

KAPADOKYA BİSİKLETLERİ ORYANTİRİNG KUPASI
BİSİKLETLERİ ORYANTİRİNG TÜRKİYE ŞAMPİYONASI
29 MART – 2 NİSAN 2023
BÜLTEN 3



ETKİNLİK SORUMLULARI

Etkinlik Direktörü:	Halil Aktürk
Başhakem:	Emrah Torun
Haritalar:	Osman Filiz (TUR), Pawel Beiderman (POL) Yüksel Kösem (TUR), Cihat Acar, (TUR) Ahmet Polat (TUR)
Parkur Planlama:	Toplu Çıkış: Yüksel Kösem Uzun Mesafe: Adem Ateş Bayrak Yarışı: Ahmet Polat, Rıdvan Çınar Orta Mesafe (WRE): Adem Ateş Sürat (WRE): Ahmet Polat, Rıdvan Çınar

IOF Etkinlik Danışmanı (WRE)
Nermin Fenmen

Jüri
Keith Dawson (GBR), Gregor Raj (SLO),
Emine Öztürk (TUR)

ETKİNLİK MERKEZİ

Suhan Cappadocia Hotel & Spa – Avanos
Google haritalarda görmek için [buraya](#) tıklayınız...

Çalışma Saatleri:	
28 Mart Salı	11:00 – 21:00
29 Mart Çarşamba	09:00 – 11:00
30 Mart – 1 Nisan	16:00 – 18:00

Yarışlar sırasında toplanma alanına kurulacak masa etkinlik merkezi görevini devralacaktır.

PROGRAM

Kesinleşmiş program aşağıdadır:

28 Mart 2023 Salı

11:00 Etkinlik Merkezi açılışı, kayıtlar **Dikkat: Türkiye Şampiyonasında puan almak için TC kimlik bildiriniz!**

29 Mart 2023 Çarşamba

13:00 Toplu Çıkış- Mustafapaşa

15:00 Ödül Töreni - Mustafapaşa Köy Meydanı

30 Mart 2023 Perşembe

10:00 Uzun Mesafe – Ortahisar

12:00 Bayrak Yarışı için isim bildirmek için süre sonu (açıklama aşağıdadır)

14:00 Ödül Töreni - Ortahisar Köy Meydanı

31 Mart 2023 Cuma

10:00 Karma Bayrak Yarışı – Göreme

13:30 Ödül Töreni - KADOST

1 Nisan 2023 Cumartesi

10:00 Orta Mesafe (WRE ve Türkiye Şampiyonası 1. gün) – Çavuşin

13:00 Ödül Töreni - KADOST

2 Nisan 2023 Pazar

09:00 Sürat (WRE ve Türkiye Şampiyonası 2. gün) – Avanos

11:00 Ödül Töreni - Avanos Amfitiyatro (Google haritalarda görmek için [buraya](#) tıklayınız)

KAYIT VE ÖDEMELER

İki WRE yarışı için kayıtlar IOF Eventor üzerinden yapılacaktır. Eventor’da kaydı olmayan sporcuların WRE puanı alması mümkün değildir. Diğer günler ve E/K21E dışındaki kategoriler için kayıtlar www.orienteeringonline.net adresinden Cappadocia MTBO Cup yarışı seçilerek yapılacaktır.

Kayıt için son gün **23 Mart 2023**’dür. Bu tarihten sonra yapılacak geç kayıtlar, fazla harita varsa ve %20 ek bedelle yapılabilir. Kayıt ücretleri aşağıda verilmektedir:

Kategori	Bir etap	Tüm etaplar
E/K17	12 TL	50 TL
E/K20	15 TL	60 TL
E/K21E	25 TL	100 TL
E/K21A ve35+	20 TL	80 TL
SI Air kiralama(*)	5 TL	20 TL

Kayıt ücretleri aşağıdaki banka hesabına yatırılmalıdır:

Hesap Sahibi: Türkiye Oryantiring Federasyonu

Banka: Türkiye Ekonomi Bankası

IBAN: TR70 0003 2000 0000 0067 4848 59

Açıklama kısmına mutlaka **Ad Soyad** ve **Kapadokya Kupası** yazılmalıdır. Kayıt masasına gelirken dekontunuzu yanınızda bulundurmanız işlemleri hızlandıracaktır.

