



POKYNY K 5 ETAPOVÝM ZÁVODŮM



Centrum závodů: Velká Kraš, louka naproti tábora Habina
(shromaždiště pro všechny etapy a vložený sprint)

Datum konání: 13. - 16. srpna 2015 (čtvrtek - neděle)

Pořadatelský subjekt: OBO - Orientační běh Opava

Závodní program:

		Etapa	Start		Stavitel
Čtvrtek	13. 8.	E1 krátká trať	15:00	1:10 000	Schuster ml.
Pátek	14. 8.	E2 klasická trať	9:00	1:10 000	Hadač st.
Pátek	14. 8.	vložený sprint	17:00	1: 4 000	Holas
Sobota	15. 8.	E3 krátká trať	9:00	1:10 000	Melecký M.
Sobota	15. 8.	E4 sprint	16:00	1: 5 000	Borunský
Neděle	16. 8.	E5 zkrácená trať	9:00	1:10 000	Glonek

Přehled kategorií:

D10, D12, D14, D16, D18, D20, D21AB, D35AB, D40B, D45AB, D55, D60, D65
H10, H12, H14, H16, H18, H20, H21AB, H35AB, H45AB, H55AB, H65, H70, H75
TK (kratší), TL (delší), HDR děti s doprovodem, jednoduchá smajlíková trať,
DH10N jednoduchá smajlíková trať.

U kat. HDR, TK a TL je možnost se přihlásit na jednotlivé etapy i den předem do počtu volných míst, jednotlivé etapy se nesčítají.

Kategorie pro vložený sprint:

D10, D12, D14, D16, D18, D21, D35, D45, D55
H10, H12, H14, H16, H18, H21, H35, H45, H55

Ranking:

Etapy E1, E2, E3, E4, E5 jsou započítávány do rankingu s koeficientem 1.0.

Prezentace:	Středa	12. 8. 2015	16:00 – 21:00	
	Čtvrtek	13. 8. 2015	10:00 – 13:00	
	Pátek	14. 8. 2015	07:30 – 08:00	15:30 - 16:00
	Sobota	15. 8. 2015	07:30 – 08:00	14:30 - 15:00
	Neděle	16. 8. 2015	07:30 – 08:00	

Prezentace probíhá vždy v centru závodů.

Výdej prezentačního sáčku bude až po zaplacení všech plateb celého oddílu.

Tréninková mapa: Mapa na obálce pokynů „Ukázka tratě HDR s rozmístěním smajlíků“ (v lese nejsou kontroly).



POKYNY K 5 ETAPOVÝM ZÁVODŮM



Ubytování v kempu:

Ve vymezeném prostoru v centru závodů. Přísný zákaz rozdělávání ohňů a kopání jam. Kemp otevřen od 12. 8. 2015 od 16:00 hod. do 16. 8. 2015 do 15:00 hod.

Parkování:

Dle pokynů pořadatelů. Pro závodníky ubytované v kempu bude v případě **nedeštivého počasí** povolen vjezd ke stanům. Plocha není regulována, prosíme o vzájemnou ohleduplnost. Pro dojíždějící závodníky je vyhrazeno parkoviště. (V případě deště i pro ubytované v campu). Vzdálenost z parkoviště do centra závodů je 300 m.

Mapy:	E1:	krátká trať	1:10 000	e = 5 m	A4
	E2:	klasická trať	1:10 000	e = 5 m	A3
	E3:	krátká trať	1:10 000	e = 5 m	A4
	E4:	sprint	1: 5 000	e = 2,5 m	A4-
	E5:	zkrácená trať	1:10 000	e = 5 m	A3-
	VS:	sprint, micro	1: 5 000	e = 2,5 m	A4-

Mapy budou **vodovzdorně upraveny**. Mapy se v cíli **neodebírají**.

Autoři map: Lenhart, Cigoš (mapování 2015).

Mapy jsou vyhotoveny dle klíče **ISOM**, sprintové mapy dle klíče **ISSOM**.

