



MISTRZOSTWA POLSKI SENIORÓW W BIEGACH NARCIARSKICH ZAKOPANE 26-28.03.2025

ZAKOPANE, 26-28.03.2025 MISTRZOSTWA POLSKI SENIORÓW MISTRZOSTWA POLSKI MŁODZIKÓW FIS RACE (POL)

1. Organizator /OC Polski Związek Narciarski
Ul. Mieszcząńska 18/3
30-313 Kraków
events.pzn@gmail.com
2. Miejsce i termin /*Time and place of competition*
Zakopane, 26-28.03.2025
3. Jury zawodów/*Jury*

Delegat Techniczny FIS/ <i>FIS TD</i>	Zofia Stefania Kiełpińska
Delegat Techniczny PZN/ <i>National TD</i>	Mirostaw Drzewosz
Asystent DT PZN/ <i>National ATD</i>	Marcin Cudzych Bularz
Kierownik Zawodów/ <i>Chief of competition</i>	Kamil Fundanicz
Sędzia Główny/ <i>Referee</i>	Robert Wicher
4. Biuro Zawodów/*Race Office*
Budynek pod Średnimi Krokwiemi / *Building by the Srednia Krokiew in Zakopane*
5. Kategorie wiekowe i planowe konkurencje /*Age Categories*

	FIS Open	U16
	Senior / Seniorka	Młodzik / Młodziczka
	2009 i starsi	2010 / 2011
26.03.2025	10km Cl	2km tor Cl
27.03.2025	MST 20km F	2,6km tor F
28.03.2025	Team sprint F*	Team sprint 2x2x1km F*

*konkurencja Team Sprint w kategorii młodzik 28.03.2025 rozgrywana jest w ramach Pucharu Polski, w kat. senior jako Mistrzostwa Polski / *Team sprint 28.03.2025 for U16 – Polish Cup and for FIS open only as Polish Championship.*

6. Zgłoszenia /*Entries*
Zgłoszenia do zawodów PP są dokonywane przez system sport-timing.pl a zgłoszenia do zawodów FIS na druku FIS na adres events.pzn@gmail.com do 24.03.2025 do godziny



MISTRZOSTWA POLSKI SENIORÓW W BIEGACH NARCIARSKICH ZAKOPANE 26-28.03.2025

19:00. Zawodnicy zagraniczni dokonują zgłoszeń (imię i nazwisko, rocznik, klub, narodowość, FIS kod) na adres events.pzn@gmail.com.

Entries should be send by National Ski Association to events.pzn@gmail.com until 7pm on 24.03.2025. Active FIS Code is mandatory for athletes born 2009 and earlier (FIS).

Warunkiem dopuszczenia zawodnika do zawodów jest posiadanie aktywnej licencji PZN, badań lekarskich oraz aktywnego kodu FIS (roczniki 2009 i starsi). Klub, który zgłosi zawodników po upływie wskazanego terminu zgłoszeń zostanie obciążony opłatą 50zł za każdego zawodnika.

7. Zasady uczestnictwa zagranicznych zawodników /*Rules for participation of foreign athletes*
W zawodach mogą uczestniczyć obywatele innych krajów niż Polska. Koszt uczestnictwa w zawodach FIS wynosi 15 Euro za każdego zawodnika za dzień. W przypadku kategorii Młodzik, Młodziczka – 10 euro. Obcokrajowcy będą ujęci na wynikach i w przypadku zajęcia miejsc dekorowanych otrzymają medale oraz dyplomy. Nie będą natomiast ujęci w indywidualnej i klubowej klasyfikacji generalnej.

Start fee is 15euro per athlete per day for FIS categories and 10euro per athlete per day for U16-U14.

8. Kolejność startu /*Starting order*

Zawodnicy startujący w kategoriach Senior/ka startują zgodnie z aktualną listą FIS punktów. Zawodnicy nie posiadający FIS punktów będą rozlosowani. W kategoriach młodzik / młodziczka na podstawie Rankingu PP. Zawodnicy, którzy nie posiadają punktów rankingowych zostaną rozlosowani.

FIS categories start according to FIS Points, athletes without points will be drawn. For Polish Cup categories start order based on Polish Cup Standing and draw for those without points.

9. Nagrody i ceremonia dekoracji /*Awards and decoration ceremony*

Organizator zapewnia dyplomy i medale dla zawodników i zawodniczek, którzy zajmą miejsca 1-3 w poszczególnych zawodach. Nagrody na podium odbierają wyłącznie zawodnicy. W przypadku, kiedy zawodnik z powodu siły wyższej nie może uczestniczyć w dekoracji, nagrody mogą odebrać osoby do tego upoważnione po zakończeniu dekoracji i poza podium.

Diplomas and medals for TOP3 in all categories. Awards can be picked up only by athletes of in force major by club representative on site of podium.

10. Postanowienia inne /*Other information*

- W Mistrzostwach Polski Seniorów Prawo startu mają zawodnicy urodzeni w roku 2009 i starsi.
- Podczas zawodów możliwa kontrola fluoru.
- Szatnie będą dostępne z podziałem klubów na okręgi PZN – podzielone przez KO.
- Koszt zagubionego (nieoddanego) numeru startowego wynosi 100 złotych brutto.



