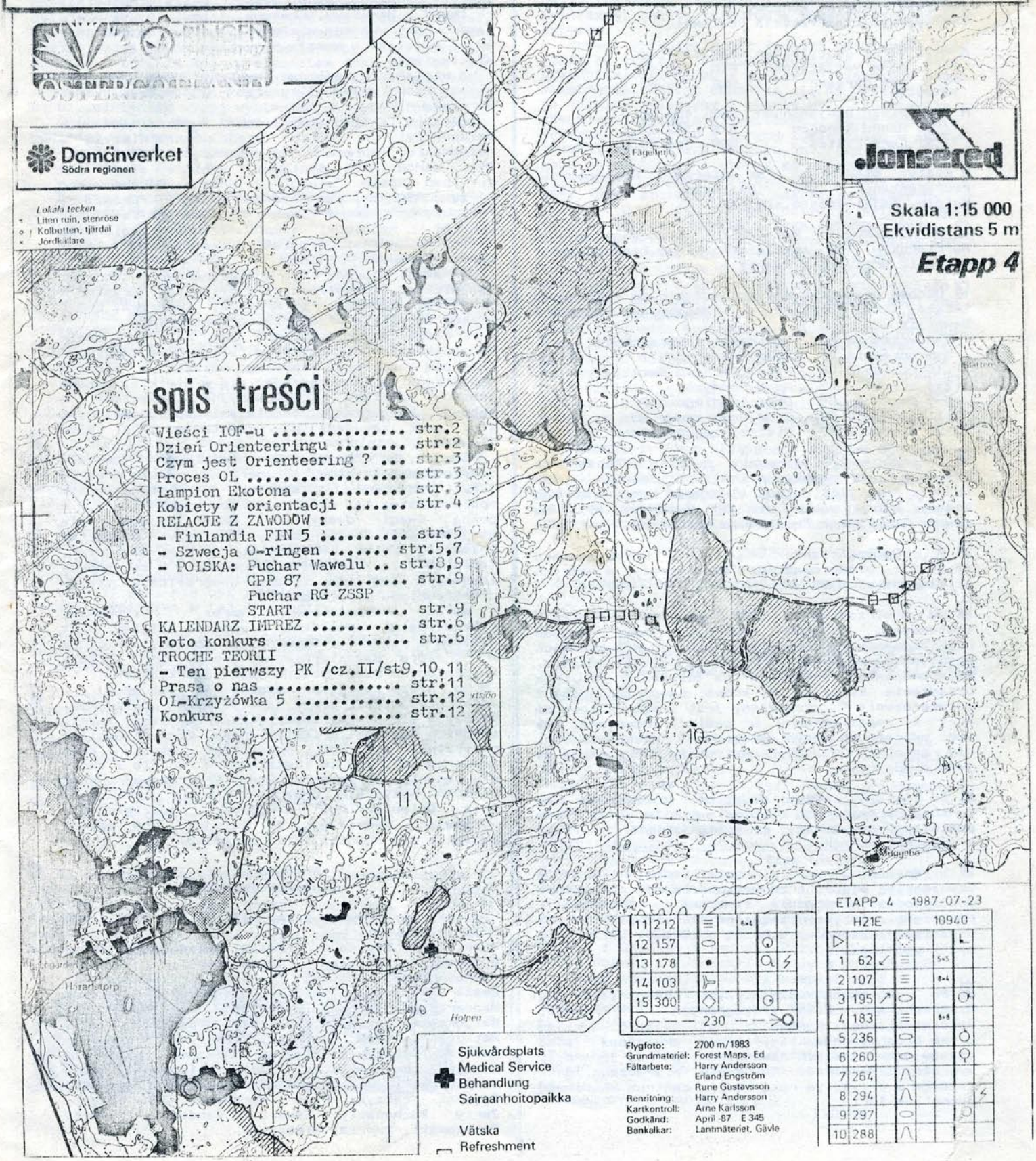
7

Orientus

BIULETYN IMPREZ NA ORIENTACJĘ

WARSZAWA
1987•09•01



spis treści

Wieści IOF-u str.2
Dzień Orienteeringu str.2
Czym jest Orienteering ? ... str.3
Proces OL str.3
Lampion Ekotona str.3
Kobiety w orientacji str.4
RELACJE Z ZAWODÓW :
- Finlandia FIN 5 ..... str.5
- Szwecja O-ringen str.5,7
- POLSKA: Puchar Wawelu .. str.8,9
GPP 87 ..... str.9
Puchar RG ZSSP
START str.9
KALENDARZ IMPREZ str.6
Foto konkurs str.6
TROCHE TEORII
- Ten pierwszy PK /cz.II/st9,10,11
Prasa o nas str.11
OL-Krzyżówka 5 ..... str.12
Konkurs str.12

11	212				6×6	
12	157					
13	178					
14	103					
15	300					

ETAPP 4 1987-07-23

	H21E				10940	
▷						
1	62	↙			5×5	
2	107				8×4	
3	195	↗				
4	183				6×8	
5	236					
6	260					
7	264					
8	294					
9	297					
10	288					

Flygfoto: 2700 m/1983
Grundmateriel: Forest Maps, Ed
Fältarbete: Harry Andersson
Erland Engström
Rune Gustavsson
Renritning: Harry Andersson
Kartkontroll: Arne Karlsson
Godkänd: April -87 E 345
Bankalkar: Lantmäteriet, Gävle

Wieści IOF-u

INTERNATIONAL ORIENTEERING FEDERATION

W 1986 roku po raz pierwszy rozegrano Puchar Europy w Narciarskim BnO. W skład Pucharu weszło 6 imprez (Czechosłowacja,Austria,Włochy, 2 razy Finlandia,Szwecja). Na każdych zawodach zwycięzca otrzymał 100 punktów, pozostali odpowiednio mniej. Cztery najlepsze wyniki tworzyły rezultat końcowy.
Tak wygląda klasyfikacja końcowa:

K	1.	Virpi Juutilainen	FIN	397.61
	2.	Anne Veijalainen	FIN	385.92
	3.	Ann Larsson	SWE	376.02
M	1.	Vidar Benjaminsen	NOR	400.00
	2.	Hannu Koponen	FIN	392.78
	3.	Lars Lystad	NOR	384.55

W piątym etapie po raz pierwszy wystartowali reprezentanci ZSRR. Najlepszy z nich, Iwan Kuźmin, zajął szóste miejsce.

W Otwartych Nordyckich Mistrzostwach w Narciarskim BnO zwyciężyli Vidar Benjaminsen i Ragnhild Bratberg z Norwegii.

Osobom pragnącym przygotować się do Mistrzostw Swiata 1989 polecane są następujące imprezy w Szwecji:

2-4 września 88	Mistrzostwa Nordyckie
5-9 września 88	Obóz treningowy 1
10 września 88	Finał Pucharu Swiata
2-4 czerwca 89	Mecz Nordycki
5-9 czerwca 89	Obóz treningowy 2
7-11 sierpnia 89	Obóz treningowy 3
12-20 sierpnia 89	Mistrzostwa Swiata

Informacja o pierwszym polskim ślubie na zawodach na orientację znalazła oddźwięk - Ian Baker z Australii opisał ślub Roda Harrisa i Sue Weate, który odbył się 15 kwietnia 1973 na zawodach w Toomuc Creek koło Melbourne.

W Ogólnoirlandskim Dniu Orienteeringu (5.10.86) przeprowadzono 32 imprezy w których wzięło udział 5495 osób.

Na Mistrzostwach CISM po raz pierwszy zastosowano system APOZA - nowy sposób potwierdzania PK i pomiaru czasu. Na punktach rozmieszczone są urządzenia elektroniczne. Potwierdzenie PK polega na włożeniu do tego urządzenia kluczyka z kodem zawodnika. Moment potwierdzenia PK przesyłany jest drogą radiową do bazy i zapamiętywany w pamięci komputera. Tak więc od razu po przybiegnięciu na metę wiadomo, czy zawodnik zaliczył wszystkie PK i znane są jego międzyczasy.

Do 1.12.87 można nadsyłać zgłoszenia na konkurs na najlepszy szkoleniowy film video. Film powinien być wykonany w systemie VHS i trwać krócej niż 20 minut.

W dniach 29-31 sierpnia odbyła się w Szwajcarii międzynarodowa konferencja poświęcona dostępności terenów dla zawodów na orientację. Poruszano problemy związane z zezwoleniem na organizację zawodów, ochroną przyrody, układami z myśliwymi itp.

Po zaciętych dwudniowych zmaganiach na Mistrzostwach CISM rozegranych w Irlandii zwyciężył Jens Hansen z Danii przed Szwajcarem Ursem Fluehmannem. Klasyfikację drużynową (suma czasów 4 najlepszych zawodników) po raz jedenasty wygrała Szwajcaria. Na mapie pierwszego dnia zawodów w przyszłym roku będzie centrum Naukowego Sympozjum IOF.

Dzień orienteeringu

Po raz drugi w historii polskiego sportu zorganizowana została w dniu 17 maja br. ogólnopolska akcja popularyzacji orienteeringu jako masowej formy sportowego, aktywnego wypoczynku i rekreacji społeczeństwa. Akcji patronowały: Główny Zarząd Polityczny WP, Departament Programowania i upowszechniania Kultury Fizycznej GKKFiT, Zarząd Główny ZSMP, Rada Główna ZSSP "Start", Główna Kwatera ZHP, Zarząd Główny PTTK, Rada Młodzieżowa WP.

Patronat radiowy nad akcją objęła redakcja sportowa Programu I Polskiego Radia, która w dniu imprezy nadała 35 minut bezpośredniej transmisji radiowej z Warszawy, Krakowa, Katowic i Gdańska w ramach rozgrywanego wielomeczu radiowego pomiędzy ww. miastami oraz Giżyckiem, Kaliszem i Wrocławiem.

W wielomeczu radiowym zwyciężył Kraków - 452 uczestników przed Giżyckiem - 287 uczestników i Warszawą - 276.

Łącznie w 175 imprezach (udokumentowanych meldunkiem) w całym kraju uczestniczyło w różnorakich imprezach "na orientację" 15359 osób. Byli wśród nich seniorki i seniorzy starsi jak np. pan Roman Paluch z Krosna Odrzańskiego liczący 70 lat, pan Felicjan Zając z Krakowa (81 lat) czy pani Irena Kurek z Krakowa (68 lat) jak również najmłodsi adepci leśnego żeglarstwa Krzysztof Kamiński - 6 lat, Kasia Styka - 7 lat i Łukasz Żurowski - 6 lat.

W akcji liczny był udział harcerzy Chorągwi katowickiej, koszalińskiej i pilskiej, turystów z Wybrzeża, Warszawy i Krakowa, żołnierzy LWP i przede wszystkim miłośników orienteeringu.

W wielu miejscowościach jak np. w Krośnie Odrzańskim, Wrocławiu, Ełku "Dzień Orienteeringu" stał się inspiracją szerszego udziału w sporcie społeczeństwa przeradzając się w wielkie, masowe festyny sportowe i rekreacyjne połączone z zabawą, konkursami, turniejami sprawnościowymi itp. ale z zawodami na orientację jako celem głównym.

Imprezy "Dnia Orienteeringu" zostały odnotowane w lokalnej i centralnej prasie oraz w TVP, wywołały szersze zainteresowanie społeczeństwa tą wciąż jeszcze mało znaną, a godną uwagi dyscypliną. Akcja objęła wiele miejscowości kraju: m.in. Gryfice, Szczecin, Przemyśl, Wałcz, Kalisz, Gubin, Ełk, Biskupiec, Katowice - łącznie 121 miejscowości. W ten sposób zagęściła się nam trochę geograficzna siatka orienteeringu w Polsce.