Technologie tisku: laser.

Vzdálenosti:

	Centrum – Start	Centrum – Cíl
E1	3500 m	3500 m
E2	1000 m	300 m
E3	300 m	500 m
E4	2600 m	2700 m
E5	1300 m	1400 m
VS	1000 m	600 m

Ke startu a cíli E1, E4, E5 vedou zpevněné cesty. **Můžete použít vlastní kolo.**

Z cíle E1, E4, E5 a VS se jde do centra závodu **stejnou cestou** jako na start, po modrobílých fáborkách.

Ražení:

Elektronické (systém SportIdent). Platí pro všech 5 etap i vložený sprint. Při poruše el. systému ražení použijte náhradní mechanické ražení, při doběhu předložte hlavnímu rozhodčímu ke kontrole. Políčka R1, R2, R3 najdete v některém z dolních rohů závodní mapy. Každý závodník si na startu musí vynulovat a zkontrolovat svůj SI čip, po doběhu je také povinen si nechat v cíli odečíst údaje z SI čipu do počítače (a to i v případě, že nedokončí závod !!). **Vyčítání SI čipů je v centru závodů, závodník je povinen si SI čip vyčíst v co nejkratším čase po doběhu etapy.**



POKYNY K 5 ETAPOVÝM ZÁVODŮM



Terén:

Členitý terén s množstvím kamenů, kupek, prohlubní, porostově pestrý. V závodním prostoru se nachází velké množství menších i větších kamenných lomů. **Dbejte zvýšené opatrnosti.**

Kategorie HDR, TK a TL:

Tyto kategorie mají možnost libovolného startu v intervalu od startovního času 00 - do doby startu posledního startujícího závodníka dle vyvěšené startovní listiny v jednotlivých etapách. Start - startovací krabičkou SI. Bližší informace ke kategoriím HDR jsou popsány samostatně v pokynech.

Startovní listiny:

Startovní listiny budou vyvěšeny v centru závodů a v těsné blízkosti startů.

Startovní čísla: Každý závodník je povinen běžet se startovním číslem. Startovní čísla závodníci obdrží při prezentaci. V kategoriích HDR, TK a TL mají startovní čísla jen předem přihlášení na všechny etapy.

Popisy kontrol:

Budou vytištěny na mapách E1 - E5, VS.

Použití zvláštních mapových symbolů:

Vývrat (zelený křížek), výrazný strom (zelené kolečko), jiný objekt (černý křížek), mapová značka pro hraniční kámen je zmenšená.

Start:

Pro všechny etapy je start intervalový (včetně vloženého sprintu). Začátek orientace je označen kontrolním lampionem, který je ve vzdálenosti do 200 m (upřesnění na startu) od posledního startovního koridoru. Postup mezi posledním startovním koridorem a začátkem orientace je značen červenými fáborčky (povinný úsek). Závodníci si odebírají mapy po ostrém startu. **Značení startu z centra: modro-bílé fáborčky**

Cíl: Ve všech etapách se cílový čas zaznamenává oražením jednotky SI (umístěné na cílové čáře). Postup od sběrné kontroly do cíle je značen červenými fáborčky (povinný úsek). Čas uzavření cíle jednotlivých etap je čas startu + čas posledního startujícího + časový limit.

Časové limity:	1. etapa	-	90 minut
	2. etapa	-	150 minut
	3. etapa	-	90 minut
	4. etapa	-	60 minut
	5. etapa	-	120 minut
	VS	-	60 minut



POKYNY K 5 ETAPOVÝM ZÁVODŮM



Občerstvení na startu:

Cesta na start vede přes cíl, kde je občerstvení i pro start pro etapy E1, E4, E5.

Občerstvení po závodě: Ochucená pitná voda v cíli.

Občerstvení na trati: Pitná voda E2 - vyznačeno na mapě.

Stravování:

V centru závodů - grilované maso, zelenina, párek v rohlíku, pivo, limo, pečivo (rohlíky, koláče, koblihy), káva, čaj.