MISTRZOSTWA POLSKI SENIORÓW W BIEGACH NARCIARSKICH

ZAKOPANE 26-28.03.2025

- Obecność na odprawie technicznej kierowników drużyn jest obowiązkowa - każdy klub może być reprezentowany przez jednego (1) przedstawiciela (oficjalny przedstawiciel klubu, trener klubowy). Nieobecność na odprawie przedstawiciela klubu skutkuje nierozlosowaniem zgłoszonych zawodników. Klub może być reprezentowany przez innego członka, jeśli ten fakt zostanie zgłoszony na oficjalnym druku dostępnym na stronie PZN.
- Nieobecność na starcie zgłoszonego i zweryfikowanego na odprawie zawodnika należy zgłosić do biura zawodów nie później niż na jedną (1) godzinę przed startem na oficjalnym druku dostępnym w biurze zawodów. Klub, który nie zgłosi tego faktu zostanie obciążony karą 50zł za każdego zawodnika.
- Wejście na trasy biegowe odbywać się będzie wyłącznie w numerach: zawodnicy w numerach startowych.
- Podczas zawodów dostępny będzie ciepły napój dla zawodników.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione na obiektach sportowych oraz następstwa nieszczęśliwych wypadków.
- Organizator ma prawo do zmiany programu zawodów w zależności od warunków atmosferycznych oraz liczby zgłoszonych zawodników.
- Parking na koszt własny klubów. Parking dla teamów znajdować się będzie na Wielkiej Krokwi.

ICR: 222.8 Zakaz stosowania smarów narciarskich zawierających fluor.

Używanie smarów narciarskich lub produktów zawierających fluor jest zabronione we wszystkich dyscyplinach i na wszystkich poziomach FIS. Smary zawierające fluor mogą stanowić przewagę konkurencyjną, a ich użycie w zawodach skutkuje dyskwalifikacją. (Zobacz przepisy dotyczące zawodów i specyfikacje sprzętu.)

Zapewnienie zgodności z regulacjami FIS-ICR jest odpowiedzialnością danego zespołu.

Changing rooms will be divided by starting nations. Parking on site need to be covered by clubs/NSA. Fee for lost start bib is 100 PLN. Entry to courses for coaches only with special bibs and for athletes is starting bibs (visible number). Warm drinks will be available during the race. Organiser do not take responsibility of lost properties and damage in unknown circumstances. Organiser has right to change the program due to changing weather and snow conditions. Fluor control and requirements according to ICR 222.8

11. Program zawodów /Competition program

Wtorek, 25.03.2025 /Tuesday

15:00 – 16:00	Weryfikacja zgłoszeń /check of entries
16:00 – 17:30	Trening oficjalny /official training
18:00	Odprawa techniczna /TCM



MISTRZOSTWA POLSKI SENIORÓW W BIEGACH NARCIARSKICH ZAKOPANE 26-28.03.2025

Środa, 26.03.2025 / Wednesday - Start stylem klasycznym / Cl

- 9.30 - Start Kobiet 10km Cl 4 x 2,5km / 10km Cl W
- 10.10 - Start Mężczyzn 10km Cl 4 x 2,5km / 10km Cl M
- 11:40 - Ceremonia dekoracji Senior/Seniorka / *prize giving ceremony FIS Open*
- 12.00 - Start Młodzik 2km Tor Cl 1 x 2km / U15 M
- 12. 50 - Start Młodziczka 2km Tor Cl 1 x 2km / U15 W
- 14:40 - Ceremonia dekoracji Młodzik / Młodziczka / *prize giving ceremony U16*

Czwartek, 27.03.2025 / Thursday - Start wspólny stylem dowolnym / Mass start F

- 9.15 - Start Kobiet 20km F Mst 8 x 2,5km / 20km F W
- 10. 15 - Start Mężczyzn 20km F Mst 8 x 2,5km / 20km F M
- 11:40 - Ceremonia dekoracji Senior/Seniorka / *prize giving ceremony FIS Open*
- 12.00 - Start Młodzik 2,5 km Tor F 1 x 2,5 km / U15 M
- 12. 50 - Start Młodziczka 2km Tor F 1 x 2,5 km / U15 W
- 13:40 - Ceremonia dekoracji Młodzik / Młodziczka / *prize giving ceremony U16*

Piątek, 28.03.2025 / Friday - Start Team sprint / Team sprint

- 9.00 - eliminacje mężczyzn do Team Sprintu
- 9.15 - eliminacje mężczyzn do Team Sprintu
- 10.00 - Team Sprint Młodzik 2x 1km x 2
- 10.25 - Team Sprint Młodziczka 2x 1km x 2
- 10.30 - Team Sprint Senior 3 x 1,5km x 2
- 11.20 - Team Sprint Seniorka 3 x 1,5km x 2
- 12:15 - Ceremonie dekoracji / *prize giving ceremony*

