kategorie:

Kategoria	Roczniki	Podkategoria	Roczniki
kadetki	1995-1996-1997		kadetki
kadeci	1995-1996-1997		kadeci
juniorki	1992-1993-1994		juniorki
juniorzy	1992-1993-1994		juniorzy
seniorki	1991 i wcześniejsze	espoir	1989-1991
		weteranki	1971 i wcześniejsze
seniorzy	1991 i wcześniejsze	espoir	1989-1991
		weteranki	1971 i wcześniejsze

### 10.2. Zawody składają się z:

A. części „obowiązkowej”, o przewyższeniu ok. 1000 – 1200 m, na której to trasie znajdują się odcinki „na czas” podbiegu (o przewyższeniu ok. 500 – 1000 m) oraz zjazdu terenowego, jeśli to jest wskazane, to po bramkach.

B. części „fakultatywnej”, o dodatkowym przewyższeniu kilkuset metrów, dla sportowo bardziej ambitnych zespołów (nie dotyczy kadetów)

**10.3.** Klasyfikacja zawodników, w zespołach dwu osobowych, odbywa się według „włoskiego” modelu punktacji, przy czym zespół, który uzyskał NAJNIŻSZĄ ilość punktów, wygrywa. Zasady obliczania liczby punktów

Załącznik #3 plik: ZAL\_3\_zasady punktacji\_MSt24\_2012.doc

## **11. Wymogi sprzętowe:**

Artykuły wyliczone poniżej muszą spełniać wymogi europejskie (EU) lub wymogi UIAA lub wymogi ISMF. O zmianach w liście wyposażenia obowiązkowego zawodnicy będą informowani na bieżąco.

Podstawowe obowiązkowe wyposażenie zawodnika:

**11.1. Narty** wyposażone w metalowe krawędzie na co najmniej 90% ich długości, o szerokości co najmniej 60 mm pod butem, 80 mm z przodu i 70 mm z tyłu. Narty muszą mieć co najmniej 160 cm długości dla mężczyzn z wyjątkiem kadetów i 150 cm dla kobiet i kadetów. Wiązania muszą umożliwiać ruch piety podczas podchodzenia lub zjazdu i mogą lecz nie muszą być wyposażone w paski zabezpieczające, na ryzyko zawodnika. Zarówno przednia, jak i tylna część wiązań musi być jednego producenta i nie mogą one być modyfikowane. Tylna część wiązania musi zapewniać bezpieczne wypinanie w płaszczyźnie przód-tył, jak i na boki (w płaszczyźnie prostopadłej). przednia część wiązania nie musi mieć bezpiecznika pod warunkiem informacji producenta o braku bezpiecznika. Ciężar minimalny jednej narty z wiązaniem 700g dla kobiet i kadetów, 750g pozostali mężczyźni. Stosowanie wiązań i butów biegowych oraz ich pochodnych jest stanowczo zabronione.

**11.2. Buty** muszą zakrywać kostkę i posiadać podeszwy typu Vibram lub podobne, przy czym podeszwa taka musi zajmować przynajmniej 75% powierzchni stopy, a nacięcia w niej muszą być głębokie na 4 mm. Minimalna liczba nacięć podeszwy: 8 na obcasie i 15 w części przedniej. (Minimalna powierzchnia nacięcia: 1cm<sup>2</sup>). Buty muszą być przystosowane do zamocowania na nich metalowych raków i muszą być zapinane na minimum dwie klamry. Ciężar jednego buta z suchym botkiem 450g dla kobiet i kadetów, 500g dla pozostałych mężczyzn. Skorupy butów nie mogą być modyfikowane. Jedyne dopuszczony przypadek modyfikacji, to modyfikacja przez innego producenta, który ma na to zgodę producenta butów. Skorupa nie może być oklejana taśmą.

**11.3. Para kijków** narciarskich alpejskich, skiturowych lub biegowych o maksymalnej średnicy rurki 25 mm z kółkami z tworzywa innego niż metal.

**11.4. Para fok.** Ze względu na zasady ochrony środowiska nie wolno stosować taśm samoprzylepnych i innych środków zwiększających przyczepność lub poślizg fok.

**11.5. Ubranie dolnej połowy ciała:** długie spodnie o rozmiarze odpowiednim dla danego zawodnika. Konieczne są co najmniej dwie warstwy ubrania (obydwie z długimi nogawkami: pierwsza to spodnie narciarskie lub kombinezon narciarski, druga z materiału nieprzepuszczalnego dla wiatru, wodoodpornego i oddychającego).

**11.6. Ubranie górnej połowy ciała:** z długimi rękawami o rozmiarze odpowiednim dla danego zawodnika. Konieczne są co najmniej trzy warstwy ubrania: pierwsza warstwa (może być z krótkimi rękawami), nieprzepuszczalna dla wiatru, kombinezon narciarski i trzecia wodoodporna i oddychająca.

**11.7. Detektor lawinowy 457 kHz.** Każdy zawodnik musi nosić to urządzenie na sobie w trybie nadawania przez cały czas trwania zawodów. Urządzenie musi być umieszczone pod ubraniem w bezpośrednim kontakcie z ciałem zawodnika. Detektor nie może być widoczny nawet w sytuacji rozpięcia kombinezonu ze względów termicznych. Zawodnik jest odpowiedzialny za sprawdzenie czy urządzenie działa poprawnie.

