



## Oddział PTTK „Mazowsze” - Komisja Turystyki Narciarskiej Oddział Stołeczny PTTK - Komisja Turystyki Narciarskiej

### I OGÓLNOPOLSKI RAJD NARCIARSKI „Lasy Chojnowskie 2020”, 15 luty 2020 (sobota) PROGRAM I REGULAMIN

#### 1. ORGANIZATORZY

Rajd organizowany jest pod patronatem Komisji Turystyki Narciarskiej Zarządu Głównego PTTK przez:  
**Oddział PTTK „Mazowsze” - Oddziałową Komisję Turystyki Narciarskiej,**  
**Oddział Stołeczny PTTK - Oddziałową Komisję Turystyki Narciarskiej.**

#### Kadra Rajdu:

Jarosław Karpiński – komendant, prowadzenie tras rajdowych, tel. 603 702 448, *przodownik turystyki narciarskiej PTTK nr 1633,*

Jerzy Gustowski – z-ca komendanta, prowadzenie tras rajdowych, *przodownik turystyki narciarskiej PTTK nr 1607.*

#### 2. TERMIN I MIEJSCE RAJDU

I Ogólnopolski Rajd Narciarski „Lasy Chojnowskie” odbywa się w sobotę 15 lutego 2020 roku.

Bazą jest miejsce odpoczynku „Zimne Doły” położone koło Zalesia Górnego.

Możliwy jest dojazd **pociągiem Kolei Mazowieckich** kursującym z **Warszawy do Radomia przez Zalesie Górne.**

Odjazdy z dworca PKP Warszawa Śródmieście w sobotę: 07:50, 08:28

Planowy czas jazdy pociągu to 40 minut. Należy wysiąść na stacji PKP Zalesie Górne. Dojście od stacji do „Zimnych Dołów” niebieskim szlakiem pieszym ok. 20-25 minut.

#### 3. CELE RAJDU

- propagowanie zimowej aktywności fizycznej na nartach śladowych/biegowych,
- doskonalenie umiejętności narciarskich,
- integracja środowiska turystów – narciarzy Mazowsza oraz całej Polski,
- poznanie piękna zimowych okolic Warszawy (w szczególności powiatu piaseczyńskiego),
- zachęcanie do zdobywania odznak i uprawnień narciarskich PTTK.

#### 4. WARUNKI UCZESTNICTWA

Warunkiem uczestnictwa w Rajdzie jest przesłanie wypełnionej karty zgłoszenia na adres e-mail: [mazowsze@pttk.com.pl](mailto:mazowsze@pttk.com.pl) i wpłacenie kwoty wpisowego w wysokości **20 złotych** do dnia **31 stycznia 2020** roku na konto w PKO BP SA: PL41 1440 1185 0000 0000 1681 8151.

W tytule wpłaty należy wpisać: „Lasy Chojnowskie 2020” oraz nazwisko uczestnika.

Uczestnicy otrzymają potwierdzenie przyjęcia zgłoszenia.

**UWAGA:** Liczba miejsc jest ograniczona, więc o przyjęciu na Rajd decyduje kolejność zgłoszeń.

#### 5. SZKOLENIA

W trakcie Rajdu będzie można uczestniczyć w szkoleniu technik biegowych na nartach śladowych dla początkujących.

#### 6. ŚWIADCZENIA

W ramach wpisowego uczestnicy otrzymują:

- ciepły poczęstunek na trasie,
- odznakę rajdową,
- odcisk pieczęci rajdowej,
- opiekę przodowniczą na trasach rajdowych,
- możliwość weryfikacji i przyznania Odznak Narciarskich PTTK,
- możliwość uczestniczenia w szkoleniu podstawowych technik biegowych na nartach śladowych.

#### 7. PROGRAM RAJDU

##### 15.02.2020 r. (sobota)

Godz. 9:30 – zbiórka na polanie „Zimne Doły”,

Godz. 10:00 - wyjście na trasy rajdowe:

- Grupa A: trasa turystyczna długości ok. 15 - 25 km,

- Grupa B: trasa turystyczna długości ok. 8 - 12 km

(uwaga: szczegółowy przebieg tras i ich kilometrów będzie ustalony na bieżąco w zależności od warunków śniegowych).

## **8. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

a) Rajd odbędzie się bez względu na pogodę.

W przypadku braku pokrywy śnieżnej trasy rajdowe poprowadzone zostaną jako piesze,

b) kategorycznie zabrania się wchodzenia na pokrytą lodem powierzchnię zbiorników wodnych,

c) członkowie PTTK uczestniczący w Rajdzie są ubezpieczeni od następstw wypadków, pozostali uczestnicy ubezpieczają się od następstw wypadków we własnym zakresie lub za dopłatą 3 zł do wpisowego mogą zlecić tę czynność organizatorom.

d) uczestnicy Rajdu zobowiązani są do przestrzegania poleceń i komunikatów kierownictwa Rajdu.

e) potwierdzenie uczestnictwa w Rajdzie, w razie potrzeby ew. wskazówki na temat wyboru bazy noclegowej i dojazdu do niej oraz inne przydatne informacje zostaną przesłane zgłoszonym uczestnikom w osobnym mailu.

### **Zgłoszenia**

Wypełnione i podpisane karty zgłoszenia przyjmuje Biuro Oddziału PTTK „Mazowsze”, 00-075 Warszawa, ul. Senatorska 11, pn. – pt. 10:00 - 18:00, **do 31 stycznia br.**

Kontakt: 22 629-39-47, e-mail: [mazowsze@pttk.com.pl](mailto:mazowsze@pttk.com.pl)

**Uczestnicy rajdu powinni mieć odpowiedni ubiór i sprzęt turystyczny.  
Impreza odbędzie się niezależnie od pogody.**

**Serdecznie zapraszamy,  
Organizatorzy**