Wśród uczestników imprez rozlosowano kilkadziesiąt upominków w postaci książek, płyt albumów i pucharów. Upominki te zostaną wręczone w trakcie październikowej rundy DMP. (Lista wyróżnionych zamieszczona jest za artykułem).

Mimo niesprzyjającej pogody (w północnej i zachodniej części kraju padało) można powiedzieć, że akcja się udała. zawdzięczamy to rzeszy ludzi, oddanych sportowi orientacyjnemu, których wysiłek przyczynił się do pomyślnago wyniku tego zamierzenia. Za tę rzetelność w robocie i serce dla sportu w imieniu Rady Programowej CKBnO składam wszystkim organizatorom i uczestnikom Dnia Orienteeringu serdeczne podziękowanie wyrażając nadzieję, że kolejna jego edycja odbędzie się również z ich udziałem.

Przewodniczący Rady
ADAM SLIWAKOWSKI

Upominki ufundowane przez GZP WP, GK ZHP i ZG PTTK wylosowali:
Stanisław Biskup, Czesław Bolanowski, Jerzy Dymarski, Wiesław Goleśniewski, Ryszard Jednachowski, Andrzej Berent, Jerzy Szymański, Beata Tynelska, Andrzej Tokarski, Michał Włodarczyk, Barbara Pachelska, Jan Kowalczyk, Małgorzata Kosińska, Andrzej Krochmal, Jerzy Ratajczak, Jan Woźniak, Marzena Drągowska, Andrzej Dylczyk, Bolesław Bujnowski, Andrzej Gnaś, Zbigniew Smoła, Marian Wilczyński, Roman Trzmielewski, Jan Ginuwicz, Stanisław Wójciak, Zygmunt Traczyk, Piotr Morawski, Jan Bajger, Jerzy Bocheński, Edward Zabawski, Jerzy Bartkowski, Andrzej Wieczorek.

CZYM JEST ORIENTEERING?

Na podstawie sportowego leksykonu z 1943 roku wydanym przez Nordisk Familjebok czytamy :

„Słowo o r i e n t e e r i n g pochodzi od łacińskiego o r i e n s - ten wschodzący /słońce/, wschód, które to wyprowadzenie jest przypomnieniem o tych czasach kiedy to człowiek w poszukiwaniu kierunków świata był zmuszony obserwować słońce.

Orienteering polega na tym, aby kierując się obserwacją natury jak również mapą i kompasem oraz innymi technicznymi pomocami zlokalizować się w określonym terenie. Chcąc się z pewnością przedostać przez nieznany lub słabo znany obszar trzeba mieć w pierwszym rzędzie odwzorowanie terenu, m a p ę. Mniejsza lub większa czytelność terenu na mapie decyduje w jakim zakresie musi być zastosowany kompas, ten najbardziej ze wszystkich pomocniczy środek, umożliwiający pełne wykorzystanie mapy. Przy poruszaniu się w terenie ważnym elementem jest zegarek do oceny przebytego dystansu, a w pewnych przypadkach zegarek może zastąpić kompas. Kątomierz i linijka są uzupełnieniem wyżej wymienionych przedmiotów.

Orientowanie jest to umiejętność udzielenia odpowiedzi na trzy pytania :
- gdzie jest północ ?,
- gdzie ja stoję ?,
- co ja widzę ?

Biegacz na orientację musi działać metodycznie i z opanowaniem, polegać na kompasie, odczytywać mapę w spokoju i w skupieniu.

Nawet jeśli jakiś specjalny zmysł orientacji nie istnieje - przynajmniej nie wśród cywilizowanej ludności - nie trzeba chyba przypominać, że niektórzy ludzie mają większą niż inni umiejętność pokonywania nieznanego terenu przy pomocy mapy i kompasu. Ta większa zdolność jest spowodowana większym rozbudzeniem i wczuciem się w naturę, stworzonym przez częste i mądre obcowanie z lasem i ziemią.

Spokojnie w lesie."

tłumaczył WOJTEK MIZGALEWICZ

W wielu krajach coraz większą popularność zdobywa sprint-orienteering - zawody ze startem masowym na trasie 2-3 km /5-10 PK/. Na takich zawodach rozegranych 1 listopada 86 w Australii zwyciężył Rob Plowright i Louise Fairfax.

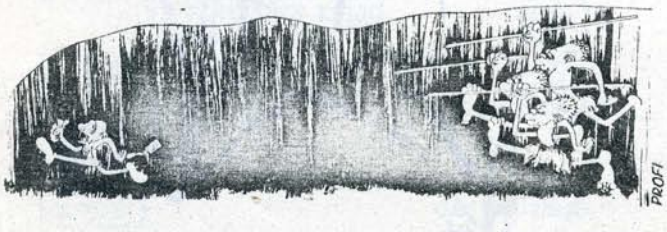
Najstarszym biegaczem na orientację jest prawdopodobnie Stewart Nicoll z Australii, który w 1985 roku ukończył 100 lat. Z tej okazji na Mistrzostwach ACT zbudowano trasę M-100 /900 m, 4 PK/.Czas 27 min. 17 sek. nie był rewelacyjny, ale i tak zapewnił zwycięstwo w tej kategorii.

Polakiem, który zrobił najwięcej map do biegu na orientację /ponad 60/ jest Bogdan Płatek z Gdańska, przebywający aktualnie w Australii.

W czwartym numerze „ORIENTUSA" wspomniano o trującym bluszczu będącym zmorą biegaczy z USA.Pod koniec bieżącego roku firma United Catalyst ma zamiar wprowadzić na rynek szprej Ivy Block zapobiegający oparzeniom spowodowanym przez ten bluszcz.

Tak wygląda procentowy udział uczestników imprez na orientację w Stanach Zjednoczonych :
- 6 % - poniżej 18 lat
- 45 % - w wieku 18 - 34 lata
- 49 % - powyżej 34 lat.

Na obradach Komitetu Rozwoju i Upowszechniania w Winsdor /13 - 14 marca 87/ rozważany był projekt „Elita". Komitet poparł pomysł zachęcenia rodzin skandynawskich do zaproszenia nieskandynawskich zawodników elity do siebie w celu umożliwienia treningu tym zawodnikom.



PROCES-OL

Klub IF Thor w Środkowej Szwecji zamierzał w 1984 roku przeprowadzić zawody ogólnokrajowe. Ponieważ jednak właściciel terenu /koło myśliwskie/ nie zgadzał się z tym, z zamiaru zrezygnowano.

Rok później ponownie zapytano koło myśliwskie o zgodę, a tym razem chodziło o organizację mistrzostw regionu przy znacznie mniejszej ilości uczestników. Ale i tym razem koło myśliwskie nie było gotowe do rokowań. Odpowiedzialni z IF Thor postanowili mimo to zawody przeprowadzić, a to za błogosławieństwem Szwedzkiego Związku BnO. Mając na uwadze ochronę zwierzyny ustalono jednolite kierunki biegu, wyodrębniono obszary ochronne, a tuż przed zawodami z części lasu wypędzono zwierzynę, jak to przewidują przepisy Szwedzkiego Związku.

Zawody przebiegły bez żadnych problemów, jednakże po ich zakończeniu budowniczy tras - jako przedstawiciel klubu - postawiony został w stan oskarżenia. Skarga odnosiła się do przepędzania po drogach zwierzyny i oparta była na artykule szwedzkich przepisów łowieckich, który zabrania przegonu zwierzyny z terenu łowieckiego w inny. Adwokat Szwedzkiego Związku BnO /sam także biegacz na orientację/ stanął na stanowisku, że wspomniany artykuł może być tylko wtedy zastosowany, gdy istnieje zamiar odstrzału zwierzyny. W naszym przypadku przegon dotyczył tylko i wyłącznie ochrony zwierząt. Taka interpretacja została potwierdzona przez Szwedzki Związek Łowiecki, jednakże adwokat właściciela terenu - wskazując na wyższe podatki myśliwych /opłaty, sprzedaż itp./ z tytułu ich prawa myśliwskiego - zażądał aby każdy właściciel ziemski mógł sam osobiście decydować, czy w jego lesie bieg na orientację może być przeprowadzany, czy też nie. W swoim końcowym wystąpieniu adwokat Szwedzkiego Związku BnO zwrócił wszakże uwagę na to, że należałoby postawić znak różnicy między prywatną posiadłością /ogród etc./ a dostępnym gruntem publicznym. Do lasu powinien mieć dostęp każdy, a kto się z tym nie zgadza, powinien ze Szwecji wyemigrować.

Budowniczy tras mistrzostw regionu Uppland został uniewinniony, a bieg na orientację w Szwecji wziął pierwszą przeszkodę. Wszelako możliwe jest, że sprawa będzie ciągnęła się dalej w następnej, wyższej instancji. Ale wówczas musianoby powołać się na nowy artykuł ...

R.REGENASS /Szwajcaria/,
OL 10/86
z niemieckiego przełożył Andrzej Pasionek

Lampion EKOTONa

W dniach 13-15 marca 87 Szkoła Podstawowa w Grupie gościła 143 uczestników II Ogólnopolskiego Lampionu Ekotona w Marszach na Orientację. Pierwszy etap imprezy /Nocna przesuwana gra szwajcarska "Gniazdo"/ odbył się w nocy z piątku na sobotę. Drugiego dnia rozegrano pozostałe etapy: Nietypową grę szwajcarską "Przestawianka", Nietypowy MnO "Wąż" i Nocną Azymutową Zabawę z mapą "Azymutówka". Zwycięzcami klasyfikacji końcowej w kategorii TJ zostali Maciej Nierzwicki i Robert Sawicki z Grudziądza. W kategorii TS najlepszymi okazali się Agata Zamaro i Andrzej Podliński z Bydgoszczy /przed zespołem Jan Damer/Marian Wójcik z Gdańska i Andrzej Przychodzeń/Wojciech Rokopa z Warszawy/. Każdy z uczestników otrzymał znaczek, dyplom i komplet map; Zwycięzcy - dodatkowo pamiątkowe lampiony. Organizatorzy zapraszają na III Lampion Ekotona /marzec 88/, na którym można będzie obejrzeć tegoroczne spotkanie zarejestrowane na taśmie magnetowidu. Wszelkie informacje: Tomasz Müller, 86-300 Grudziądz, ul. Kalinkowa 37/55.

Rysunek dyplomiku na str. 9

EKOTON

KOBIETY W ORIENTACJI
polskie doświadczenia

Orientacja to męski sport: samotność w lesie, jeżyny szarpiące skórę nóg, błoto wlewające się przez buty, czasem skwar a czasem słota. A jednak i one dają się w ten sport wciągnąć. Na mecie pot kapie im z nosa, lecz na podium są znów piękne i uśmiechnięte.

Na pierwsze zajęcia w klubie przychodzą z rodzicami, Dziewczynki są jeszcze nieśmiałe, rodzice nieufni. Czy córka nie zabłądzi w lesie? Czy w zawodach uczestniczy się drużynami? Wzbudzenie zaufania rodziców i zapewnienie o bezpieczeństwie ważą w tym momencie najwięcej. Zapewnienia tego strzec trzeba najpilniej przez najbliższe kilkanaście zawodów. Wystarczy, że budowniczy zbuduje trasę zbyt ambitną, aby rodzice cofnęli swój kredyt zaufania.