Regulamin XXIV Memoriału Jana Strzeleckiego w Narciarstwie Wysokogórskim  
17 marca 2012 – Tatry Zachodnie – Puchar Polski PZA

**11.8. Łopata ratunkowa do śniegu** (o wymiarach powierzchni roboczej co najmniej 20 cm x 20 cm i stylisku w kształcie litery „T”, „L” albo „D”), o długości w pozycji roboczej minimum 50 cm nie przerabiana.

**11.9. Sonda lawinowa** minimalnej długości 240 cm i minimalnej średnicy 10 mm. Sonda nie może być przerabiana po wyprodukowaniu.

**11.10. Płachta ratunkowa** powierzchnia minimum 1,80 m<sup>2</sup>.

**11.11. Rękawice** chroniące całą rękę do nadgarstka **ubrane przez cały czas trwania zawodów**.

**11.12. Okulary/gogle narciarskie** przeciwsłoneczne z filtrem.

**11.13. Plecak** o pojemności wystarczającej do pomieszczenia całego wymaganego sprzętu z dwoma paskami mocującymi narty (noszenie nart w inny sposób jest niedozwolone). W biegu zespołowym dopuszcza się noszenie nart swoich i partnera pod warunkiem wyposażenia plecaka w druga parę pasków mocujących. W zawodach zespołowych każdy członek zespołu powinien mieć plecak wraz z wymaganym wyposażeniem na plecach na całej trasie zawodów.

**11.14. Kask.** Należy go obowiązkowo nosić na głowie zapięty na podbródku podczas wszystkich zjazdów, a także na wszystkich częściach trasy określonych przez organizatora zawodów podczas odprawy.

**11.15. Para metalowych raków** zgodna z norma UIAA 153 z co najmniej 10 zębami, w tym dwoma frontowymi, dopasowanych do butów zawodnika oraz z paskami zabezpieczającymi. Kiedy raki nie są noszone na butach, muszą być spakowane w plecaku, zębami do siebie. W przypadku specjalnej kieszeni plecaka na raki, kieszeń musi być przypięta do plecaka. Raki nie mogą być modyfikowane. Nieodpowiednie raki lub nieodpowiednie ich użycie prowadzi do dyskwalifikacji. W czasie użycia raki muszą być zapięte na butach i zabezpieczone paskami.

**11.16. Sprawna czolówka.**

**11.17. Wyposażenie dostarczone przez organizatora:** Numery dla zawodników. Numery dostarczone przez organizatora muszą być noszone w miejscach do tego przeznaczonych przez cały czas trwania zawodów (plecak). Nie wolno ich zwijać ani obcinać.

## **12. ZACHOWANIE ZAWODNIKÓW**

### **12.1.**

Każdy zawodnik, który zostanie doścignięty musi obowiązkowo i natychmiast ustąpić drogi zawodnikowi który mówi: „Track” (trasa). Jeśli istnieją dwa ślady, to ślad górny jest dla zawodników szybszych.

### **12.2.**

Każdy zawodnik w kłopotach może zrezygnować z dalszego udziału w zawodach ze swojej inicjatywy, albo być zdjętym z trasy przez dyrektora zawodów lub jednego z lekarzy organizatorów. Rezygnacja lub zdjęcie z trasy powinna mieć miejsce na punkcie kontrolnym z wyjątkiem okoliczności nadzwyczajnych.

### **12.3.**

Wszyscy zawodnicy są zobowiązani przyjść z pomocą osobie będącej w niebezpieczeństwie. Jury weźmie pod uwagę czas poświęcony na udzielenie pomocy.

### **12.4.**

Zabronione jest korzystanie z pomocy zewnętrznej podczas zawodów. Wyjątek: wymiana dowolnej ilości złamanych kijków i złamanych nart – zawodnik musi oddać złamany element

Regulamin XXIV Memoriału Jana Strzeleckiego w Narciarstwie Wysokogórskim  
17 marca 2012 – Tatry Zachodnie – Puchar Polski PZA

sędziemu w punkcie kontrolnym lub punkcie kierunkowym (także na starcie lub na mecie); nowy element można wziąć w dowolnym miejscu trasy od dowolnej osoby.

**12.5.**

Każde niestosowne zachowanie lub niezastosowanie się do regulaminu zgłoszone do przewodniczącego jury musi być potraktowane zgodnie z regulaminem i zbadane przez jury. Może ono pociągnąć za sobą postępowanie dyscyplinarne.

**13. Postanowienia dodatkowe**

**13.1.**

Zawody mogą być odwołane i przeniesione na inny termin w przypadku wyjątkowo niekorzystnych warunków atmosferycznych.

**13.2.**

Uczestnicy mogą wziąć udział w zawodach po uiszczeniu opłaty startowej. Ubezpieczają się we własnym zakresie i startują na własną odpowiedzialność.

**13.3.**

Osoby, które zrezygnują ze startu nie mogą ubiegać się o zwrot wpisowego.

**13.4.**

Uczestnik biegu jest zobowiązany przestrzegać zasad organizacyjnych ustalonych przez Organizatora oraz ogólnych zasad bezpieczeństwa.

**13.5.**

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do jury. Niniejszy regulamin może ulec zmianie, o czym uczestnicy zostaną powiadomieni

**12. Możliwość zakwaterowania:**

Schronisko Górskie PTTK na Hali Ornak Dolina Kościeliska

**13. Możliwości kontaktu:**

Klub Wysokogórski - Kraków  
31-152 Kraków, ul. Pędzichów 11/10a;  
tel./fax.: (012)4234730;  
Strona internetowa: [www.kw.krakow.pl](http://www.kw.krakow.pl)  
Dominik Malec [kinimod.celam@gmail.com](mailto:kinimod.celam@gmail.com)  
tel.:(+48)608313719