(*) Yarışmada temassız sistem kullanılacaktır. Kendi SI Air çipi olmayıp kullanmak isteyen sporcularımız ücreti karşılığında kiralayabilir. Temassız özelliği bulunmayan çipler ücretsizdir.

Dikkat: Varışta temassız özelliği bulunan çipleri varış koridorundan geçerken okuyan yeraltı manyetik şerit kullanılacaktır. Temassız özelliği bulunan sporcular varış çizgisinden doğrudan geçiş yapacaktır. Temassız özelliği bulunmayan çiplerle yarışanlar her hedefte olduğu gibi varış istasyonuna basarak yarışmayı tamamlayacaklardır.

BAYRAK YARIŞINA KATILIM

Bayrak takımı, en az birinin kadın olduğu 3 kişiden oluşur. Bayrak takımı için isimler en geç **30 Mart Perşembe 12:00**’ye kadar <https://form.jotform.com/230693575056058> adresinden veya etkinlik masasından sağlanacak form doldurularak bildirilecektir. Bayrak yarışının resmi niteliği olmadığından takım sporcularının aynı kulüp veya aynı ülkeden olmalarına gerek yoktur. Organizasyon, istenirse sporcuları takım üyesi olarak eşleştirebilir. Takım oluşmaması durumunda bir sporcu, ayaklardan birini tasnif dışı olarak koşabilir.

PARKUR AYRINTILARI

Her güne ait ayrıntılı bilgi izleyen sayfalarda verilmektedir.

	<u>TOPLU ÇIKIŞ</u> <u>(MUSTAFAPAŞA)</u> Ölçek: 1:10 000			<u>UZUN MESAFE</u> <u>(ORTAHISAR)</u> Ölçek: 1:15 000, K/E 60+ 1:10 000			<u>KARMA BAYRAK YARIŞI</u> <u>(GÖREME)</u> Ölçek: 1:10 000			<u>ORTA MESAFE</u> <u>WRE, WMS, TOŞ 1.gün</u> <u>(ÇAVUŞIN)</u> Ölçek: 1:10 000			<u>SÜRAT</u> <u>WRE, WMS, TOŞ 2.gün</u> <u>(AVANOS)</u> Ölçek: 1:5 000		
Kategori	Hed.	Mes. (km)	Tırm. (m)	Hed.	Mes. (km)	Tırm. (m)	Hed.	Mes. (km)	Tırm. (m)	Hed.	Mes. (km)	Tırm. (m)	Hed.	Mes. (km)	Tırm. (m)
M17	22	14.5	335	12	25.9	540	18	~12	~230	20	16	355	14	4,6	128
M20	30	21.8	545	12	30	615	18	~16	~360	20	18.5	400	15	5.3	136
M21E	34	28.1	755	18	38	850				25	24	485	17	6.4	173
M35	31	21.2	530	13	27	590	20	~15	~340	19	18	340	16	6.1	168
M40	28	21.1	455	13	27	590				19	18	340	15	5.5	107
M45	29	21.1	525	13	27	590				19	18	340	13	4.7	111
M50	25	20.5	460	12	26.3	570	16	~13	~320	19	15.5	360	14	4.4	107
M55	27	19.3	455	12	26.3	570				19	15.5	360	11	3.8	82
M60	22	17.7	390	12	25.3	530	18	~12	~230	17	12.5	300	13	3.7	85
M65	20	16.8	375	10	22.8	500				17	12.5	300	12	3.4	84
M70+	23	14.8	320	10	18	400				15	11.7	260	10	3.3	72
W17	19	13.7	320	12	24.7	560	MIX17 MIX21 MIX35 MIX50 MIX60+ Ayrıntılar yukarıda verilmiştir			17	12	275	11	4.2	90
W20	26	21.0	430	12	25.9	540				19	15.5	360	13	4.9	140
W21E	29	22.5	545	12	30	615				20	18.5	400	15	5.9	150
W35	28	20.2	460	12	26.3	570				19	15.5	360	13	5.7	120
W40	28	19.5	460	12	26.3	570				19	15.5	360	14	4.7	110
W45	28	19.0	435	12	26.3	570				19	15.5	360	12	4.2	90
W50	26	18.7	465	12	25.3	530				17	12.5	300	14	3.9	95
W55	28	17.0	375	10	22.8	500				17	12.5	300	11	3.8	80
W60	21	17.0	375	10	20	440				15	11.7	260	12	3.7	70
W65	22	16.2	425	10	20	440				15	11.7	260	12	3.4	75
W70+	22	12.6	285	10	20	440				14	9.6	200	12	3.3	65