W kategorii K13-14 zaczynają się pierwsze przyjaźnie. Grupa wciąga, ale kontrola rodziców pozostaje w dalszym ciągu nadrzędną. Wystarczy jednak rok więcej, a już zaczynają trenerowi spędzać sen z powiek nie rodzice lecz same zawodniczki. W jaki sposób utrzymać w grupie panienki wystrzegające się podrapania gładkiej skóry kolanek i pilnie dbające o puszystość swych fryzur? Co zrobić, aby trening lub wyjazd na zawody był atrakcyjny i wciągający? Ale to nie trening ani zawody są tym magnesem. Wciągać może tylko atmosfera w grupie. Czasem jest to zbieżność zainteresowań a czasem ich różność. Czasem natomiast wesołek, który swym zachowaniem i dowcipem umie grupę rozbawić. Trener, który chce utrzymać panienki w tym wieku musi mieć dużo wyczucia i wiedzy. Musi umieć rozwiązać zadanie z matematyki, poznać i pulubić ich pozasportowe zainteresowania, zauważyć nową bluzkę i inne uczesanie. Umieć pochwalić, skrytykować i poradzić. Ale nigdy nie ironizować z ich twórczych poszukiwań swojego stylu. Wszystko to wytwarza atmosferę chętnych powrotów. Właśnie słowo "powrót" jest tu słowem właściwym. Bowiem odśpiewanie "happy birthday sweet sixteen" przybliża już wiek, w którym pozasportowe zainteresowania wciągają bardziej niż sport. Żaden mus ani logiczne argumenty. Wszystko na nic. Młodość ma przede wszystkim swoje prawa. O obowiązkach lepiej nie mówić. A przede wszystkim ma prawo wybrać. Lub, w przypadku dziewcząt, kaprysić. Podłoże kapryszenia dobrze jest poznać ale wystarczy również przeczekać. Przeszkadzać wyborowi - nie radzę. Pomagać w wyborze można, ale nie przez pryzmat potrzeb klubu lub trenera. Stąd też te powroty, które mimo wszystko nie są liczne.

Najliczniejsze kategorie dziewcząt to kategorie najmłodsze. Już kategoria K15-16 jest mniej liczna. Natomiast w kategorii K17-18 szeregi naszych panienek przerzedzają się o połowę. Przyczyny są różne. Do wspomnianych już zainteresowań pozasportowych i prawie do wyboru dochodzi jeszcze zmiana sylwetki oraz zwiększone zadania treningowe. Przychodzi moment, kiedy trener zaczyna wymagać systematycznego treningu, który zajmuje nie tylko więcej czasu lecz również jest dużym wysiłkiem fizycznym. Naturalną reakcją jest rezygnacja z uprawiania sportu.

W pracy z żywym człowiekiem złotego środka dla trenera nie ma. Potrzebna jest intuicja: zmienność obciążeń treningowych przy zachowaniu dostatecznej systematyczności, pozostawienie wolnych dni na pozasportowe zajęcia, docenianie wysiłku fizycznego nawet jeśli nie wszystko z planu treningowego zostało wykonane. Jest to okres przełomowy na drodze do wejścia do grupy seniorek lub elity. Tam, gdzie pomimo trudności udało się uzyskać postęp w wytrzymałości biegowej i technice orientacji można mieć nadzieję na wieloletnią radość biegania z najlepszymi na świecie. I to jest dopiero to, co wciąga nasze dziewczyny i panie na wiele lat.

Wprowadzić zawodniczkę do elity to dla trenera wielkie osiągnięcie. Nie na tym się jednak kończy zagadnienie kobiet w orientacji. Ponuro wyglądałyby imprezy, w których w kategoriach pozaelitarnych startowaliby sami panowie. Bezdusznie, gdyby wśród organizatorów i sędziów zabrakło pań. Jest ich mniej. Ale wynika to z ich domatorskiego stylu bycia, konieczności zajmowania się domem i rodziną, i z poczucia odpowiedzialności właśnie za to, co im najdroższe. Trenerzy chcieliby mieć wśród dziewczyn same mistrzynie. Stąd żądania systematycznego i dużego treningu, startu w każdych zawodach. Stąd też pomysły budowy tras ambitnych, zbyt długich i uciążliwych. Tymczasem nic na siłę. Trudniej odebrać chęć biegania tym najlepszym. W kategoriach pozaelitarnych osiągnąć to łatwo.

Metodą jest budowa tras na miarę możliwości i zadowolenia. Czym większe zadowolenie, tym częstsze uczestnictwo w imprezach. Ale też na miarę potrzeb i wolnego czasu. Aby utrzymać drużynę trzeba umieć pójść na kompromis. Niekiedy wystarczy uzgodnić imprezy o najwyższej dla klubu randze, niekiedy uznać za wystarczające uczestnictwo w sztafetach kilka razy w roku. Zawsze jest przecież dużo pracy w samym klubie: przygotowanie treningów technicznych, przygotowanie imprez, porządkowanie materiałów. Trzeba tylko umieć docenić parę rąk i umysł o średnio wyższej inteligencji.

Sytuacja w naszych klubach jest różna, zależna od atmosfery tam panującej. Normalnie prowadzone nabory są źródłem liczebności kategorii K11, 13, 15. Ale już tylko w nielicznych klubach skompletowanie sztafety seniorek nie stanowi problemu. Oprócz przyczyn wcześniej omówionych dzieje się to również za przyczyną trenerów nastawiających się wyłącznie na wyczyn ale również i organizacji sportowych dotujących wyłącznie kulturę fizyczną wśród dzieci i młodzieży. Zmusza się w ten sposób kluby do rugowania zawodników starszych tak potrzebnych przy szkoleniu i organizacji imprez. Tymczasem koszt uczestnictwa w imprezie w miejscu odległym od miejsca zamieszkania jest na tyle duży, że wielu osób po prostu nań nie stać. O indywidualnej pomocy socjalnej z zakładu pracy liczyć przecież nie można.

Jeszcze inna sprawa to rachunek czasu. Głównym środkiem lokomocji w Polsce jest pociąg. Dojazd i powrót to często przynajmniej część nocy skradzionej z wypoczynku. Na szczęście wiele klubów położonych mniej centralnie ma szanse korzystania z klubowych autokarów. Tak czy owak rachunek czasu traconego na dojazd na zawody lub trening techniczny jest jednak dla wielu dziewcząt i kobiet po prostu nie do wytrzymania. Stąd słaby poziom polskiej elity, stąd nieliczne kobiety w kategoriach pozaelitarnych.

Były próby poprawienia poziomu elity kobiet metodą podnoszenia poprzeczki. Stawiano zawodniczkom większe wymagania treningowe, trasy na zawodach były długie i trudne. Oczekiwanych rezultatów jednak nie było. Postęp jest, ale wynika on głównie z poprawy umiejętności technicznych i większego doświadczenia zawodniczek. Lepszych map i możliwości szybszej nauki. Trenerów mających wieloletnie doświadczenia.

LECH TRZPIL

Relacje z zawodów

FINLANDIA FIN 5

W bieżącym roku miałem możliwość i przyjemność startów w kilku imprezach w ojczyźnie bno - Finlandii, z których chciałbym się podzielić wrażeniami. Niepowtarzalny jest tu teren w jakim są rozgrywane zawody. Z mapy wynika, że nie przedstawia on praktycznie większych trudności, jednak rzeczywistość okazuje się zupełnie inna. Teren w większości o podłożu skalistym, na mapie zaznaczone są tylko większe występy skalne, porośnięty mchami, bagnisty, z reguły o nienajlepszej przebieżności. Las nie jest tu tak uprawiany jak u nas, nie ma duktów i zbyt wielu ścieżek. Na większości terenów znajduje się kilka jeziorek i większych bagien. Samo bieganie po takim terenie wymaga dużego wysiłku fizycznego oraz sporej koncentracji nad tym gdzie postawić nogę, a do tego dochodzi jeszcze czytanie mapy. Nie ma tu terenów z dużymi przewyższeniami, lecz występuje sporo małych skalistych wzniesień, poprzecinanych bagienkami i rowami. Po raz drugi miałem przyjemność startować w imprezie FIN 5. Nie są to największe zawody w Finlandi, na których startuje od 2000 - 3000 uczestników, a 80 % to Finowie. Jest to jedna z droższych imprez, gdzie startowe wynosi 50 USD, nie licząc innych opłat jak transport. Jest to impreza krótko mówiąc nie na naszą kieszeń. Finowie raczej nie należą do ludzi utrzymujących między sobą zawiłych kontaktów, nie mówiąc o ludziach z innych krajów. Jednak udało mi się nawiązać kontakt z jednym z fińskich klubów, który pokrył koszty mojego udziału w tej imprezie. Uwagę przyciąga tu bardzo wysoka kultura w organizacji zawodów, jak i samych uczestników. W drodze na start jak i w centrum zawodów usytuowane są toalety dla zawodników /papieru toaletowego nie brakuje/. W ten sposób nie zanieczyszcza się lasów i nie trzeba zabierać rolki papieru na start. Centrum zawodów przedstawia się imponująco. Jest tu dosłownie wszystko. W szczerym polu zainstalowano linię telefoniczną, pocztę, telegraf, sklepy spożywcze, bufet itp. obiekty, które organizatorom zamiast kłopotów /jak u nas/ przyspażają dość spore zyski /należy wcześniej wykupić koncesję aby móc sprzedawać na terenie zawodów/. Zawody te jak i wiele innych, są dla Finów jedną z form spędzania wakacji lub weekendu. Mając dostęp do wszystkiego co jest potrzebne do uprawiania tej dyscypliny oraz odpowiednie podejście do sportu całego narodu, uważam, że jak na nasze warunki reprezentujemy nie najgorszy poziom w tej dyscyplinie.

Najbardziej popularnymi zawodami w Finlandii są siedmiozmianowe sztafety JUKOLA VIESTI, które na starcie gromadzą ok. 12 000 osób. Zainteresowanym udostępnię kalendarz większych imprez rozgrywanych w Finlandii w przyszłym roku.

Wyniki FIN 5 : 15 - 19.07.1987

H 21 E	1.	PÖYSTI TIMO	4:51,43
	2.	PALLASPURO JUHA	4.54,20
	3.	AMONEN PEKKA	4.54,22
D 21 E	1.	UAIRINEN KIRSI	4:33,10
	2.	FRIES EISABETH	4.39,12
	3.	HEINONEN MARIA	4:44,21

Podczas dwóch ostatnich etapów rozegrane były biegi w dodatkowej kategorii H 21 ES i D 21 ES. Drugi dzień był startem handikapowym.

A oto jego wyniki :

H 21 ES	1.	NIKULAINEN PEKKA	2:23,20
	2.	PARKKINEN KEIJO	2:24,16
	3.	TOLONEN RAIMO	2.24,21
D 21 ES	1.	HEWO ANNIKA	2.06,09
	2.	KOSKWAARA EIJA	2:06,21
	3.	MÄNTTÄRI ULLA	2:06,57

FIN 5 15.-19.7.87

JAN CEGIEŁKA

SZWECJA

O-RINGEN 5-dagars 1987 20-24 juli ÖSTERGÖTLAND

Tylko dzięki moim znajomym mogłem uczestniczyć w największym festynie orienteeringowym jakim jest O-ringen 87. Zawody zostały przeprowadzone w dn.20-24.07.87 /od poniedziałku do piątku/ z bazą w Norköping, 200 km na płd. od Sztokholmu. Na starcie stanęło ok. 18 000 biegaczy z 30 krajów w tym 4 z Polski /Jan Cegiełka, Jacek Kozłowski, Andrzej Krochmal i Mirosław Szczurek/. Wzorowy przebieg imprezy zapewniało ok. 4000 organizatorów, którzy dbali o prawidłowe funkcjonowanie campingu przygotowanego na 25 tys. uczestników, punktualne kursowanie autobusów dowożących biegaczy na odległość od 16 - 45 km od campingu oraz wszystko to co jest związane z samą trasą, a więc starty /których było pięć/, meta z całym jej olbrzymim zapleczem. Już przy zgłoszeniu każdy zawodnik otrzymywał „torbę" informacji. Nie było więc nerwowości i niepewności, każdy wiedział co, gdzie i kiedy będzie się odbywało. Zawodnik otrzymywał numer startowy, na którym umieszczona była nazwa jednego ze sponsorów zawodów i tą nazwą było wyznakowane dojście do startu oraz jeden z sześciu boksów dobiegowych do mety. Znajdowało się tam również imię i nazwisko zawodnika oraz czas startu i odległość z mety na start każdego dnia. Tak więc zawodnik podstawowe informacje posiadał przy sobie.

