



# Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

Plac Wolności 8  
40-078 Katowice  
tel. (+32) 25 43 019, fax (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.miconet.pl>  
e-mail: [kandahar@miconet.pl](mailto:kandahar@miconet.pl)  
Nr konta bankowego: 70 2130 0004 2001 0344 8024 0001  
Volkswagen Bank Polska S.A.

---

**Nazwa zawodów:** Puchar Pilska

**Termin zawodów:** 26 stycznia 2008r

**Organizator:** Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

**Biuro zawodów:** Schronisko na Hali Miziowej -Korbielów

**Dyrektor zawodów:** Marta Nyznar

**Kierownik trasy:** Adam Matuszny

**Sędzia krajowy wchodzący w skład jury ze strony organizatora:** Jadwiga Kubica- Gomola

## **Program zawodów:**

### **25 stycznia 2008 (piątek),**

godz. 19.45- zamknięcie i wywieszenie list startowych

godz. 20.00- odprawa zawodników

### **26 stycznia 2008 (sobota),**

godz. 8.00- kontrola przedstartowa zawodników w kategorii zespołowej i indywidualnej

godz. 8.30- start zawodników we wszystkich kategoriach

od godz. 12.00- obiad

godz. 15.30- wywieszenie wyników

godz. 15.30- 15.45- przyjmowanie protestów

godz. 16.30- ogłoszenie oficjalnych wyników, rozdanie nagród

## **Planowana trasa:**

### **kategoria zespołowa (seniorki, seniorzy)**

Hala Miziowa – Kopiec – Kopała Pilska – Hala Cebulowa – Munczolik – Palenica – Potok Cebulowy – Skałki – Hala Miziowa –Kopiec – Kopała Pilska ( **limit czasowy 2,5 godziny**) – Solisko – Hala Szczawina – Solisko – Kopała Pilska – Kopiec – Końska Droga – Trawers – Czarna Nartostrada – Hala Miziowa (**ok. 1850m przewyższenia i ok. 26,5km długości**)

### **kategoria indywidualna (kadetki, kadeci, juniorki, juniorzy)**

Hala Miziowa – Kopiec – Kopała Pilska – Hala Cebulowa – Munczolik – Palenica – Potok Cebulowy – Skałki – Końska Droga – Trawers – Czarna Nartostrada – Hala Miziowa (**ok. 900m przewyższenia i ok. 12,5 km długości**)



# Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

Plac Wolności 8  
40-078 Katowice  
tel. (+32) 25 43 019, fax (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.miconet.pl>  
e-mail: [kandahar@miconet.pl](mailto:kandahar@miconet.pl)  
Nr konta bankowego: 70 2130 0004 2001 0344 8024 0001  
Volkswagen Bank Polska S.A.

## Organizatorzy zastrzegają sobie prawo dostosowania trasy do panujących w dniu zawodów warunków śniegowych oraz do uzgodnień z dyrekcją GAT

### REGULAMIN ZAWODÓW

#### WARUNKI KLASYFIKACJI

##### § 1

W Pucharze Pilska klasyfikowani są wyłącznie zawodnicy posiadający ważną licencję krajową PZA w dyscyplinie narciarstwo wysokogórskie lub licencję ISMC UIAA lub licencję federacji krajowej zrzeszonej w ISMC UIAA.

#### FORMUŁA ZAWODÓW

##### § 2

**Konkurencja zespołowa / indywidualna, pomiar czasu start-meta, start wspólny**

#### KATEGORIE ZAWODNIKÓW

##### § 3

Zawodnicy klasyfikowani są sześciu kategoriach w zależności od płci i wieku:

<b>kategoria</b>	<b>roczniki</b>
kadetki	1990 - 1992
kadeci	1990 - 1992
juniorki	1988 - 1989
juniorzy	1988 - 1989
seniorki	1987 i wcześniej
seniorzy	1987 i wcześniej

#### SPRZĘT I WYPOSAŻENIE ZAWODNIKÓW

##### § 4

Artykuły wyliczone poniżej muszą spełniać wymogi europejskie (EU) lub wymogi UIAA.

##### § 5

Podstawowe obowiązkowe wyposażenie zawodnika:

- Narty** wyposażone w metalowe krawędzie na co najmniej 90% ich długości, o szerokości co najmniej 60 mm pod butem. Narty muszą mieć co najmniej 160 cm długości dla mężczyzn i



# Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

Plac Wolności 8  
40-078 Katowice  
tel. (+32) 25 43 019, fax (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.miconet.pl>  
e-mail: [kandahar@miconet.pl](mailto:kandahar@miconet.pl)  
Nr konta bankowego: 70 2130 0004 2001 0344 8024 0001  
Volkswagen Bank Polska S.A.