* Katılımcı sayısı 5'ten az olan kategorilerin IOF kurallarına göre birleştirilme hakkı saklıdır.

ARAZİ YAPISI VE HARİTALAR

Arazi çoğunlukla açık alan olup rahat sürülebilirliğe sahiptir. Patika dışı bisiklet sürmek yasak değildir, ancak kumlu zemin sizi yavaşlatabilir. Girilmesi yasak olan asma bahçeleri ve ekili alanlar 502 (zeytin yeşili - özel mülk – giriş yasak) veya 709 (pembe taralı alan - parkur dışı bölge – giriş yasak) sembolleriyle belirtilmiştir. **Yasaklanan bu alanlara girmeyiniz.** Kent içi arazi karmaşık dar sokaklar içermekte olup dikkat ve haritaya odaklanmak önemli olacaktır.

Özel harita sembolleri: Alanın kendine özgü peri bacaları koyu gri (%70 siyah) ve ortasında beyaz nokta ile gösterilmiştir. Bu peri bacalarının bazıları içleri oyularak mağara haline getirilmiş, eski çağlarda barınak veya manastır olarak kullanılmıştır. Bunlara girişler koyu gri (%70 siyah) V sembolüyle gösterilmiştir. Açık gri alanlar geniş çıplak kaya Zemin göstermekte olup bunlar rahatlıkla sürülebilir niteliktedir.



Bazı yerlerde yüksek kaya duvarlar vardır. Kiminin üst kısımları da düzensiz kayalıklardan oluşmakta olup sürülebilirliği olanaksız kılmaktadır. Bunlardan kimileri arasından bisikletten inerek geçilebilir görünmekle birlikte bu bölgeler kesinlikle tehlikelidir ve inilmeye çalışılmamalıdır. Yarışma süresince patika dışına çıkmak yasak olmamakla birlikte patika ve yollara bağlı kalınması önerilir.



Tüm günlere özgü özellikler

- 1- Araziye girmek serbesttir. Kolay sürülebilir açık alanlar 100% sarı ile gösterilmiştir (ISMTBOM 401).
- 2- Girilmesi YASAK olan bahçeler, özel mülkler, tarlalar ve asma bahçeleri, ya parkur dışı bölge olarak (ISMTBOM 709) ya da özel mülk olarak (ISMTBOM 520) gösterilmiştir. Araziye bunların etrafına şerit çekilmemiştir. Haritayı okumak sporcunun sorumluluğundadır.
- 3- Kent içinde bazı noktalarda dar merdivenler vardır. Bunlar, merdivenin üst kısmında "engel" sembolü olan tek çentik ile işaretlenmiştir. Merdivenden bisikletiyle inmek sporcunun sorumluluğundadır.
- 4- Araziye sporcunun ileriye önceden görmesine engel kör tepeler ve teknik inişler vardır. Bunlar haritada tehlike belirten pembe ünlem işaretiyle belirtilmiştir (ISMTBOM 719).
- 5- Bazı patika ve yollar bir noktada kesilerek ve ileriye devam etmek mümkün olmayabilir. Bu noktalar patika devamını yasaklayan pembe X işaretiyle belirtilmiştir (ISMTBOM 718).
- 6- Araziye bazı dik teknik inişler vardır. Sporcunun buradan inişi kendi sorumluluğundadır. IOF kurallarına göre inen, çıkmakta olana yol vermek zorundadır. Dikkat ve nezaket önemlidir.
- 7- Sporcular en az 750 cc'lik matara taşımalıdır. Toplu çıkış ve uzun mesafe yarışlarında arazide su noktaları vardır. Ancak bunlarda pompalı damacınalar bulunmakta, sporcunun burada sadece matarasını doldurmasına olanak tanınmaktadır.
- 8- Çıkışta, varışta ve arazide çöp, jel kabı, pet şişe atılmaması gerektiğini hepimiz biliyoruz. Bu uluslararası yarışta sportmenliğimizi bu alanda da göstermemiz beklenmektedir.