Jak się dowiadujemy z dodatków gazetowych o O-ringen organizatorzy mieli swoje problemy, które nie były widoczne dla uczestnika.

„Błąd na mapie ... "

„Kiedy 45 000 map powróciło z drukarni autor mapy przeżył lekki szok. Na mapach - ofoliowanych, z wykreślonymi trasami i z PK, brakowało wzgórza: Wokół znajduje się 7-8 PK i uczestnicy będą myśleli, że zabłądzili. Wymiana map jest bardzo trudną i kosztowną pracą - powiedział Lasse Larsson. -Jako autor mapy nie mogę tego zaakceptować.

L. Larsson, który pracuje w branży ziemno-budowlanej znalazł sposób na rozwiązanie tego swojego problemu.

- Nie mogłem przecież postawić szyldu: „Tego wzgórza nie ma";
- Kiedy nie ma innej drogi wyjścia, trzeba zmienić teren.

Ale trzeba być budowniczym, żeby wpaść na coś takiego. L. Larsson skorzystał ze specjalisty wojskowego w Linköping, T. Fagertofta, który otrzymał zadanie zmiany rzeczywistości, tak żeby zgadzała się z mapą. Wojskowi sądzili, że było to dość zabawne zadanie i zdarza się nieczęsto.

Z pomocą dwóch kg ciasta wybuchowego, sześciu strategicznych otworów wiertniczych o głębokości ponad 1 m każdy i trzech przegrzanych wierteł wzgórze wyleciało w powietrze. Tak więc wzgórza nie było w rzeczywistości. Pięciodniówka była uratowana. -„Kiedy było po wszystkim, pozostały tylko małe odłamki, a kamienie mniejsze niż 1,5 m nie muszą być zaznaczane na mapach"- powiedział L. Larsson.

Według L. Larssona wzgórze to na mapie przedstawiane jest w postaci gotowego, przyklejanego znaku. I to był znak, który odpadł od mapy. Warstwice wykreśla się ręcznie, ale cała masa oznaczeń przedstawiana jest za pomocą gotowych znaków. Całe szczęście, że nie odpadł dom."

Sabotaż

„Pięciodniówka mogła być katastrofalna zanim się jeszcze zaczęła. Kiedy budowniczy trasy w sobotnie popołudnie zrobił rundkę inspekcyjną w terenie odkrył z przerażeniem, że zniknęło siedem PK. W kilku przypadkach wyrwano i rozrzucono nawet stojaki z perforatorami. Nie było problemów ze zdobyciem nowych PK ze stojakami i lampionami, ale kłopotliwe było zdobycie perforatorów z odpowiednią kombinacją. Na szczęście wydawnictwo SOFT-u na swoim stoisku posiadało odpowiednie wersje w magazynie.

Kiedy pierwsi biegacze przybyli w poniedziałkowy poranek wszystko było na swoim miejscu. Przez całą niedzielę prowadzono ostrą kontrolę terenu. I potem, jak przeszła nagonka w dzień zawodów i przeprowadzono ostatni kontrolny bieg, nikt nie miał szans powtórzenia szkody. „To musiał być ktoś, kto nie lubi orienteeringu w tych terenach, albo sądzi, że to zabawne wkładać kije w szprychy koła" - twierdzi kierownik zawodów.

cd. na str.7

KALENDARZ IMPREZ

Oto kalendarz imprez od września do grudnia 87.
Kolejne rubryki oznaczają:
1) data (dzień, miesiąc)
2) forma: T - turystyczne, S - sportowe,
N - nocne, Sz - sztafetowe, R - rowerowe
3) nazwa zawodów
4) organizator
5) ranga zawodów:
R - impreza zaliczana do rankingu,
1, 2, 3 - pierwsza, druga, trzecia liga,
O - ogólnopolskie,
W - Turystyczne Mistrzostwa Warszawy,
H - Harcerskie Mistrzostwa Warszawy,
J - Mistrzostwa Warszawy Juniorów.

1987

5-6.09	S	Puchar Weteranów	OKS	M
12.09	TN	Praska Jesień	ZPS	WO
12/13.09	T	Samowar	ZPS	O
13.09	R	Jesienna Jazda nO	ZPS	KO
19.09	SN	Przed-Mistrzostwa	AZS	
19.09	S	Puchar Dow. Garnizonu	KGP	
19-20.09	S	Puchar Prezydenta	JEL	
19-20.09	T	Azymut Orłowicza	K93	WJOK
20.09	S	Bez Nazwy	AZS	
20.09	S	Srebrna Busola Mazur	MAM	
20.09	S	Mistrzostwa Rzeszowa	RZE	
26.09	S	Perkoz 87	ZAM	
26-27.09	T	Puszcza Notecka	SDM	O
27.09	S	Puchar Polski	WAR	O
27.09	T	Familijna InO	WAT	
3.10	S	Puchar Podlasia	SIE	123R
3-4.10	T	Maraton MnO	RAD	O
4.10	Sz	OKS 87	OKS	123
10.10	SN	MP w Nocnym BnO	WAT	MR
11.10	S	Puchar Komendanta ChW	IGL	
17.10	S	Puchar Sięży 87	ORT	
17-18.10	TR	CFTInO	PTS	
17-18.10	S	Puchar LZS	LZS	
17-18.10	S	Mistrz. Szkół Krakowa	WAW	
24.10	T	Kolorowa Jesień	WAŁ	
24.10	S	Góralski Kapelusz	GDA	
25.10	S	Mistrz.Woj.Gdańskiego	PGD	
25.10	T	Koszmarki 87	PJA	H
25.10	S	Złota Jesień	CZE	
25.10	S	Jesienne Zawody w BnO	UGN	
7-8.11	T	Rajd Desperatów	PRP	WH
8.11	S	Puchar Komendanta	PAN	
8.11	S	23. Niedzielna InO	RWG	
14-15.11	T	Watrzańskie ZnO	PRP	WJH
22.11	T	DnO 87	MDK	W
29.11	S	24. Niedzielna InO	RWG	
29.11	T	Andrzejki	OKP	
6.12	ST	Zimowe ZnO	ZPS	W
6.12	S	Sanok 87	RWK	

ORGANIZATORZY.

AZS	AZS SGGW AR, ul. Nowoursynowska 166, Warszawa
CZE	RW Start,ul.Swierczewskiego 25/27,Częstochowa
GDA	SKS Start Gdańsk, ul.3 Maja 2, 80-802 Gdańsk
IGL	HSInO Iglica,KChWZHP,ul.Nowa 6,50-082 Wrocław
JEL	RW ZSSP Start, ul.ZMP 7a, 58-500 Jelenia Góra
KGP	Klub Garnizon.,ul.3 Maja 36/3,37-700 Przemyśl
K93	k.93 PTTK, Chałubińskiego 4/6,00-928 Warszawa
LOD	SKST Start , ul. Nowotki 46/48 , 91-408 Łódź
LZS	RGZ LZS w Jeżowie Sudeckim , 58-522 Siedlęcin
MAM	GKS Mamry , ul. Moniuszki 5 , 11-500 Giżycko
MDK	MDK Otwock,ul.Poniatowskiego 10,05-400 Otwock
OKP	o/kol.PTTK,WKInO, ul.Dworcowa 2,20-406 Lublin
OKS	OKS Start , ul. Sportowa 1 , 05-400 Otwock
ORT	Orientop , ul. Pretficza 24 , 50-984 Wrocław
PAN	Klub Sportowy Pancerni WSOWP,60-630 Poznań 30
PGD	AZS Polit.Gd.,Al.Zwycięstwa 12, 80-219 Gdańsk
PRP	KInO Praga Pd,Podskarbińska 6 03-833 Warszawa
PTS	PTTK Siedlce
RAD	PTTK, Skróty, ul.Traugutta 46/48,26-600 Radom
RWG	RW Start, ul.Dzierżyńskiego 13, 80-441 Gdańsk
RWK	RW Start, ul. Karola Marksa 46, 38-400 Krosno
RZE	RW ZSSP Start , ul.Rejtana 10, 35-959 Rzeszów
SIE	Rada Woj.Start, ul.Wojskowa 5, 08-110 Siedlce
UGN	SKS Start Unia,ul.Podgórna 2,88-140 Gniewkowo
WAŁ	Związek Harcerstwa Polskiego, Wałcz
WAT	Wojsk.Ak.Techn.,Lazurowa 225a,01-489 Warszawa
WAR	SKS Warszawianka,ul.Merliniego 9, 02-511 W-wa
WAW	WKS Wawel , ul. Bronowicka 5 , 30-901 Kraków
ZAM	ZAMONIT, KChZHP, ul.3 Maja 7, 40-096 Katowice
ZPS	Oddział Praski PTTK , ul. Brzeska 3, Warszawa

Zapraszamy wszystkich organizatorów przyszłorocznych imprez o nadsyłanie terminów oraz kalendarzy swoich imprez celem zamieszczenia ich w Orientusie do wiadomości wszystkich zainteresowanych.

Informujemy jednocześnie iż w Komisji InO ZG PTTK zostały opracowane „Zasady przyznawania imprezom na orientację rangi ogólnopolskiej."

Aby zgłosić imprezą turystyczną jako ogólnopolską /3 pkt na OInO za każdy etap/ należy wysłać zgłoszenie na adres : Komisja Imprez na Orientację ZG PTTK, ul. Senatorska 11, 00-075 Warszawa.

Zgłoszenie powinno zawierać :

- nazwę imprezy i organizatora,
- miejsce /baza/,
- liczbę etapów w poszczególnych dniach,
- dokładną datę,
- przewidywany skład komitetu organizacyjnego wraz z podaniem uprawnień kadry,
- dyscypliny turystyki kwalifikowanej oraz kategorie.

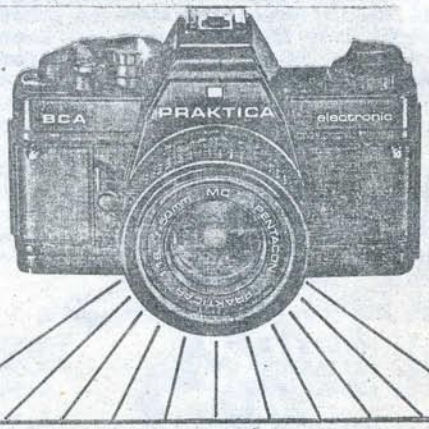
Zgłoszenie imprezy powinno nastąpić do 20 listopada. Późniejsze zgłoszenie może być przyczyną nienadania imprezie rangi ogólnopolskiej.

FOTO KONKURS «ino w obiektywie»

Przypominamy o terminie nadsyłania prac fotograficznych o tematyce imprez na orientację . do 30.10.1987 r.

Jeśli dysponujesz aparatem fotograficznym to weź udział w naszym konkursie, którego prace będą prezentowane na Jesiennym Sejmiku.

Na autorów najlepszych prac oczekują wyróżnienia. I Ty możesz wygrać.



1. Dane techniczne prac konkursowych:
   - format prac minimum 13x18 cm,
   - papier błyszczący /najlepiej/,
   - informacja na odwrocie zdjęć powinna zawierać: tytuł fotografii, imię i nazwisko autora, adres zamieszkania, data i miejsce wykonania zdjęcia.
2. Ilość zdjęć nie jest limitowana.
3. Termin nadsyłania prac upływa z dn. 30.10. 1987 roku.
4. Za uszkodzenia w czasie przesyłki pocztowej organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności.
5. Prace należy przesyłać na adres redakcji „ORIENTUSA" lub wręczać osobiście /np. na zawodach/.
6. Organizatorzy nie zwracają prac zamówionych oraz zastrzegają sobie prawo zatrzymania prac wyróżnionych.

