



**Komunikat techniczny**  
**Kraków City Race E5 – 2024**  
**1.10 – wtorek**  
**Bieżanów – Prokocim**

**Organizator**

Małopolski Związek Orientacji Sportowej

**Forma zawodów**

Sprinterskie zawody w biegu na orientację.

**Centrum zawodów**

Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 11,  
ul. Aleksandry 17, 30-837 Kraków,  
50.012779855411715, 20.01744226314358

**Program zawodów**

**1.10.2024 r. (wtorek)**

18:00 – otwarcie biura

18:00-18:10 – zgłoszenia dla zawodników niezapisanych w terminie

18:30 – start pierwszego zawodnika

Uwaga, zabierzcie czołówki.

**Start/Meta**

Start zlokalizowany w odległości 300 m od centrum zawodów. Dojście oznakowane kolorowymi wstążkami.

Start interwałowy co 1'.

Wszyscy uczestnicy muszą potwierdzić stację startową przed wybiegnięciem na trasę (po sygnale startowym u sędziego startu).

**Limit czasowy – 1 h.**

## **Kategorie**

**Family (krótka)** – dla osób, które zaczynają przygodę z biegiem na orientację, start w grupach

**Basic (krótka)** - dla osób, które zaczynają przygodę z biegiem na orientację, start indywidualny

**Sprint (średnia)** – dla zaawansowanych biegaczy, średnia długość trasy

**City Race (długa)** – dla osób, którym biegania zawsze jest za mało i chcą się bardziej zmęczyć

## **Uczestnictwo**

Warunkiem udziału w City Race E5 2024 jest:

- udział w biegach na własną odpowiedzialność z pełną świadomością niebezpieczeństw i ryzyk wynikających z charakteru tego wydarzenia, **biegnący zawodnik nie ma pierwszeństwa przed jadącym samochodem**
- każda osoba zgłaszająca się na bieg tym samym oświadcza, iż nie posiada żadnych przeciwwskazań do wzięcia udziału w zawodach biegowych,
- zawodnicy ubezpieczają się wyłącznie we własnym zakresie

## **Zgłoszenia**

Zgłoszenia przyjmowane są poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej <http://mzos.org.pl/kcr-5-2024/> do godziny 23:59 w niedzielę poprzedzającą każdy etap. Po tym terminie zgłoszenia są możliwe wyłącznie w centrum zawodów w dniu biegu do godziny 18:10.

Na zawodach nie obowiązuje limit uczestników, natomiast liczba osób, które mogą zapisać się na bieg w dniu zawodów będzie ograniczona do 5 osób na każdej trasie.

## **Wpisowe**

W przypadku osób zgłoszonych przez formularz zgłoszeniowy jedyną możliwością jest wniesienie w terminie opłaty zgłoszeń na konto

*Małopolski Związek Orientacji Sportowej* **98 1940 1076 3039 1053 0000 0000**

*Tytułem: City race – nazwisko lub klub (w przypadku zgłoszenia klubowego)*

Dzieci do 10 lat – 10 zł (jeśli opiekun pobiera mapę dodatkowo 10 zł)

Dla osób zrzeszonych w Małopolskim Związku Orientacji Sportowej – 15 zł

Dla osób niezrzeszonych - 20 zł

Dla osób zgłaszających się na miejscu – 25 zł (w miarę dostępności map)

- Nie ma możliwości przeniesienia wniesionego wpisowego na rzecz innego zawodnika.
- Osoby, które zgłosiły się przez formularz zgłoszeniowy, a nie dokonały wpłaty wpisowego w terminie zgłoszeń zostaną wykreślone z listy zgłoszonych i w razie chęci udziału w biegu będą musiały dokonać ponownej rejestracji w dniu zawodów.
- W przypadku osób zgłoszonych w dniu zawodów jedyną akceptowaną formą wniesienia opłaty

za udział w zawodach jest płatność gotówką.

- Poprzez dokonanie opłaty uczestnik potwierdza, że zapoznał się z regulaminem i zobowiązuje się do jego przestrzegania oraz wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych na potrzeby organizacji zawodów.

### Forma przeprowadzenia zawodów

Uczestnicy otrzymają mapę w skali 1:4000, na której zaznaczono „klasyczną” trasę Biegu na Orientację z narzuconą kolejnością zaliczania punktów kontrolnych. Obowiązują symbole sprinterskie zgodnie ze standardem ISPrOM2019.

### Opisy

Opisy punktów do pobrania w boksie startowym oraz na mapie.

### Potwierdzanie punktów kontrolnych

Potwierdzanie obecności na PK, odbywać się będzie przy pomocy elektronicznego systemu SPORTIdent. Stacje SportIdent przymocowane będą do stałych elementów (poręcze, drzewa i inne metalowe konstrukcje). Podczas zawodów zostanie wykorzystany system bezdotykowy (AIR+).

### Teren zawodów

Bieg rozegrany w terenie miejskim – osiedle mieszkaniowe na Bieżanowie oraz park Aleksandry w Krakowie. Trasy przebiegają w większości po terenie utwardzonym.