Yarışmaların ayrıntıları

29 Mart 2023 Çarşamba – TOPLU ÇIKIŞ

Çıkış süreci

Her kategori için katılımcı sayısına bağlı olarak dalgalı çıkış yöntemi uygulanacaktır. İlk grup 13:00'de çıkış alacak, izleyen gruplara 10'ar dakika arayla çıkış verilecektir. Gruplama ve her kategorinin kaçta çıkış alacağı, etkinlik merkezinde kayıtlar sırasında ilan edilecektir.

Çıkış alacak gruptaki sporcular yanyana sıralanır. Haritaları görevli tarafından ön yüzü aşağı bakacak şekilde harita tutucuya konur. Çıkışa 15 saniye kala görevli "MAPS" anonsunu yapar. Ancak bu anons gelince sporcu haritasını çevirebilir ve tutucuya yerleştirir. Lütfen kurallara uyalım, ters yüz duran haritaya zamanından önce bakmayalım.

Arazi

Parkur Mustafapaşa'nın tepeleri ve vadileri arasında bir gezinti, bir parça da kentsel oryantiring içermektedir. Arazinin özelliği gereği dik yarıları ve derin vadileriyle parkur harita okumanın yanında dayanıklılığınızı da sınavacak



niteliktedir. Dağ bisikleti tekniği gerektiren noktalarda sporcu bisikletinden inmeyi tercih edebilir.

Karşılaşılabilecek ufak çaylar sığ olup rahatlıkla geçilebilir niteliktedir. Bazı noktalarda birkaç dal veya tomrukla yürüyüşçülere özgü minik köprüler oluşturulmuştur. **Bu küçük "köprüler" haritada gösterilmemiştir.**

Sporcular iki yerleşim merkezi arasındaki asfalt yola denk gelebilir. Bu yol üzerinde araç geçişi asgari düzeyde olmakla birlikte yolu rota seçimi olarak tercih eden sporcular dikkatli olmalıdır. Yolun **sağından** gidiniz! Yolun ortasından gitmeyiniz!

Toplanma alanı koordinatları:
38°35'01.17"N, 34°53'48.53"E

Parkur azami süresi:
150 dakika

Harita:
A3, ISMTBOM 2022,
Ölçek: 1:10000, Eşyükselti: 5 m

Toplanma alanından çıkışa:
420 m

Su noktası: Parkurda iki adet olup haritada gösterilmiştir. Mataranızı pompalı damacanadan doldurabilirsiniz.

30 Mart 2023 Perşembe – UZUN MESAFE



Arazi

Bu parkur sporcuları "kiliseler vadisi"nden geçirmektedir. Burada kumtaşı kayaların, peribacalarının içleri oyularak manastıra dönüştürülmüş eski yapıtlar bolca vardır. Parkurlar göz alıcı vadilere inmekte, oradan tekrar tırmanarak peribacalarının arasında ilerlemektedir. Yol ve patikalar rahat sürülebilir nitelikte olmakla birlikte yine teknik inişlere dikkat! Bu parkurda da rota seçimine bağlı olarak asfalt yola çıkılabilir, yolun **sağından** gidiniz! Yolun ortasından gitmeyiniz!

Bu etap devasa kumtaşı kaya oyularak yapılmış Ortahisar Kalesi'ni görmek için uygun bir fırsat!