„Puchar Silvy"

„Puchar Silvy" jest organizowany po raz trzeci z rzędu i wchodzi w O-ringen jako ekstra zawody podczas czterech pierwszych dni. Silva Cup, od czasu startu w 1985 r. w Falun, był oczywistym sukcesem w O-ringen. Puchar Silvy jest rozgrywany systemem pucharowym według modelu tenisowego i jest organizowany w kat. D 21 E i H 21 E. W każdym pucharze może brać udział 16 specjalnie zaproszonych biegaczy elity z różnych krajów. Puchar Silvy powoduje wzrost napięcia już na początku zawodów w O-ringen. Rozegranych jest wtedy osiem pierwszych meczów. Ten kto uzyska lepszy czas przechodzi do następnej rundy. Przegrani odpadają z Pucharu Silvy, ale nadal biorą udział w O-ringen. Później są rozgrywane ćwierćfinały i półfinały. Czwarty dzień wyłania zwycięzców. Biegacze pucharu noszą odmienne numery, natomiast czasy startowe jak w O-ringenie. Na zwycięzców czekają cenne nagrody oraz stypendia."

Zawody dla niepełnosprawnych

„Po raz drugi w historii O-ringen zorganizowano zawody dla niepełnosprawnych. W zeszłym roku był to jeden dzień, teraz dwa. Rok temu startowało 18 osób, teraz 22 z podziałem na trzy kategorie kobiet i mężczyzn oraz początkujących. Uczestnicy traktują start bardzo poważnie. Zawody rozgrywane są bez pomiaru czasu, tak było kiedyś, ale zostało to zniesione. To było kłopotliwe i niesprawiedliwe. Teraz ocenia się technikę orientowania i umiejętność posługiwania się mapą. Jest to bardzo sprawiedliwy system dla niepełnosprawnych. Każdy uczestnik otrzymuje pomoc przy pokonywaniu trasy, natomiast nikt nie może otrzymać pomocy przy orientowaniu się. Orienteering dla niepełnosprawnych nie wymaga wysiłku fizycznego natomiast daje świeże powietrze i ruch.

A oto zasady zawodów dla niepełnosprawnych :

- trasy dla początkujących długości ok. 2 km zbudowane są w celu pokazania PK,
- brak pomiaru czasu, ale są tu trzy warianty rozgrywania zawodów :

1. Orienteering. Jechać wyznakowaną trasą i zaznaczać dokładne położenie PK. Zwiększanie stopnia trudności polega na ustawieniu lampionu blisko trasy.
2. Jazda trasą z podaniem kontrolerowi /sędziemu/ prawidłowego położenia PK z grupy lampionów.
3. Orienteering liniowy. Jazda po linii narysowanej, a potwierdzanie PK powinno zawierać rozróżnianie strony trasy."

Swoiste równanie

Skąd się wzięła nazwa imprezy? Wyjaśnijmy. Nazwa ta powstaje od wyrazu /w szweckim zapisie/ orientering, w którym pozostawia się pierwszą literę - duże O w postaci koła, następne dwie sylaby - riente opuszcza się zastępując myślnikiem. Następna sylaba - ring jest wyrazem i oznacza - koło i w całości nazwy imprezy użyta jest w odpowiedniej formie, dodatek en.

O /riente//ring/ , gdzie - ring - kółko

◯ - /ring//en/

◯ - kółko

Na trasach

1. Dzień : piękna pogoda, a nawet trochę za gorąco. W drodze na start w tym i w następnych dniach można skorzystać z regenerujących napojów lub wody, co przy tej temperaturze jest bardzo przydatne. Start w starym wyrobisku kamienia. Teren o niewielkich przewyższeniach z niewielką ilością terenów podmokłych i z małą ilością ścieżek. Trasa dość szybka lecz wymagająca oswojenia się z terenem. 290 PK. Odnotowano jedno ukąszenie węża, złamaną rękę oraz 104 skręcone stopy.
2. Dzień : słonecznie. Teren poprzecinany wieloma ścieżkami ze sporą ilością obszarów otwartych. Trasy bardzo szybkie. Zdaniem budowniczego : „trzeba także i takie trasy budować przy wielodniówkach". W polowym przedszkolu znajduje się 250 dzieci oraz 60 osób personelu z czego 20 jest stałych, a 40 dochodzących każdego dnia. Jest to teren w pobliżu mety, ogrodzony, gdzie pod namiotami dzieci rysują, lepią, układają bądź na świeżym powietrzu korzystają z huśtawek i zabawek do zabaw w piasku. Każde dziecko jest zarejestrowane i w przedszkolu nosi swój numer przyczepiony na plecach jak ich rodzice na trasie zawodów. Na obszarze zawodów, mimo porannej nagonki znalazły się 2 łosie i 15 saren. Odnotowano 1 przypadek żółtaczki, złamanie kciuka, kilka skaleczeń i 109 przypadków skręconych nóg.
3. Dzień : nadal słonecznie. Teren podobny, z tą samą metą z dnia poprzedniego. W ramach O-ringen rozgrywane są w innym miejscu zawody dla niepełnosprawnych. Odnotowano 146 przypadków skręconych nóg oraz komplet u dentysty. Zarysowuje się zdecydowana dominacja Szwedów w większości kategorii.
4. Dzień : pogoda dopisuje nadal. Teren bardzo trudny ze względu na nierówności, zmienną przebieżność i większą ilość obszarów podmokłych. Na mapie ok. 250 PK. Najciekawsze trasy. Projektowanie tras odbyło się dwa lata wcześniej. Poczta na zawodach wysłała 7 300 kartek. Codziennie start zaczyna się o godz. 7.31 i trwa do ok. 13.30. Ale już o godz.1400 na poczcie można nabyć okolicznościową kartkę z imprezy z mapą tego dnia. Natomiast zawodnicy od tej samej godziny mogą odebrać czystą /nową/ mapę w centrum imprezy, a o godz. 18.00 wyniki z każdego dnia z zaznaczeniem postępów w bieganiu oraz uczestniczyć w ceremonii wręczania nagród zwycięzcom z przedpołudniowych tras. Odnotowano bardzo dużą ilość skręconych nóg, co również nie ominęło autora tego artykułu i skutecznie wyeliminowało z dalszej rywalizacji. Na trasie znajdują się dwa punkty sanitarne oraz strefy z kilkoma punktami odżywczymi. Na jednym takim punkcie znajduje się ok. 1 000 l napojów.

Zakończył się Puchar Silvy, w którym zwyciężyli: D 21 E Katarina Borg SZW., H 21 E Ari Anjala FIN.

5. Dzień : na początku pochmurno z przelotnymi opadami, później wyszło słońce. Dzień handikapowy trwa do 2 godz., a później interwał co 30 sek. Pasjonujące pojedynki na trasach, o czym donosi komentator zawodów. Uczestnikiem ostatniego etapu jest Minister Sportu w Szwecji. Całkowita dominacja Szwedów. Faworyci odnotowują kilka wpadek, tracą sporo czasu. I tak K.Borg prowadząca po 4 dniach zmniejsza swoją przewagę z 11 min. do 4 już na 1 PK.

Wyniki

D 21 E	1.	Katarina Borg	SZW.	271:01
	2.	Marita Skogum	SZW.	273.55
	3.	Karin Gunnarsson	SZW.	277.59
	4.	Barbro Lönnkvist	SZW.	278.46
	5.	Charlotte Nilsson	SZW.	280:15
H 21 E	1.	Lars Lönnkvist	SZW.	314.57
	2.	Michael Wehlin	SZW.	318:27
	3.	Atle Hansen	SZW.	319.47
	4.	Kent Olson	SZW.	320:16
	5.	Hans M. Majornas	SZW.	322:59

Nagrody

Na zwycięzców w 109 kat. i 4 dodatkowych codziennie po każdym etapie oczekiwały cenne nagrody rzeczowe i pieniężne /w zależności od zajętego miejsca 1-3/ na sumę w całych zawodach ok. 1 000 000 koron. Już od wiosny organizatorzy gromadzili nagrody. Na zwycięzców w kat. elitarnych oczekiwały nagrody pieniężne.

A oto lista nagród pieniężnych po pięciu dniach:

D 21 E	1.	Katarina Borg	SZW.	27 000,-
	2.	Marita Skogum	SZW.	11 000,-
	3.	Barbro Lönnkvist	SZW.	5 000,-
H 21 E	1.	Lars Lönnkvist	SZW.	20 500,-
	2.	Michael Wehlin	SZW.	19 000,-
	3.	Ari Anjala	FIN.	5 000,-

Natomiast spośród czterech startujących Polaków, aż trzech odniosło kontuzje co chyba świadczy o skali trudności terenu. Lecz mimo tego będziemy wspominać to widowisko samotnych zmagań leśnych jako coś niepowtarzalnego i uroczego w swoim rodzaju.

Wrażeniami podzielił się - ANDRZEJ KROCHMAL
Teksty szweckie tłumaczył - WOJTEK MIZGALEWICZ

POLSKA PUCHAR WAWELU

W dniach 10-12 lipca rozegrana została pierwsza w tym roku polska międzynarodowa trzydniówka - Puchar Wawelu 87. Baza zawodników znajdowała się koło Złotego Potoku. Zawody odbyły się na dobrych mapach w ciekawym terenie. W trzydziestu kategoriach wystartowało około siedmiuset zawodników z 7 krajów. W obydwu kategoriach elitarnych zwyciężyli Polacy - w K19E Ania Górnicka wyprzedziła Agatę Czerwińską i Czeszkę Jebavę ; wśród mężczyzn najlepszym okazał się Andrzej Olech przed Jiřim Urvalkiem i Pawłem Morawskim.

Ważnym wydarzeniem była obecność na Pucharze Wawelu Sekretarza Generalnego IOF, Lennarta Levina ze Szwecji. Poniżej zamieszczamy przeprowadzony z nim wywiad.

● - Czy mógłby Pan udzielić wywiadu dla czytelników Orientusa?

LL: - Bardzo chętnie.

● - Co Pana sprowadza do Polski?

LL: - W październiku zeszłego roku podczas warszawskiego spotkania Komisji Rozwoju i Propagandy IOF miałem okazę wystartować na Sztafetowych Mistrzostwach Polski. Wysoki poziom techniczny zawodów i dobra mapa skłoniły mnie do zasugerowania możliwości organizacji w Polsce jednego z etapów Pucharu Świata w roku 1990. Moja propozycja została podchwycona. Polska strona zaoferowała organizację etapu Pucharu Świata w ramach Pucharu Wawelu 90. Przyjechałem więc, aby zobaczyć, jakie zawody organizuje Wawel i czy można będzie powierzyć organizację Pucharu Świata temu klubowi.

● - I jaka jest Pana opinia o tych zawodach?

LL: - Zupełnie pozytywna. Możliwości organizacyjne są w porządku, mapy dobre. Nie widzę przeszkód, aby Wawel organizował Puchar Świata, Wczoraj już nawet wybraliśmy teren.

● - Co sądzi Pan o polskiej orientacji i możliwościach osiągnięcia wysokich wyników przez Polaków?