Restaurace Habina - polévky, guláš, ...

Umývání:

Mytí v mobilních sprchách a korytech. **Voda ve sprchách a korytech není pitná!**

Šetřete s vodou, zákaz používání mýdla, šampónů a saponátů. Časový rozpis, kdy poteče voda ve sprchách a korytech bude umístěn na Info tabuli v centru.

Pitná voda:

Pouze v cisterně v kempu a je označena. Z důvodu velmi teplého počasí je pitná po převaření. Šetřete s vodou, nepoužívat k mytí.

WC: WC je chemické mobilní v centru.

Koupání: Koupaliště Velká Kraš a lomy v okolí.

Zakázané prostory: Prostor závodu jednotlivých etap je zakázaným prostorem pouze v době probíhající etapy.

Zdravotní zabezpečení:

Základní ošetření - v cíli etap E1, E3, E4, E5, VS, jinak v centru závodů.

Protesty:

Písemně s vkladem 200,- Kč hlavnímu rozhodčímu. Dodatečné protesty na adresu hlavního rozhodčího - Luděk Valík, Šeděnkova 20, 747 07 Opava - Jaktař, e-mail: ludek.valik@atelier38.cz.

Jury závodu:

Složení bude vyvěšeno v centru závodů.

Předpis:

Závod se podle platných pravidel OB sekce OB ČSOS a těchto doplňujících pokynů: předpokládané časy vítězů dle platného SŘ sekce OB se zkrácením - klasika 80%, zkrácená trať je pak úměrně kratší klasice.



POKYNY K 5 ETAPOVÝM ZÁVODŮM



Výsledky: Budou vyvěšovány v průběhu závodů v centru.

Vyhlašování výsledků: Probíhá vždy v centru závodů.

Čtvrtek	19.30 - 20:00 - E1
Pátek	19.30 - 20:00 - E2, vložený sprint
Sobota	19.30 - 20:00 - E3, E4
Neděle	13:30 - E5, celkové výsledky (součet E1 - E5)

Jednotlivé etapy:

Vyhlašují se vítězové všech kategorií.

Kategorie HDR, TK, TL se nevyhlašuje.

Celkové výsledky:

Vyhlašuje se 1. - 3. místo.

Kategorie HDR, TK, TL se nevyhlašuje.

Vložený sprint: Vyhlašuje se pouze vítěz.

Upozornění:

V lese probíhá výstavba nových cyklistických pěšinek (tzv. singltracků) v rámci areálu Rychlebských stezek. Tyto nejsou v mapě zaznamenány, neboť výstavba probíhá průběžně. V lese probíhá těžba dřeva.

Závodníci závodí **na vlastní nebezpečí**. Bezplatná lékařská pomoc je poskytována pouze po doběhu v cíli. Následující lékařskou pomoc si každý účastník hradí ze svého zdravotního pojištění.

Zákaz vstupu na soukromé pozemky a do oplocenek.

Přísný zákaz rozdělávání ohňů v celém areálu závodů.

Nenechávejte cenné věci ve stanech. Pořadatel neručí za případné ztráty.

V prostoru závodů je zvýšený pohyb cyklistů, dbejte zvýšené opatrnosti.

Třídění odpadu:

V centru závodů, campu, v cíli a na startu budou rozmístěny igelitové pytle pro odpad. **Žluté**, označené nápisem POUZE PLASTY jsou určeny výhradně pro plastový odpad (bez jakýchkoliv jiných příměsí: papír, zbytky jídla, ...).

Funkcionáři: Ředitel závodů:	Jana Kostková R3	☎ +420 777 896 979
Technické záležitosti:	Jan Peřinka R3	☎ +420 602 677 755
Sportovní záležitosti:	Mirek Hadač R1	☎ +420 602 719 817
Hlavní rozhodčí:	Luděk Valík R2	☎ +420 777 814 526

Informace: www.silesia.obopava.cz



VLOŽENÝ SPRINT A TRAŤ HDR



Doplňující pokyny k vloženému sprintu.