Toplanma alanı koordinatları:
38.621729, 34.865175

Parkur azami süresi:
210 dakika

Harita:
A3, ISMTBOM 2022,
Ölçek: 1:15000, 1:10000
Eşyükselti aralığı: 5 m

Toplanma alanından çıkışa:
5 km, 70 m tırmanış
Çıkışınızı kaçırmayınız!

Su noktası: Parkurda iki adet olup haritada gösterilmiştir. Mataranızı pompalı damacanadan doldurabilirsiniz.

31 Mart 2023 Cuma – BAYRAK YARIŞI

Çıkış süreci

Her kategori için katılımcı sayısına bağlı olarak dalgalı çıkış yöntemi uygulanacaktır. İlk grup 1. Ayaklar 10:00'da çıkış alacak, izleyen grupların ilk ayaklarına 10'ar dakika arayla çıkış verilecektir. Gruplama ve her kategorinin ilk çıkacak sporcularının tam kaçta çıkış alacağı, etkinlik merkezinde kayıtlar sırasında ilan edilecektir.

Çıkış alacak gruptaki sporcular yanyana sıralanır. Haritaları görevli tarafından ön yüzü aşağı bakacak şekilde harita tutucuya konur. Çıkışa 15 saniye kala görevli "MAPS" anonsunu yapar. Ancak bu anonsun üzerine sporcu haritasını çevirebilir ve tutucuya yerleştirir. Lütfen kurallara uyalım, ters yüz duran haritaya zamanından önce bakmayalım.

Bayrak değişimi

Varışa yaklaşık 10-15 dakika kala arenadan kolayca görülen bir geçiş hedefi vardır. Takımın sonraki sporcusu CLEAR CHECK yapar ve hazırda bekler. Bayrak değişimi el değmekle yapılır. Sonraki sporcu ileride harita panosundan haritasını alır ve üçgene devam eder. Bayrak değişimi için toplu çıkıştan 20 dakika önce toplanma alanında bir değişim örneği gösterilecektir.

İlk sporcuların toplu çıkışından **110 dakika** sonra, bekleme alanında halen ikinci sporcusu bekleyen takımın bekleyen sporcularına toplu çıkış verilecektir.

Arazi

Göremenin tepeleri ve vadileri Mustafapaşa ve Ortahisar'a göre oldukça yumuşaktır. Ancak bayrak yarışı, ertesi gün gelecek orta mesafe yarışına bir girizgah niteliğindedir. Bu yarış boyunca peri bacalarının arasında yön bulma ve harita okuma becerinizi sınayacaksınız.



Parkur, trafiğin hızlı akabildiği asfalt yol geçişleri içermektedir. Bu yolu, yolun **sağından** gitmeniz ve **karşıya geçmeye çalışmamanız** koşuluyla kullanmanıza izin verilmektedir.

Yol geçişleri, haritada işaretli **3 adet zorunlu geçiş noktası** kullanılarak yapılacaktır. Görevliler bu noktalarda yolu keserek sporcunun geçmesini sağlayacaktır. Bu geçiş noktaları dışında yol geçmek kesinlikle yasaktır.

Göreme balon turlarıyla ünlüdür. Kimi alanlar düzeltilerek balon kalkış ve inişine uygun hale getirilmiştir. Bu alanlar açık alan sembolüyle gösterilmiştir (ISMTBOM 401). Zemin sert olup hızlı sürüşe uygundur.

Toplanma alanı koordinatları:
38.65282, 34.83706

Parkur azami süresi (takım)
180 dakika

Harita:
A4, ISMTBOM 2022,
Ölçek: 1:10000
Eşyüksekti aralığı: 5 m

Toplanma alanından çıkışa:
250 m

Su noktası: Parkurda su noktası yoktur.