LL: - Moja wiedza na ten temat jest dość wyrywkowa, opiera się ona tylko na obserwacji dwóch imprez i rozmowach z wieloma osobami. Wydaje mi się, że poziom techniczny imprez oraz map jest wysoki. Polskim zawodnikom brakuje jednak /z wiadomych przyczyn/ stałego kontaktu z czołówką światową i możliwości startu na zawodach zagranicznych. IOF w ramach projektu "Elita" przewiduje umożliwienie wybijającym się juniorom z krajów pozaskandynawskich kilkumiesięcznych pobytów w Szwecji w celu intensywnego treningu. Sądzę, że polscy zawodnicy jak np. Mirosław Szczurek mają szansę dojść do światowej czołówki pod warunkiem częstego startu i treningu za granicą.

● - Co uważa Pan za największe osiągnięcie IOF w czasie pierwszych 25 lat istnienia?

LL: - Głównym celem stawianym w tym okresie była szeroko pojęta standaryzacja /map, przepisów, piktogramów/. Takie ujednolicenie sprzyja rozwijaniu coraz szerszej współpracy międzynarodowej.

● - Jakie cele stawia sobie IOF na następne 25 lat?

LL: - Poza utrzymaniem aktualnych wysokich standardów IOF stawia sobie dwa główne zadania. Po pierwsze - rozwój orientacji /wprowadzanie tej dyscypliny do nowych krajów oraz podnoszenie poziomu i popularności w krajach, gdzie już orientacja istnieje/. Chcemy doprowadzić do tego, aby prawie we wszystkich krajach znajdowali się potencjalni kandydaci na mistrzów świata. Drugim ważnym celem jest reklama naszego sportu, pozyskanie sponsórów i pieniędzy. Aktualnie z przyczyn finansowych bardzo utrudniony jest np. start w Australii czy Hong Kongu zawodników europejskich, szczególnie z krajów socjalistycznych.

● - W jakich krajach rozgrywane będą kolejne Mistrzostwa Świata?

LL: - Po tegorocznych Mistrzostwach we Francji następnym organizatorem /w 89 r./ będzie Szwecja, w 1991 - Czechosłowacja. W 1993 chcemy, aby Mistrzostwa Świata odbyły się poza Europą. Głównymi kandydatami są Japonia i USA. Ostateczna decyzja w tej sprawie zapadnie na Kongresie IOF, który odbędzie się w przyszłym roku we Włoszech. Narciarskie MŚ w 1988 roku organizuje Finlandia, w 1990 - Szwecja.

● - Czy nie planuje się tych mistrzostw poza Europą?

LL: - Proponowaliśmy organizację NMŚ 90 Kanadzie, ale nie przyjęto naszej propozycji.

● - Jakie są szanse pojawienia się BnO na Olimpiadzie?

LL: - Głównym problemem jest wymóg formalny. Aby dany sport mógł być rozegrany na Letniej Olimpiadzie, w międzynarodowej federacji tego sportu musi być zrzeszonych co najmniej 50 państw z 3 kontynentów. IOF aktualnie ma tylko 33 członków.

● - A na Zimowej Olimpiadzie?

LL: - Tu szanse są całkiem realne. Dla Olimpiady Zimowej wymaga się tylko 35 krajów na dwóch kontynentach. Brakuje więc tylko dwóch państw.

● - Wkrótce do IOF wstąpią pewnie Chiny, Malezja i Rumunia.

LL: - Nie wiem, jak Międzynarodowy Komitet Olimpijski ustosunkuje się do takich krajów jak Malezja, gdzie nigdy nie ma śniegu. Ale Chiny i Rumunia - tak, ich przystąpienie posunie sprawę naprzód.

● - Na jesieni wybiera się Pan do USA. Jaki związek ma ten wyjazd z orientacją?

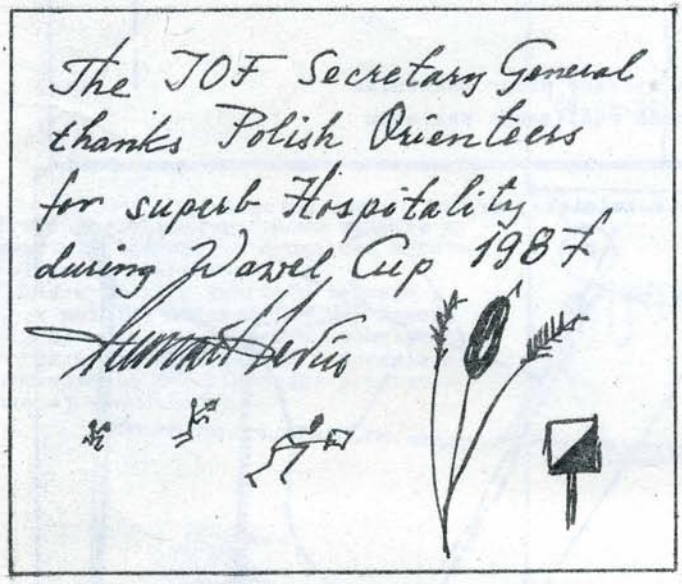
LL: - W październiku odbędzie się w Colorado Springs spotkanie GAISF - jest to międzynarodowy związek wszystkich sportowych federacji. Na konferencji tej będą obecni również przedstawiciele MKOL. Chcemy podczas tego spotkania zorganizować zawody na orientację. Sądzę, że gdy niektóre z obecnych tam osób zobaczą osobiście na czym ten sport polega, łatwiej będzie zarówno o fundusze jak i o wprowadzenie orientacji na Olimpiadę.

● - Co sądzi Pan o turystycznych imprezach na orientację?

LL: - Uważam, że jest to wspaniała odmiana. Powinieneś napisać do IOF artykuł opisujący specyfikę tych zawodów w Polsce. Wywoła to dyskusję; zobaczymy, jak wypowiedzą się osoby w innych krajach.

● - Od ilu lat biega Pan na orientację?
LL: - Po raz pierwszy wystartowałem w zawodach w 1947 roku na mapie 1:100000. Zająłem wówczas dziesiąte miejsce wśród juniorów.
● - Jak ocenia Pan swoje szanse w dzisiejszych zawodach? Po dwóch dniach zajmuje Pan trzecie miejsce w M45.
LL: - Biegam dla przyjemności, wynik jest dla mnie rzeczą drugorzędną.
● - Co jeszcze chciałby Pan przekazać czytelnikom Orientusa?
LL: - Pragnę podziękować Polskiej Federacji, Klubowi Wawel oraz wszystkim polskim zawodnikom za serdeczne i miłe przyjęcie mnie w Polsce.
● - Dziękuję za rozmowę. Za pół godziny Pan startuje - powodzenia!
LL: - Dziękuję, nawzajem.

Oprac. PZ



GPP 87

Rozegrane zostały w dn. 26-28.07.87 r.

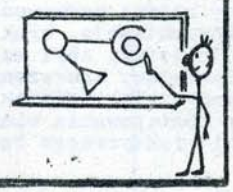
DE	1.	KARGER Wiebke	DDR	164.47
	2.	SPOTT Anke	DDR	169.01
	3.	GERÖLD Annett	DDR	172.59
	4.	CZERWIŃSKA Agata	POL	181.32
	5.	PASCA Irma	RUM	182.00
HE	1.	ŁUKJANOW Walerian	USSR	204.39
	2.	SIIG Sikstien	USSR	207.38
	3.	VINCZAI Ferenc	HUN	208.43
	4.	SOTNIKOW Wiktor	USSR	216.33
	5.	ZORIN Michaił	USSR	217.09
	8.	TRZMIELEWSKI Roman	POL	224.53
	9.	MORAWSKI Paweł	POL	224.56

Międzynarodowe Biegi na Orientację o Puchar RG ZSSP „START"

Po raz siedemnasty został rozegrany Puchar Rady Głównej ZSSP „START" w dn. 20-23.08.87 r. w ok. Jeleniej Góry na nowych mapach /ciekawy teren/ Pogańska Dolina, Źródło Miłości, Zamek Bolczów.

DE	1.	CILINGEROWA Mariela	BUŁ	229.45
	2.	BAČILKOVA Pavlina	CSRS	236.42
	3.	GÓRNICKA Anna	POL	246.10
	4.	CZERWIŃSKA Agata	POL	271.48
HE	1.	MOTAŁĄ Michał	POL	239.36
	2.	MACHAČEK Ales	CSRS	247.12
	3.	ŁABUZIŃSKI Sławomir	POL	260.30
	4.	OLECH Andrzej	POL	260.44
	5.	DYZIO Włodzimierz	POL	263.14
	6.	HORNIK Zbigniew	POL	271.33

Trochę teorii



Ten pierwszy PK (cz.II)

Zagadnienie 2 - Start i zaliczenie pierwszego /-ych/ pk.

Do boksu startowego biegacz na orientację powinien wejść rozgrzany, uspokojony i skoncentrowany, z przygotowaną ogólną koncepcją realizacji biegu. Z chwilą dobiegnięcia do punktu wydawania map /czyli właściwego startu/ istotną czynnością jest upewnienie się, czy pobiera się mapę swojej kategorii. Po zorientowaniu mapy /busolą/ w terenie i ustawieniu się frontem w kierunku biegu na pierwszy pk następuje wybór wariantu - tj. jeden z najważniejszych momentów biegu, decydujących o jego wyniku.

Wybór wariantu powinien być dokonany bez pośpiechu, z pełną świadomością wagi tego aktu, przy wykorzystaniu całego posiadanego zasobu doświadczeń w tym zakresie.

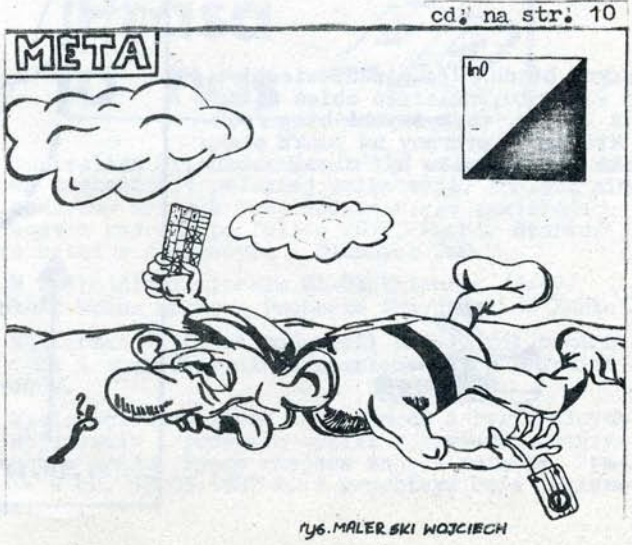
Jakie zasady obowiązują przy wyborze wariantu postępowania do pierwszego pk? Z praktyki zawodniczej chciałbym szczególnie podkreślić jedną, wydaje się zasadniczą zasadę - spośród kilku możliwych dróg osiągnięcia pierwszego pk powinniśmy wybrać zawsze tą, która w największym stopniu zapewnia /bez kluczenia, błądzenia/ pewne wejście na obiekt z lampionem. Najczęściej jest ona nieco /czasem znacznie/ dłuższa od tej "po kresce" i z reguły przebiega wzdłuż linii komunikacyjnych. W gwarze zawodniczej drogę tę nazywamy "wariantem pewnym".

Następnie zawodnik rozpoczyna właściwy bieg na orientację realizując wybrany wariant. Powinien tutaj pamiętać o podstawowych zasadach postępowania. Do nich zalicza się:
- zachowanie spokoju i maksymalnej koncentracji uwagi;
- stosowanie na początku wolniejszego biegu, umożliwiającego szczegółowe czytanie mapy;
- porównywanie każdego napotkanego po drodze obiektu terenowego z jego rysunkiem na mapie /np.: ścieżka którą biegnie - a grubość kreski odwzorowującej na mapie; porośnięty teren - a koloryt przebieżności, itp./;
- wyczuwanie odległości w terenie;
- określanie obiektów nie wrysowanych na mapę /ocena jej szczegółowości/.