Fyzicky nenáročný vložený sprint postavený na základech **micro-orientáku**. Startovní interval 1 minuta.

Na trati jsou připraveny mapové záludnosti, se kterými se závodník bude muset rychle vypořádat.

Na mapě bude zakreslena sprintová trať. **Popisy - nebudou na nich však kódy.**

V místě kontroly bude většinou postaveno několik kontrol. Teprve na základě **správně přečtené mapy a vyhodnocení popisu** lze spolehlivě rozhodnout, která kontrola je ta správná.

Na stejném objektu může být **jedna i více kontrol.**

U nebodových objektů bude střed kolečka v mapě odpovídat umístění lampiónu v lese.

Za **nesprávně** oraženou kontrolu je penalizace **1 minutou**.

V případě, že bude závodník mít naraženo **více kontrol, než je na jeho trati na mapě**, bude za každou kontrolu **navíc** penalizován **1 minutou**. Tzn., že nelze provést

opravné ražení, pro oražení dané kontroly má závodník jen jeden pokus.

Ražení do políček R1, R2, R3 je uznatelné pouze v případě prokazatelné nefunkčnosti kontroly.

Upřesňující pokyny k trati HDR:

Tato kategorie **není závodní, nevyhlašuje se, nehodnotí se pořadí** (čas uvidíte jen na lístečku z vyčítání). Kategorie je určena pro učení se základům orientačního běhu. Každý malý účastník, který projde cílem bude „**sladce**“ **odměněn** přímo v cíli.

Co čeká děti na trati?

Jednoduchá trať, která je zvládnutelná po cestách a pěšinách.

Po každém rozhodnutí na křižovatce nebo větvení bude v případě správného rozhodnutí na cestě umístěn **smějící se smajlík** a na chybných volbách pak **mračící se smajlík** (smajlíci nebudou vidět přímo z rozhodovacích bodů).

Pokud dítě na postupu potká mračícího se smajlíka, znamená to, že zvolilo chybnou cestu, musí se vrátit zpět a zvolit jinou cestu (nepředpokládá se však postup od kontroly po cestě, kterou se k ní přichází, pozor: na křižovatce nebude mračící se smajlík v protisměru).

Mezi dvěma kontrolama může vést více variant postupů. V takovém případě budou všechny varianty označeny smějícími se smajlíky.

Exponovaná místa mohou být označena několika smajlíky za sebou, aby dítě tuto část lépe zvládlo.

Viz mapka s ukázkou rozmístění smějících se a mračících se smajlíků na obálce.

Vložený sprint			
KAT.	délka	stoup.	kontr
H10	1,6	45	7
H12	1,8	60	10
H14	2,2	65	13
H16	3,6	100	22
H18	4,0	110	27
H21	4,4	115	29
H35	3,6	115	26
H45	3,8	110	23
H55	3,0	75	18

Vložený sprint			
KAT.	délka	stoup.	kontr
D10	1,4	40	7
D12	1,6	50	9
D14	1,8	65	11
D16	3,4	100	20
D18	3,6	105	24
D21	4,0	100	26
D35	3,6	100	26
D45	3,2	100	20
D55	2,6	50	15