1 Nisan 2023 Cumartesi – ORTA MESAFE (WRE, WMS, TŞ 1. Gün)

E/K21E için dünya sıralamasına puan veren yarış (WRE) niteliğinde, 35 yaş üstü mastırlar için Dünya Mastırlar Serisi 2. Ayağına puan veren yarış niteliğinde olup ayrıca Türkiye Şampiyonası 1. Günü olarak ülke sıralamasına puan vermektedir. **Türkiye sıralamasında puan almak isteyenlerin kayıt sırasında TC numaralarını bilgisayar masasına yazdırmış olmaları şarttır. WRE’de puan almak için Eventor’dan kayıt yaptırmış olmak şarttır!**

Arazi

Parkur sizi peribacalarının sihirli dünyasına götürecek, herşey kolaymış gibi görünecek, haritadan koptuğunuz anda tüm taşlar birbirine benzereyecek ve orta mesafe oryantiring becerileriniz sonuna kadar sınanacaktır.



Bu yarışma öncesinde 4. Sayfada verilen özel harita sembollerini tekrar etmek faydalı olacaktır. Kaya duvarlardan ve peribacası deryasının arasından inmeye çalışmamak güvenliğiniz açısından önemlidir.

Bayrak yarışı sırasında kontrollü geçiş sağlanan asfalt yolun kullanımı bu yarışmada **tümünden yasak olup** haritada pembe zikzaklarla gösterilmiştir (ISMTBOM 716).

Toplanma alanı koordinatları:
38.65282, 34.83706

Parkur azami süresi:
150 dakika

Harita:
A3, ISMTBOM 2022,
Ölçek: 1:10000
Eşyükselti aralığı: 5 m

Toplanma alanından çıkışa:
300 m

Su noktası: Parkurda su noktası yoktur.

2 Nisan 2023 Pazar – SÜRAT (WRE, WMS, TŞ 2. Gün)

E/K21E için dünya sıralamasına puan veren yarış (WRE) niteliğinde, 35 yaş üstü mastırlar için Dünya Mastırlar Serisi 2. Ayağına puan veren yarış niteliğinde olup ayrıca Türkiye Şampiyonası 2. Günü olarak ülke sıralamasına puan vermektedir. **Türkiye sıralamasında puan almak isteyenlerin kayıt sırasında TC numaralarını bilgisayar masasına yazdırmış olmaları şarttır. WRE’de puan almak için Eventor’dan kayıt yaptırmış olmak şarttır!**

Karantina

Bu yarışmada karantina uygulaması yoktur. Yarışmacıların sporda erdeme saygılı olup Kızılırmak Mesire Alanı boyunca uzanan toplanma alanının keyfini çıkarmaları önerilmektedir.



Arazi

Artık Kapadokya’nın peribacalarına tatlı bir veda ile gerçeklere dönüş niteliğindeki bu yarış, sporcuları el yapımı seramik ürünleriyle ünlü Avanos’un dar sokakları arasında hızlı ve başabaş bir mücadeleye çağırıyor.

Haritada üst kısmında pembe çentik ile dikkati çeken dar merdivenlere dikkat!

Az da olsa araç trafiği olabilecektir, dikkati elden bırakmayalım.

Toplanma alanı koordinatları:
38.71870, 34.85346

Parkur azami süresi:
70 dakika

Harita:
A4, ISMTBOM 2022,
Ölçek: 1:5000
Eşyükselti aralığı: 2,5 m

Toplanma alanından çıkışa:
150 m

Su noktası: Parkurda su noktası yoktur.

KONAKLAMA VE BİSİKLET KİRALAMA

Bölge turistik olduğundan otel fiyatları oldukça yüksektir. Etkinlik Merkezi Suhan Otel'in Kapadokya MTBO Kupası katılımcıları için açık büfe kahvaltı ve açık büfe akşam yemeği dahil verdiği fiyatlar, bir gece için:

Tek kişilik oda: 1.120 TL, İki kişilik oda: 1.400 TL, Üç kişilik oda: 1.960 TL

şeklindedir.

Daha uygun olanaklar ve bisiklet kiralamak isteyenler için:

Kadost Sportif Organizasyonlar (tursab:7315)

+905455506650

info@kadost.com

www.kadost.com

İLETİŞİM

Kapadokya MTBO Kupası web sitesi (İngilizce) : <https://www.cappadociamtbo.org>

Facebook Sayfası : <https://www.facebook.com/profile.php?id=100086260385571>

İletişim : <https://cappadociamtbo.org/contact>