150 cm dla kobiet (dla młodziczek i młodzików minimum 80% wzrostu zawodnika). Wiązania muszą umożliwiać ruch pięty 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 zapewniać bezpieczne wypinanie w płaszczyźnie przód-tył, jak i na boki (w płaszczyźnie prostopadłej). Stosowanie wiązań i butów biegowych oraz ich pochodnych jest stanowczo zabronione.

Narty z wiązaniami muszą mieć przynajmniej:

Dla mężczyzn:

Minimalna waga (narta + wiązanie): 1000 gramów (bez tolerancji) (para: 2000 gramów)

Dla kobiet:

Minimalna waga (narta + wiązanie): 900 gramów (bez tolerancji) (para 1800 gramów)

- 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.

Buty muszą ważyć przynajmniej:

Dla mężczyzn:

Minimalna waga buta: 900 gramów (bez tolerancji) (para 1800 gramów)

Dla kobiet:

Minimalna waga buta: 800 gramów (bez tolerancji) (para 1600 gramów)

- Para kijków** do narciarstwa alpejskiego lub biegowego o maksymalnej średnicy 25 mm z niemetalowymi talerzykami.
- Para fok.** Ze względu na zasady ochrony środowiska nie wolno stosować taśm samoprzylepnych i innych środków zwiększających przyczepność lub poślizg fok.
- Ubranie dolnej połowy ciała**, długie spodnie o rozmiarze odpowiednim dla danego zawodnika. Konieczne są co najmniej dwie warstwy ubrania (obydwie z długimi nogawkami: jedna z materiału nieprzepuszczalnego dla wiatru, a druga to spodnie narciarskie lub kombinezon narciarski.
- Ubranie górnej połowy ciała** z długimi rękawami o rozmiarze odpowiednim dla danego zawodnika. Konieczne są co najmniej trzy warstwy ubrania: nieprzepuszczalna dla wiatru, kombinezon narciarski i trzecia warstwa (wszystkie warstwy z długimi rękawami).
- Detektor lawinowy 457 kHz.** Każdy zawodnik musi nosić to urządzenie na sobie w pozycji nadawania przez cały czas trwania zawodów. Urządzenie musi być umieszczone pod ubraniem w bezpośrednim kontakcie z ciałem zawodnika. Zawodnik jest odpowiedzialny za sprawdzenie, że urządzenie działa poprawnie. W przypadku gdyby urządzenie popsuło się w trakcie zawodów, zawodnik musi zawiadomić o tym najbliższy punkt kontrolny. Po poinformowaniu o tym fakcie dyrektora zawodów, podejmie on stosowne kroki by zapewnić zawodnikowi bezpieczeństwo.
- Łopata do śniegu** (o wymiarach co najmniej 20x20 cm), nie przerabiana, lecz taka jak została wyprodukowana. Określenie „łopata do śniegu” jest definiowane przez producenta. On ponosi odpowiedzialność za tę definicję.



# Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

Plac Wolności 8  
40-078 Katowice  
tel. (+32) 25 43 019, fax (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.miconet.pl>  
e-mail: [kandahar@miconet.pl](mailto:kandahar@miconet.pl)  
Nr konta bankowego: 70 2130 0004 2001 0344 8024 0001  
Volkswagen Bank Polska S.A.

---

9. **Sonda lawinowa** minimalnej długości 240 cm i minimalnej średnicy 10 mm. Sonda nie może być przerabiana po wyprodukowaniu. Sformułowanie „sonda lawinowa” określa producent i na nim spoczywa odpowiedzialność za tą definicję.
10. **Płachta ratunkowa** o powierzchni co najmniej 1,8 m kw. Sformułowanie „płachta ratunkowa” określa producent i na nim spoczywa odpowiedzialność za tą definicję.
11. **Rękawice** chroniące całą rękę do nadgarstka **ubrane przez cały czas trwania zawodów.**
12. **Okulary** przeciwsłoneczne z filtrem.
13. **Plecak** (pojemność minimum 20 litrów, dla młodzików minimum 10 litrów), przy czym w zawodach zespołowych każdy członek zespołu powinien mieć plecak na plecach na odcinkach zjazdowych.
14. **Kask.** Należy go obowiązkowo nosić na głowie podczas wszystkich zjazdów, a także na wszystkich częściach trasy określonych przez organizatora zawodów podczas odprawy. Kaski muszą być zgodne z normami: EN12492 i UIAA106. **Żaden kask nie gwarantuje pełnego zabezpieczenia przed wszystkimi rodzajami uderzeń.**
15. **Para metalowych raków** z co najmniej 10 zębami, w tym dwoma frontowymi, dopasowanymi do butów zawodnika oraz z paskami zabezpieczającymi. Kiedy raki nie są noszone na butach, muszą być spakowane w plecaku, zębami do siebie. Raki nie mogą być modyfikowane.
16. **Czapka narciarska lub opaska**

Organizator ma prawo do odrzucenia każdej części ekwipunku, która będzie niewłaściwa lub uszkodzona.