Zadaniem zawodnika w tym okresie jest ocena jakości mapy /w tym jej szczegółowości i czytelności/, rozszyfrowanie intencji jej autora, "wczytanie się" oraz wdrożenie do sprawnego posługiwania się nią w już szybszym biegu, na dalszym odcinku trasy.

Dla łatwiejszego zrozumienia powyższych tez proponuję prześledzić zalecany sposób postępowania zawodnika na kilku wybranych /z autopsji/ przykładach.

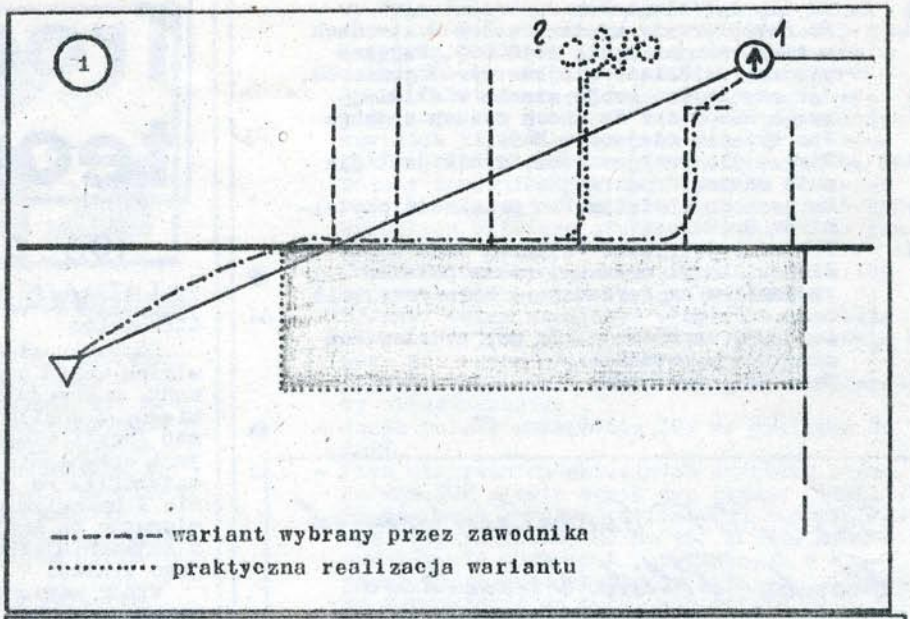
cd. na str. 10



rys. MALERSKI WOJCIECH

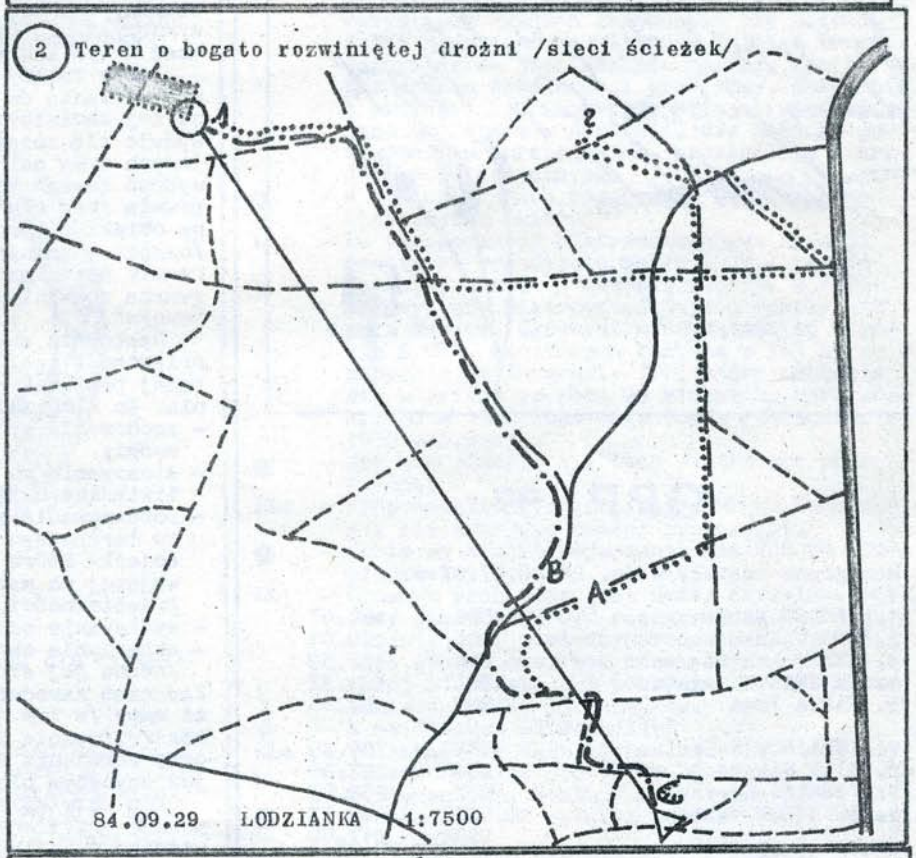
Przyczyny błędu: nerwowość, niedostateczna koncentracja, brak poprawnej oceny odległości, zbyt szybki bieg uniemożliwiający zauważenie i policzenie wszystkich ścieżek.
Zalecane postępowanie winno być odwrotnością faktycznego zachowania się.

1



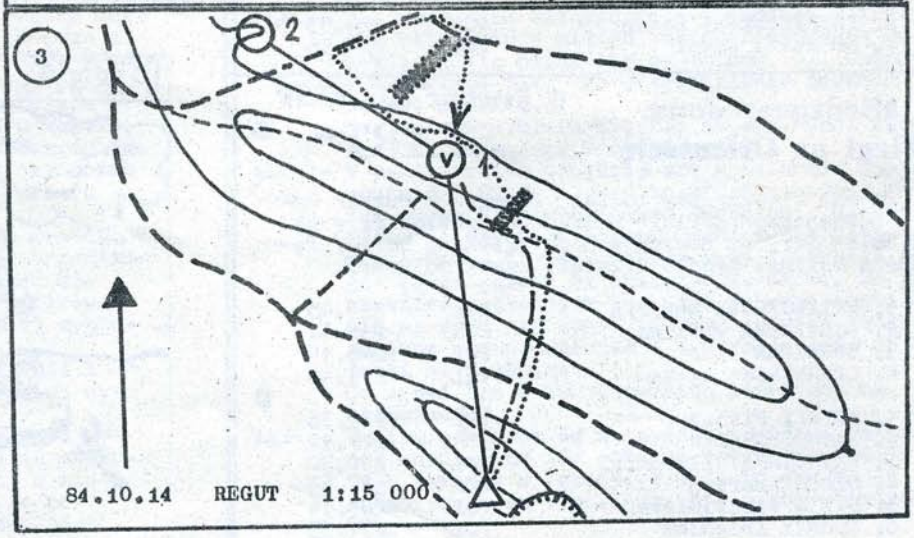
Przyczyny błędu /szacunkowo 6 min/: wybór wariantu niepewnego, a następnie /w realizacji/ zbyt głębokie "ścinanie rogu"; niedostateczna koncentracja uwagi;,zbyt szybki bieg.
Należałoby biec wolniej i tylko po ścieżkach. Ścinanie rogu okazało się nieopłacalne - kontrola kierunku wykonywana w biegu za pomocą busoli, przy ostrych kątach rozejścia się ścieżek /np.: między ścieżką A i B/ nie daje pożądanych efektów.

2 Teren o bogato rozwiniętej drożni /sieci ścieżek/

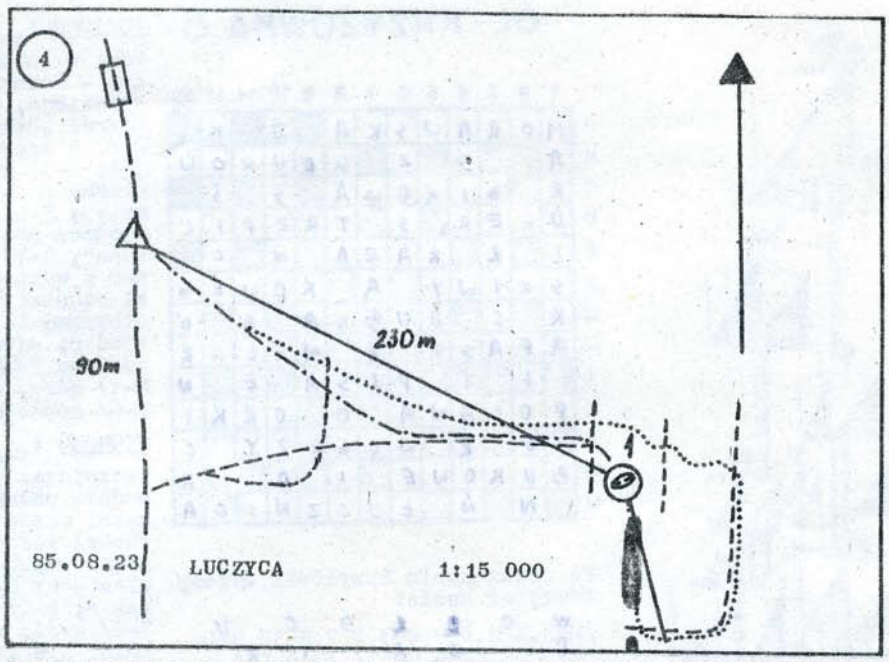


Przyczyny błędu /2/: nieodpowiedni wybór wariantu,/należało obiec ścieżkami z lewej/, zbyt szybki bieg /podczas którego - wybrany na punkt ataku - wąski pas młodnika był niezauważalny/.

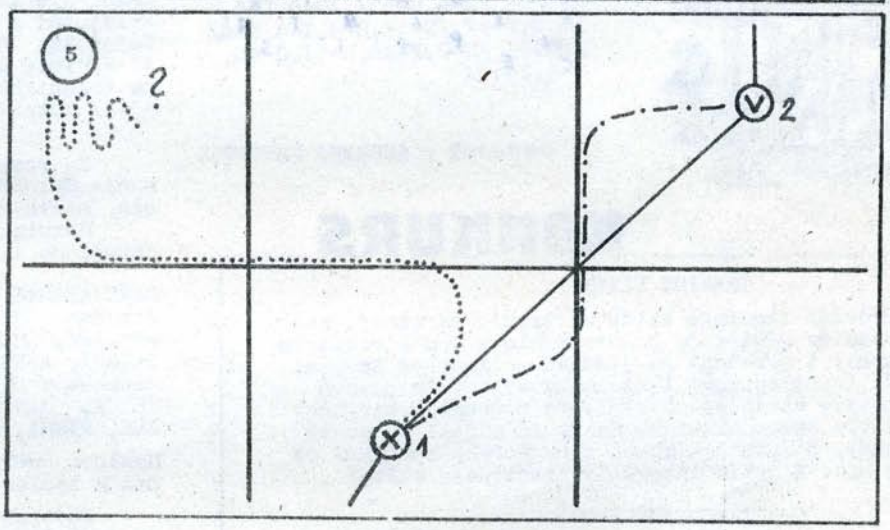
3



Przyczyny błędu /2/: wybór niepewnego wariantu - rozwidlenie ścieżek w rzeczywistości prawie niezauważalne podczas gdy na mapie dość wyraźne. Należało obiec ścieżkami z prawej, wówczas zawodnik straciłby nie więcej jak 20'' a zyskałby rozpoznanie sposobu wykreślenia ścieżek.



Przyczyny błędu: rutynowe wyjście z kwartału leśnego na drogę bez skontrolowania kierunku.
Takie wyjście z kwartału leśnego jest możliwe najczęściej, gdy zawodnik nie stosuje celowego odchylenia, porusza się zbyt szybko w terenie o utrudnionej przebieżności i ograniczonej widoczności.