DÉLKY TRATÍ



KAT.	E1			E2			E3			E4			E5		
	délka	stoup.	kontr	délka	stoup.	kontr	délka	stoup.	kontr	délka	stoup.	kontr	délka	stoup.	kontr
H10	2,2	25	6	2,3	45	6	1,8	55	8	1,0	15	8	2,3	55	8
H10N	1,8	25	7	2,3	40	6	1,6	50	6	1,0	15	10	1,5	30	5
H12	2,5	30	8	2,1	70	5	2,3	70	10	1,4	35	14	2,7	80	8
H14	3,1	40	11	3,8	120	8	3,0	125	17	1,6	40	15	3,7	100	10
H16	3,9	85	14	5,3	170	11	3,6	175	16	1,7	45	15	5,4	200	16
H18	4,9	100	17	7,5	210	11	3,9	180	20	2,2	55	21	6,6	260	17
H20	5,3	115	19	8,4	240	15	4,0	220	21	2,6	65	22	6,4	225	19
H21A	6,4	150	28	10,7	295	16	5,7	255	27	2,8	70	26	8,0	290	20
H21B	5,8	130	25	8,3	260	13	4,6	210	23	2,6	65	22	6,4	225	19
H35A	5,2	100	18	6,6	210	13	4,1	185	23	2,5	60	21	6,8	245	15
H35B	4,9	100	15	5,9	190	11	3,5	170	17	2,4	55	20	5,3	235	14
H45A	4,7	85	16	6,1	205	13	3,9	170	19	2,4	55	21	5,6	210	14
H45B	4,4	70	15	5,0	185	10	3,6	145	18	2,1	50	18	4,8	160	13
H55A	4,2	70	14	5,2	195	11	3,3	130	16	2,0	50	18	4,2	140	11
H55B	3,3	50	12	4,6	180	11	2,9	125	14	1,7	50	17	3,8	105	10
H65	2,9	45	10	4,3	170	9	2,7	110	14	1,5	40	15	3,5	120	11
H70	2,8	40	10	3,6	150	8	2,3	95	11	1,4	35	14	2,8	85	8
H75	2,6	35	10	3,2	130	7	2,1	70	11	1,2	30	12	2,3	50	8
TK	2,2	45	13	3,7	150	10	2,2	55	12	2,0	45	19	2,8	80	8
TL	3,2	60	14	6,0	190	8	3,1	110	16	2,5	60	21	4,6	230	13
HDR	1,8	25	7	2,3	40	6	1,6	50	6	1,0	15	10	1,5	30	5

KAT.	E1			E2			E3			E4			E5		
	délka	stoup.	kontr	délka	stoup.	kontr	délka	stoup.	kontr	délka	stoup.	kontr	délka	stoup.	kontr
D10	1,8	25	7	2,3	45	5	1,7	35	8	0,9	15	8	2,3	50	8
D10N	1,8	25	7	2,3	40	6	1,6	40	6	1,0	15	10	1,5	30	5
D12	2,1	25	9	2,0	65	4	2,1	70	10	1,4	30	15	2,2	55	8
D14	2,3	35	8	3,5	100	7	2,6	90	12	1,5	45	15	3,0	60	8
D16	2,9	45	13	4,4	120	8	3,3	130	18	1,7	50	20	3,7	120	12
D18	4,1	80	17	4,8	150	8	3,5	130	19	1,9	55	20	4,9	200	13
D20	4,3	65	17	5,0	170	11	3,5	170	17	2,4	55	22	5,2	205	16
D21A	5,5	115	21	7,9	190	13	4,6	180	22	2,6	65	25	5,5	205	19
D21B	4,9	100	17	5,0	180	9	3,6	160	18	2,6	60	23	4,3	170	14
D35A	3,9	65	15	5,2	170	13	3,6	130	18	2,3	55	24	5,0	180	15
D35B	3,8	60	14	4,5	155	11	3,4	120	16	2,2	55	19	4,3	130	13
D40B	3,7	55	14	4,1	155	9	3,4	120	16	2,1	50	21	4,1	120	11
D45A	3,6	55	14	4,5	165	10	3,0	115	18	2,1	45	19	4,2	150	10
D45B	3,5	55	13	3,8	150	10	2,8	105	13	2,0	45	19	3,6	115	9
D55	3,2	40	14	4,0	145	10	2,6	95	14	1,8	45	17	3,0	120	10
D60	2,7	30	11	3,7	130	8	2,1	80	11	1,7	40	15	2,9	70	9
D65	2,6	35	10	3,6	100	8	1,9	65	9	1,6	40	16	2,5	65	9

