



# Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Wojewódzka 30/15  
40-026 Katowice  
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.pl>  
e-mail: klub@kandahar.pl

---

## XVI PUCHAR PILSKA W NARCIARSTWIE WYSOKOGÓRSKIM

**Termin zawodów:** 27.02.2016r.

**Dyrektor zawodów:** Marcin Zwoliński

**Kierownik trasy:** Tomasz Król

**Sędzia główny:** Ilona Bratek

**Biuro zawodów:** Schronisko PTTK na Hali Miziowej, Korbielów

### **Program zawodów:**

#### **26.02.2016 (piątek)**

godz. 16:30 – otwarcie biura zawodów

godz. 20:00 – odprawa zawodników

#### **27.02.2016 (sobota)**

godz. 8.30 – ewentualna odprawa przedstartowa

godz. 9:00 – zakończenie przyjmowania zgłoszeń

godz. 9:15 – przedstartowa kontrola zawodników

godz. 9:30 – start zawodników we wszystkich kategoriach

od godz. 12:00 – posiłek

godz. 15:30 – wywieszenie wyników

godz. 15:30 – 15:45 – przyjmowanie protestów

godz. 16:00 - ogłoszenie oficjalnych wyników, dekoracja zwycięzców i losowanie nagród

### **Wpisowe:**

- 60zł / 15 EUR - wpłata na konto do dnia 25.02.2016 (nr konta: 70 2130 0004 2001 0344 8024 0001 wraz z podaniem imienia oraz nazwiska zawodnika) – prosimy o wydrukowanie i zabranie ze sobą potwierdzenia dokonania przelewu
- 80zł / 20 EUR - wpłata (26.02.2016 lub 27.02.2016) w biurze zawodów

Opłata wpisowa NIE PODLEGA zwrotowi.

**Kontakt:** e-mail: klub@kandahar.pl

Agnieszka Solik: 506 445 500;

Marcin Zwoliński: 602 552 969;



# Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Wojewódzka 30/15  
40-026 Katowice  
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.pl>  
e-mail: klub@kandahar.pl

---

**Zgłoszenia:** poprzez formularz na stronie [www.kandahar.pl](http://www.kandahar.pl) (do 25.02.2016) oraz w biurze zawodów (26.02.2016 i 27.02.2016)

**Rezerwacja noclegów:**

26/27.02.2016 oraz 27/28.02.2016: mailem na adres: [agasolik@gmail.com](mailto:agasolik@gmail.com) - należy podać imię i nazwisko, adres zameldowania, nr dow.os. i dane kontaktowe (pokoje będą przydzielane oddzielnie). Mail zatytułować: "nocleg Puchar Pilska" oraz przelać kwotę 40zł wraz z opłatą wpisowego do dnia 10.02.2016 Po tym terminie rezerwacji można dokonać tylko przez obsługę schronisko, zgodnie z podanym przez nią cennikiem.

**Planowana trasa – team (junior, senior, nesor) – dł. trasy +/-20km; przewyższenie +/- 1650m:**

START > Hala Miziowa – podejście na Pilsko – zjazd żółtym szlakiem poniżej dolnej stacji wyciągu orczykowego – podejście na Kopułę Pilska żółtym szlakiem – zjazd na Kopiec – zjazd przecinką graniczną na Halę Cebulową i dalej do doliny potoku Cebulowego – podejście do zielonego szlaku i dalej nim na Halę Miziową – zjazd wzdłuż czarnej nartostrady do Szczawin, następnie czerwoną nartostradą do punktu kontrolnego – podejście drogą leśną na Solisko Miziowe, następnie grzbietem do czerwonego szlaku, dalej czerwonym szlakiem do Hali Miziowej, podejście na Kopułę Pilska żółtym szlakiem – zjazd na Kopiec – zjazd przecinką graniczną na Halę Cebulową i dalej do doliny potoku Cebulowego - podejście do zielonego szlaku i dalej nim na Halę Miziową – zjazd wzdłuż czarnej nartostrady do Szczawin – podejście: czarną nartostradą na Halę Miziową > META.

**Planowana trasa – single (dzieci) – dł. trasy +/- 6km; przewyższenie +/- 500m:**

START > Hala Miziowa – podejście na Pilsko – zjazd żółtym szlakiem poniżej dolnej stacji wyciągu orczykowego – podejście na Kopułę Pilska żółtym szlakiem – zjazd na Kopiec – zjazd przecinką graniczną na Halę Miziową > META.

**Planowana trasa – single (kadet) – dł. trasy +/-10km; przewyższenie +/- 900m:**

START: Hala Miziowa – podejście na Pilsko – zjazd żółtym szlakiem poniżej dolnej stacji wyciągu orczykowego – podejście na Kopułę Pilska żółtym szlakiem – zjazd na Kopiec – zjazd przecinką graniczną na Halę Cebulową i dalej do doliny potoku Cebulowego – podejście do zielonego szlaku i dalej nim na Halę Miziową - zjazd wzdłuż czarnej nartostrady do Szczawin – podejście: czarną nartostradą na Halę Miziową > META.

***Organizatorzy zastrzegają sobie prawo dostosowania trasy do panujących w dniu zawodów warunków śniegowych.***



# Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Wojewódzka 30/15  
40-026 Katowice  
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.pl>  
e-mail: klub@kandahar.pl

## REGULAMIN ZAWODÓW

### WARUNKI KLASYFIKACJI

#### § 1

W Pucharze Pilska klasyfikowani są wszyscy zawodnicy posiadający ważne badania lekarskie (weryfikacja na podstawie oświadczenia zawodnika), którzy ukończą zawody.