Budowniczy tras: Joanna Grabowska

### Nagrody:

Wśród obecnych na zakończeniu uczestników zawodów zostanie wylosowany bon do sklepu sportowego na kwotę 100 zł.

### Uwagi

- Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.
- Zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania przepisów Kodeksu Drogowego. Należy zachować szczególną uwagę podczas zawodów – **zawodnicy przekraczać będą obszar jezdni który nie jest wyłączony z ruchu !!!**
- Na zawodach nie będzie zapewniona opieka lekarska.

## Rys historyczny – Bieżanów-Prokocim.

Miejscem, w którym odbędzie się piąty etap Kraków City Race to dzielnica Bieżanów-Prokocim. Bieżanów pojawia się w dokumentach historycznych znacznie wcześniej, bo w maju 1212 roku. Wieś Bieżanów była darowana przez rycerza Radwana wdowie po jego bracie, Raciborze z Raciborowic, Helenie, która następnie przekazała wieś w darze kapitule krakowskiej. Co ciekawe, w średniowieczu wieś określona jako „Besanouno” – a aż do 1922r. posługiwano się pisownią „Bierzanów”. Sama nazwa pochodzi od „bieżan” czyli zbiegów. W 1464 r. na prośbę kapituły król Kazimierz Jagiellończyk przeniósł wieś z prawa polskiego na magdeburskie. Wieś była majątna i dochodowa, rozwijała się korzystając z bliskości Podgórza i Krakowa. Po koniec XV w. na terenie Bieżanowa znajdował się folwark z dworem, zabudowaniami gospodarczymi i rozległymi sadami oraz cztery karczmy, dwa młyny, w tym jeden z dużym stawem i młynówką. W roku 1784 władze austriackie odebrały ją kapitule i przekazały Funduszowi Religijnemu. Ostatecznie w dniu 1 stycznia 1973r. włączono wieś w obszar Krakowa.

Pierwsze dokumenty dotyczące Prokocimia pochodzą z 1367r. i dotyczą przejścia własności wsi. Była to wieś folwarczna, o mniejszym znaczeniu i pozycji niż Bieżanów, o czym świadczy fakt, że od 1422r. podlegała parafii w Bieżanowie, która posiadała już wówczas własny kościół. W drugiej połowie XV w. na terenie wsi znajdował się dwór z folwarkiem oraz dwie karczmy. W 1891 r. Erazm Jerzmanowski przebudował zespół dworski. Następnie w 1909 obszar ten zakupił zakon Augustianów, który w zespole dworskim zorganizował szkołę i wznosił kaplicę. Obecnie w samym pałacu mieści się dom dziecka, a park z zabytkowym drzewostanem stanowi park miejski. Do Krakowa Prokocim przyłączono w 1941r.



Erazm Józef Jerzmanowski herbu Dołęga, żołnierz, wynalazca, biznesmen i filantrop. W 1863 roku wraz z innymi studentami przyłączył się do powstania styczniowego, walcząc m.in. pod komendą gen. Mariana Langiewicza. Po bitwie pod Krzykawką w 1863r. został zatrzymany przez władze austriackie na terenie Galicji. Po zwolnieniu emigrował do Paryża. W 1870 roku walczył jako oficer w wojnie francusko-pruskiej, za co odznaczony został Krzyżem Legii Honorowej. W 1877 roku otrzymał obywatelstwo amerykańskie. W USA zajmował się wykorzystaniem gazu wodnego do oświetlenia ulic miejskich, a wspólnie z Williamem Rockefellerem założył spółkę gazową. Był wówczas najbogatszym Polakiem w Stanach Zjednoczonych. Na liście milionerów amerykańskich zajmował 96. pozycję, z majątkiem szacowanym na kwotę ówczesnych

dwóch milionów dolarów. Prasa amerykańska zwała go „tym, który oświecił Amerykę”. W 1896 roku Erazm Jerzmanowski wycofał się z działalności biznesowej i wraz z żoną Anną opuścił Stany Zjednoczone. Zamieszkał w majątku ziemskim w Prokocimiu. W swym testamencie Erazm Jerzmanowski przekazał Akademii Umiejętności w Krakowie 1,2 miliona koron (365 kilogramów złota) na cel powołania Fundacji im. Erazma i Anny Jerzmanowskich, przyznającej coroczne nagrody Polkom lub Polakom, „za prace literackie, naukowe lub humanitarne dokonywane z pożytkiem dla ojczystego kraju”. Nagrodę, zwaną polskim Noblem, między innymi Henryk Sienkiewicz, Jan Kasprówicz oraz Ignacy Paderewski.

**Zadanie „Poznaj historię, biegnąc z mapą III” jest realizowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki w ramach programu Sport dla Wszystkich.**

Więcej szczegółów na stronie <http://mzos.org.pl/> oraz FB @krakowcityrace



**Ministerstwo  
Sportu i Turystyki**