Objętość czasopisma uniemożliwia zaprezentowanie pełnej gamy niezbędnych przykładów. Sądzę, że Szanowni Czytelnicy są w stanie przedstawić je sami. Dlatego też, na zakończenie, ograniczę się do wskazania zasadniczych zaleceń podczas zaliczania pierwszego /-ych/ pk.

1/ Każdy start w BnO wymaga gruntownego przygotowania się zawodnika pod względem psychicznym, taktycznym, fizycznym i specjalistycznym.

2/ Początek biegu, czyli zaliczenie pierwszych pk to najważniejszy /oprócz końcówki/ etap biegu; zawodnik w nim powinien w pełni rozszyfrować jakość mapy i wypracować sposób posługiwania się nią. Dopiero rozpoznanie mapy i wczytanie się w nią daje podstawę do zwiększenia tempa biegu oraz stosowania wszystkich znanych zasad taktyki i techniki biegu /np.: kierunku prostego, ścinania rogów, celowego odchylenia itp././Por: B.KOČ, Bieg na Orientację, Warszawa 1985, s.108-119/.

3/ Przy zaliczaniu pierwszego /-ych/ pk należy obowiązkowo wybierać warianty pewne, wykluczające niebezpieczeństwo poniesienia dużych strat czasu.

4/ Straty czasu ponoszone w drodze do pierwszego pk najczęściej są wynikiem: niedostatecznej koncentracji uwagi; nerwowości; pomylenia kierunków /N z S/; niedobiegania lub przebiegania /złej oceny odległości/; rutynowego wyjścia z kwartałów leśnych; przedkładania przyjemności biegu nad czytanie mapy /częsty błąd u klasycznych biegaczy/; zbyt szybkiego biegu; nieczytelności mapy /blade, słabo widoczne kolory/; niskiej jakości mapy /bez zasadniczych szczegółów/. Świadomość niebezpieczeństwa ich popełnienia i celowe przeciwdziałanie - to środki prowadzące do "czystych przebiegów".

Z psychologicznego punktu widzenia bezproblemowe zaliczenie pierwszego pk ma dla zawodnika ogromne znaczenie, gdyż bardzo mocno podbudowuje go psychicznie, utwierdzając wiarę w posiadane umiejętności orientacyjne. Pamiętaj o tym! Życzę sukcesów!

Jerzy PARZEWSKI

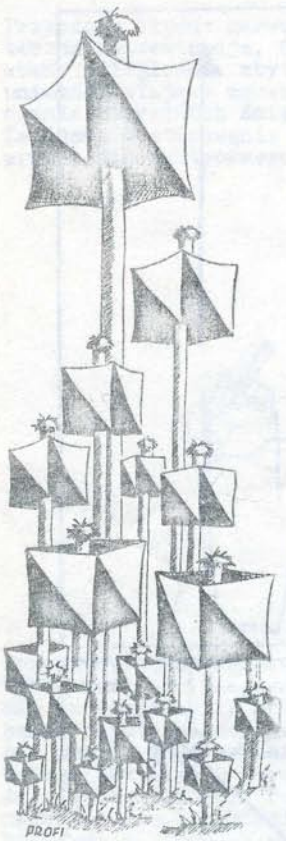
Prasa o nas

● Australian Orienteer /nr 1/87/ poświęca 2 strony na prezentację polskiej orientacji. Znalazł się tu obszerny artykuł Toma Wodzinskiego zawierający relację z podróży po Polsce /GPP, Puchar Startu/ oraz notki z Atomkowych i Ślubnych ZnO.

● W zachodnioniemieckim OL-Nachrichten /3/87/ znaleźć można notkę o Pucharze Przyjaźni 86 /Wałcz/.

● Węgierski Tajfutas poświęcił prawie pół numeru na opis i analizę wyników zeszłorocznych polskich zawodów.

● Wiele polskich gazet centralnych i regionalnych relacjonowało i podawało wyniki z zawodów rozgrywanych w kraju. Sporo miejsca zajęła relacja radiowa w dn. 17.05.1987 r. z przebiegu Dnia Orienteeringu.



OL-KRZYŻÓWKA 5

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
A	M	O	R	A	W	S	K	A		Ż		K	
B	A			S		Z		G	R	U	N	O	W
C	K		O	I	K	O	W	A		S		Ś	
D	U	H	E	R		S		T	R	Z	P	I	L
E	L		L		R	A	Ż	A		N		C	
F	S	K	I	W	Y		A		K	O	W	E	G
G	K		C		Ż	U	B	N	A		A		Ó
H	A	P	A	S	Z		K		M	E	L	A	R
I		I		T		P	I	S	A		E		N
K	P	O	L	A	N	A		O		O	R	K	I
L		Ł		R		W	O	G	E	Z	Y		C
M	B	U	K	O	W	E		I		O			K
N		N		Ń		Ł	U	C	Z	N	I	C	A

Po rozwiązaniu krzyżówki należy odczytać hasło:

/M-5, K-8, B-9, E-3, E-7, N-12, G-6, K-1/ - /B-6, G-11/ /D-8, L-4, L-10, F-5/ /D-13, G-9, I-4, K-6/ /B-13/ /H-2, F-10, H-11, C-10, G-3, I-11/

Nadesłał : ANDRZEJ PASIONEK

POZIOMO : A-1/ jedyna reprezentantka Polski na MSw. w Australii; B-8/ miasteczko na linii Cottbus - Frankfurt; C-3/ góra zmapowana przez Czajkowskiego, Garcorza i Skorupę; D-1/ główny kartograf „Bohemii-87", bazawodnik czeskiej elity; D-8/ kierownik polskiej ekipy na MSw. we Francji; E-5/ jeśli główna, to ZSSP „Start"; F-1/ wioska na płd.-zach. skraju Wysoczyzny Bielskiej; F-9/ klub orientalistów w Görlitz; G-5/ miejsce urodzenia redaktora naczelnego „Orientusa"; H-1/ paryski cwaniak; H-9/ jezioro znane nam z występów w Sztokholmie, Södertälje i Eskilstunie; I-6/ od wschodu opływa Puszczę Kurpiowską; K-1/ na niej u czarownic męczyli się w 1986 r. najmłodsi; K-10/ drapieżne delfiny; L-6/ góry we Francji, gdzie odbyły się MSw. w 1987; M-1/ góry, na których przeprowadzono GPP'86; N-6/ godło mapy bno w okolicach Pilawy.

PIONOWO : 1-A/ trenerka OKS Otwock; 2-H/ bylina lecznicza, w Polsce bardzo pospolita; 3-C/ zawodnik polskiej elity roku 1987; 4-A/ kraina w zach. części Płw. Arabskiego; 4-H/ w 1987 roku zdobył wespół z Ruteckim i Mielniczukiem złoty medal w sztafecie; 5-E/ smaczny grzyb lasów iglastych; 6-A/ na mapach bno kreślona podwójną linią; 6-I/ Morawski, Moszkowicz lub Zieliński; 7-E/ godło mapy bno w Gniewkowie; 8-A/ Czerwińska, ale nie Dorota; 8-I/ zwycięzca Pucharu Przyjaźni z 1977 r. /wspak/; 9-F/ tak wołają na Wojarską; 10-A/ parno, brak powietrza; 10-K/O_Z; 11-F/ imię Kisielewa; 12-A/ jedno z miast, które organizować będą Puchar Świata w 1988 roku; 13-F/ gwiazda polskiej orientacji kobiecej.

Za rozwiązanie hasła i diagramu do rozlosowania SKANDYNAWSKI KOMPAS, natomiast za samo hasło, naklejki samoprzylepne z O-ringen 88.

Rozwiązania prosimy przesyłać na adres redakcji do 1.02.1988 r.

ROZWIĄZANIE KRZYŻÓWKI nr 4 :
Poziomo : OLSVIK, HORNIK, WOJCIECHOWSKA, CHYBA, KRAWIEC, SONDEREGGER, PIEKARZ, DYZIO, STARE JABŁONKI, AVESTA, SKUTEK.
Pionowo : OTWOCK, OPASKA, SEJNY, EFATE, BENEK, IRINA, AJENT, BEHR, ICEK, ZŁAZ, RZEP, OSOWA, DOŁEK, WIGRY, NOSKI, ZENIT, KRAJCA, ZODIAK.

Hasło : DHUDZIESTOLECIE POLSKI W IOF /dla zmylenia H zamiast W/.

Podczas Pucharu Wawelu 87 wśród osób, które prawidłowo rozwiązały krzyżówkę rozlosowano nagrody ufundowane przez CKBnO. Główna nagroda /kompas SILVA 3NL/ przypadła Romanowi Kamrowskiemu. Naklejki ze szwedzkich zawodów otrzymali : Artur Lipiński, Piotr Młynarczyk i Małgorzata Kosińska.

KONKURS

TRENING ELITY

Podczas treningu elity na trasie okrężnej, zawodnicy wybiegają równocześnie w obu kierunkach trasy i pokonują ją jednakowym zadanym tempem. Na trasę pobiegł także mały Rysio. Po pewnym czasie Rysio spostrzegł, że zawodnicy biegnący w tym samym kierunku co Rysio mijali go co 15 min., a nadbiegających z przeciwka spotykał co 5 min. W jakim interwale startowała elita?

ZAWODNICY Z ORIONA

W sekcji DnO KS ORION w roku 1986 było 25 zawodników. Z nich 17 startowało w Grand Prix Polonia, 13 w Pucharze Wawelu i 8 w Pucharze Startu. Żaden zawodnik nie brał udziału w trzech imprezach, ale wszyscy zawodnicy, którzy startowali w Szczecinie, Sanoku lub Skierniewicach posiadali II lub III klasę sportową. 6 zawodników nie posiada żadnej klasy sportowej.

1/ Ilu zawodników w sekcji posiada I klasę sportową?
2/ Ilu zawodników, którzy startowali w Pucharze Wawelu brało udział również w Pucharze Startu?

TRASA TRENINGOWA

12 kilometrowa trasa treningowa klubu ORION prowadzi ze stadionu nad jezioro, najpierw prowadzi pod górę, potem w dół, a na końcu po równinie. Janek biegał 1 km trasy pod górę w 5 min., w dół 3 min., a po równinie 3 min. 45 sek. Na przebycie drogi w obydwie strony potrzebował 25/15 godziny.
Ile wynosi długość trasy po równinie?

Nadesłał: ANDRZEJ BERENT

Wśród czytelników, którzy nadeślą prawidłowe rozwiązania trzech zadań w terminie do 1.02. 1988 r. rozlosowane będą proporczyki i znaczek. Kolejne zadania w następnym numerze.

ROZWIĄZANIE ZADAŃ z poprzedniego numeru :

SUUNTO - Busola kosztowała 30 koron lub więcej, ale mniej niż 31 koron.
BIEG PARAMI - Trasa miała długość 6 km.
KTO SZPILKOWAŁ - Szpilkował Karol i Michał.

Podczas Pucharu Wawelu 87 rozlosowano 2 proporczyki i znaczek, które otrzymali : Małgorzata Kosińska, Tomasz Muller i Roman Kamrowski.

Gratulujemy.

Numer przygotowali:

Hanna Dubieniecka — Andrzej Krochmal
Andrzej Guzowski — Piotr Zielczyński.

Adres do korespondencji:

Piotr ZIELCZYŃSKI
ul. Nowotki 35 m 104
00-159 WARSZAWA

ARTYKUŁY, RYSUNKI, NOTATKI — Redakcja prosi o nadsyłanie /najlepiej/ maszynopisów, zastrzegając sobie prawo dokonywania skrótów i poprawek redakcyjnych bez zmiany merytorycznej artykułów. Wszelkie plakietki z imprez oraz rysunki i mapki mile widziane z podaniem imienia nazwiska i adresu do korespondencji.

DO UŻYTKU WEWNĘTRZNEGO