

# Orientuj się i biegnij!

Data publikacji: 9.06.2016 12:40

Czy lubicie sprawdzać się w ekstremalnych warunkach, które weryfikują wasze umiejętności? Jeśli tak, to MKS-R "Centrum" w Dziegielowie po raz kolejny organizuje bieg na orientację pod nazwą IX DInO Ekspres.

Na terenie Cisownicy odbędzie się w niedzielę, 12 czerwca IX edycja imprezy DinO Ekspres. Jest ona przeznaczona dla osób, które czują potrzebę sprawdzenia swoich możliwości podczas biegu na orientację. Uczestnicy będą mieli za zadanie odnaleźć poszczególne punkty w terenie, które zaznaczone będą na mapie otrzymanej przed startem. Celem imprezy jest promocja walorów turystyczno - przyrodniczo - historycznych Powiatu Cieszyńskiego, integracja uczestników zawodów oraz zachęcenie do zdrowego i aktywnego trybu życia

Bieg na orientację skierowany jest dla pojedynczych osób, a także całych rodzin. Organizatorzy stworzyli trasy, które dostosowane są do różnych startujących oraz ich możliwości.

W imprezie będzie można brać udział na trasie indywidualnej gdzie do odszukania będzie ok. 17 punktów co będzie się wiązało z przebyciem ok 8km lub na trasie rodzinnej/drużynowej gdzie znaleźć będzie trzeba ok. 7 punktów a do przejścia będzie ok 3km. Kolejność zaliczania punktów dowolna żeby zostać sklasyfikowanym wystarczy zaliczyć 1 punkt. Trasa indywidualna wystartuje o 12:00 a rodzinna/drużynowa o 12:30.

## Harmonogram imprezy:

11:00 otwarcie biura

11:50 koniec rejestracji uczestników na trasie indywidualnej, odprawa

11:58 rozdanie map dla uczestników trasy indywidualnej

12:00 start uczestników trasy indywidualnej

12:20 koniec rejestracji uczestników na trasie rodzinnej, odprawa

12:28 rozdanie map dla uczestników trasy rodzinnej

12:30 start uczestników trasy rodzinnej

15:00 zamknięcie mety, uhonorowanie pierwszych trzech zawodników z trasy indywidualnej.

15:30 zakończenie imprezy.

## Rejestracja i pełne informacje na stronie:

<http://www.nasportowo.dziegielow.org.pl/aktualnosci-de-vi.403.html>

**Imprezę objął swoim patronatem portal ox.pl**