## § 6

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 i/lub numer samoprzylepny na prawym udzie). Nie wolno ich związać ani obcinać.

## ZACHOWANIE ZAWODNIKÓW

### § 7

Każdy zawodnik, który zostanie dogoniony **musi** obowiązkowo i natychmiast ustąpić drogi zawodnikowi który mówi: „TRASA”.

### § 8

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.

### § 9



# Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

Plac Wolności 8  
40-078 Katowice  
tel. (+32) 25 43 019, fax (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.miconet.pl>  
e-mail: [kandahar@miconet.pl](mailto:kandahar@miconet.pl)  
Nr konta bankowego: 70 2130 0004 2001 0344 8024 0001  
Volkswagen Bank Polska S.A.

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

## § 10

Zabronione jest korzystanie z pomocy zewnętrznej podczas zawodów. **Wyjątek: wymiana kijka; jednak wymiana 2 kijków to już 5 minut kary.**

## § 11

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.

## DYSKWALIFIKACJA I KARY

### § 12

Obowiązują następujące zasady:

1. Jakikolwiek przedmiot wymagany przez organizatorów brakujący na punkcie kontrolnym lub na mecie (z wyjątkiem złamanego kijka przekazanego sędziemu) = **3 minuty**
2. Otrzymanie zewnętrznej pomocy: sprzętowej, w manewrach, ustalaniu rytmu podczas podchodzenia lub zjazdu, jedzenia i/lub picia poza wyznaczonymi strefami i innych form pomocy zauważonych przez sędziów = **od 5 minut do dyskwalifikacji**
3. Porzucenie sprzętu lub śmieci = **od 5 minut do dyskwalifikacji**
4. Przejście na butach lub holendrowanie na równoległej trasie = **od 3 minut do dyskwalifikacji**
5. Nie respektowanie znaków oznaczających przebieg trasy = **od 5 minut do dyskwalifikacji**
6. Kiepska postawa sportowa = **od 3 minut do dyskwalifikacji**
7. Brak nart lub butów = **dyskwalifikacja**
8. Wyrządzenie poważnej szkody w środowisku naturalnym = **dyskwalifikacja**
9. Ominięcie punktu kontrolnego = **dyskwalifikacja**
10. Nie przestrzeganie zasad bezpieczeństwa na punkcie kontrolnym = **dyskwalifikacja**
11. Jakiegokolwiek działanie uznane za niebezpieczne lub zagrażające bezpieczeństwu lub właściwemu przebiegowi zawodów = **dyskwalifikacja**

## PROTESTY

### § 13

Czas składania protestów wynosi 15 minut od chwili wywieszenia wyników.

### § 14

Pisemne protesty przyjmuje wyłącznie przewodniczący jury a rozpatruje jury zawodów.

## DEKORACJA ZAWODNIKÓW

### § 15

Zawodnicy, którzy zajęli pierwsze trzy miejsca są obowiązani uczestniczyć w dekoracji. Uzasadniony zamiar nieobecności podczas uroczystości dekoracji któregoś z tych zawodników



## Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

Plac Wolności 8  
40-078 Katowice  
tel. (+32) 25 43 019, fax (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.miconet.pl>  
e-mail: [kandahar@miconet.pl](mailto:kandahar@miconet.pl)  
Nr konta bankowego: 70 2130 0004 2001 0344 8024 0001  
Volkswagen Bank Polska S.A.

---

powinien być zgłoszony przewodniczącemu jury. Nie zgłoszona wcześniej lub nieuzasadniona nieobecność zawodnika powoduje jego dyskwalifikację.

**Wpisowe:** 35zł

**Możliwość zakwaterowania:** Schronisko na Hali Miziowej - Korbielów

**Kontakt i zgłoszenia:** Marcin Zwoliński tel: 0602 552 969  
formularz zgłoszeniowy na stronie - [www.kandahar.miconet.pl](http://www.kandahar.miconet.pl) (do 10 stycznia)  
e-mail: [kandahar@miconet.pl](mailto:kandahar@miconet.pl) (do 10 stycznia)

po 10.01.2008 zgłoszenia – 033/ 475 – 0000 i 602 – 552 – 969