### FORMUŁA ZAWODÓW

#### § 2

W klasyfikacji: junior / senior / nestor konkurencja zespołowa, w klasyfikacji: dzieci / kadet konkurencja indywidualna. Pomiar czasu liczony od startu do mety.

Start wspólny.

W przypadku wspólnego startu dwóch zawodników z różnych kategorii wiekowej – zespół jest klasyfikowany w kategorii wiekowej zawodnika młodszego (wyjątek stanowi zawodnik z kategorii junior, który może startować tylko z zawodnikiem z kategorii senior, a taki zespół klasyfikowany jest w kategorii senior.)

W przypadku wspólnego startu dwóch zawodników różnej płci - zespół jest klasyfikowany w kategorii męskiej.

### KATEGORIE ZAWODNIKÓW

#### § 3

Zawodnicy klasyfikowani są w pięciu kategoriach oraz trzech podkategoriach, w zależności od płci i wieku (decyduje rok urodzenia):

kategoria	podkategoria	wiek w latach	rok urodzenia
dziewczynki / chłopcy		8 do 14	2008 - 2002
kadetka / kadet		15 - 16 - 17	2001 – 2000 – 1999
juniorka / junior		18 - 19 - 20	1998 – 1997 – 1996
seniorka / senior	espoir K/ espoir M	21 - 22 - 23	1995 – 1994 – 1993
		24 do 40	1992 – 1976
	weteranka / weteran	41 do 50	1975 – 1966
nestorka / nestor		51 do 60	1965 – 1956
	master K / master M	61 i więcej	1955 – .....

### SPRZĘT I WYPOSAŻENIE ZAWODNIKÓW

#### § 4

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



# Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Wojewódzka 30/15

40-026 Katowice

tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531

<http://www.kandahar.pl>

e-mail: klub@kandahar.pl

## § 5

Podstawowe obowiązkowe wyposażenie zawodnika:

- **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 160cm długości dla mężczyzn z wyjątkiem kadetów i 150 cm dla kobiet i kadetów. 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 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.
- **Buty** muszą zakrywać kostkę i posiadać podeszwy typu Vibram lub podobne, przy czym podeszwa taka musi zajmować przynajmniej 75% powierzchni podeszwy, 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. Jedyny dopuszczony przypadek modyfikacji, to modyfikacja przez innego producenta, który ma na to zgodę producenta butów. Skorupa nie może być oklejana taśmą.
- **Para kijków** narciarskich alpejskich lub biegowych maksymalnej średnicy 25 mm z kótkami z tworzywa innego niż metal.
- **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: pierwsza to spodnie narciarskie lub kombinezon narciarski, druga z materiału nieprzepuszczalnego dla wiatru i wodoodpornego).
- **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), kombinezon narciarski i trzecia wodoodporna i nieprzepuszczająca wiatru.
- **Płachta ratunkowa** o powierzchni co najmniej 1,8 m kw. Sformułowanie „płachta ratunkowa” określa producent.
- **Rękawice** chroniące całą rękę do nadgarstka **noszone przez cały czas trwania zawodów.**
- **Okulary** przeciwsłoneczne z filtrem lub **gogle lub szybka**
- **Plecak** o pojemności wystarczającej do pomieszczenia całego wymaganego sprzętu



# Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Wojewódzka 30/15

40-026 Katowice

tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531

<http://www.kandahar.pl>

e-mail: [klub@kandahar.pl](mailto:klub@kandahar.pl)

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 drugą parę pasków mocujących. W zawodach zespołowych każdy członek zespołu powinien mieć plecak wraz z wymaganym wyposażeniem na plecach na całej trasie zawodów.

- **Kask.** Należy go obowiązkowo nosić na głowie zapięty na podbródku podczas trwania całych. Kaski muszą być zgodne z normą UIAA 106.

Dodatkowe obowiązkowe wyposażenie zawodników:

- **Czapka narciarska lub opaska**
- **Para metalowych raków** zgodna z normą 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.

**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). Nie wolno ich zwijać ani obcinać.

## ZACHOWANIE ZAWODNIKÓW

### § 7

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.

### § 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. Jeśli z biegu rezygnuje jeden z członków zespołu, drugi postępuje zgodnie z instrukcjami dyrektora zawodów.

### § 9

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



# Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Wojewódzka 30/15  
40-026 Katowice  
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.pl>  
e-mail: klub@kandahar.pl

---

## § 10

Zabronione jest korzystanie z pomocy zewnętrznej podczas zawodów. **Wyjątek: wymiana dowolnej ilości złamanych kijków i złamanych nart – zawodnik musi oddać złamany element sędziemu w punkcie kontrolnym lub punkcie kierunkowym (także na starcie lub na mecie); nowy element można wziąć w dowolnym miejscu trasy od dowolnej osoby.**

## § 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

Wszelkie wykroczenia popełniane przez zawodników mają być zgłaszane przez sędziów do dyrektora zawodów, który informuje o tym przewodniczącego jury. Kary nakłada przewodniczący jury po skonsultowaniu się z jury zawodów zgodnie z obowiązującym regulaminem zawodów w narciarstwie wysokogórskim. Przewodniczący jury informuje zawodników o nałożeniu na nich kary, jeśli to możliwe przed ogłoszeniem wyników.

## 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. Nieuzasadniona nieobecność zawodnika powoduje jego dyskwalifikację (za wyjątkiem przyczyn zdrowotnych i biletu lotniczego za zgodą przewodniczącego jury).

**Wszelkie kwestie nieujęte w niniejszym regulaminie rozstrzyga Organizator, w oparciu o Regulamin zawodów Narciarstwa Wysokogórskiego dostępny na stronie PZA.**