



Sudety Cup

30.07-2.08.2026

Biuletyn 2

sudetycup.pl

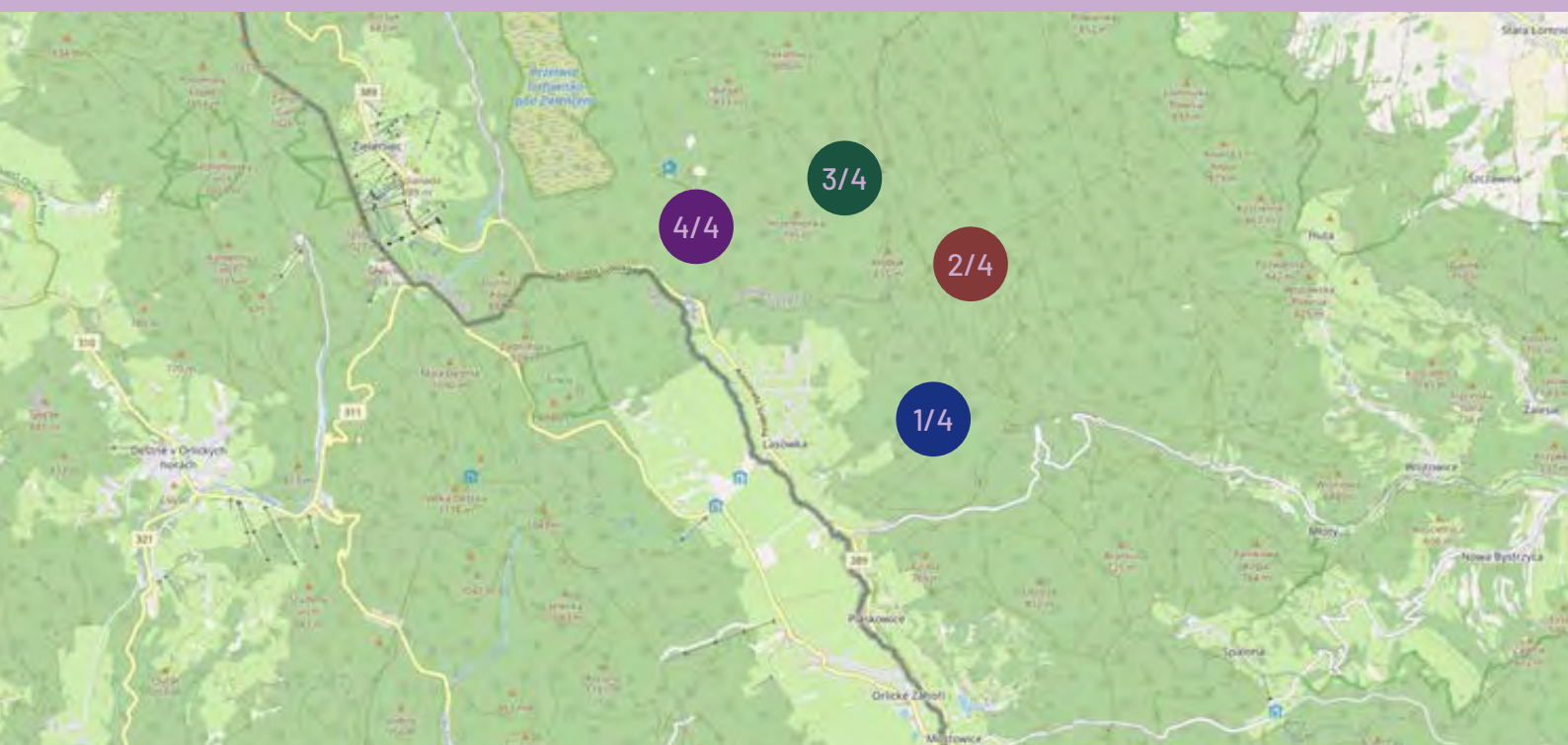


Słowo wstępne

Przed nami kolejna edycja Sudety Cup, podczas której wrócimy tam, gdzie to wszystko się zaczęło, czyli do Lasówek. To właśnie w tych lasach narodziła się idea zawodów, które z każdym rokiem przyciągają coraz więcej osób szukających prawdziwego kontaktu z naturą i sielankowej atmosfery. Tegoroczna edycja ponownie zabierze Was w serce sudeckiej dziczy – od podmokłej, niemal płaskiej równiny Siwej Skały, przez wymagające wariantowo zbocza Góry Kłobuk, po mozaikowy Mostowy Potok

i dolinę Dzikiej Orlicy, gdzie woda, zarośla i rzeźba terenu będą wystawiać Waszą koncentrację na próbę. Każdy etap ma własny charakter, a wszystkie łączy dążenie do jakości – dopracowane mapy, przemyślane trasy i atmosfera. Zapraszamy do udziału i do odkrywania Sudetów na nowo – krok po kroku, punkt po punkcie. Do zobaczenia w Lasówce!

- Wojtek Dwojak i Jacek Morawski



30.07-2.08.2026

Sudety
Cup

sudetycup.pl



1/4

Siwa Skala

bieg średniodystansowy
30.07.2026

2/4

Góra Kłobuk

bieg klasyczny
31.07.2026

3/4

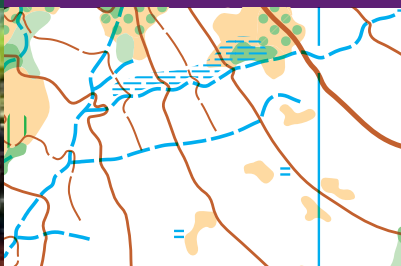
Mostowy Potok

bieg średniodystansowy
1.08.2026

4/4

Dzika Orlica

bieg pościgowy
2.08.2026



Organizator

Dolnośląski Związek Orientacji Sportowej
ul. Borowska 1-3
50-529 Wrocław

Współorganizator

Fundacja Slow Event
Al. Jerozolimskie 89/43
02-001 Warszawa

Zespół organizatorów

Kierownik Zawodów
Sędzia Główny
IOF Adviser/Controller
Kierownik Startu
SPORTident
Kartografia

Wojciech Dwojak
Jacek Morawski
Tadeusz Piłkowski
Arleta Sosenko
Jakub Jończy
Wojciech Dwojak, Jacek Morawski

Partnerzy

International Orienteering Federation
Polski Związek Orientacji Sportowej
Gmina Bystrzyca Kłodzka
Lasy Państwowe
Nadleśnictwo Bystrzyca Kłodzka
Nadleśnictwo Zdroje



Ranga zawodów

Czterodniowe, indywidualne zawody rankingowe z maksymalną liczbą punktów 1200, zaliczane do kalendarza CTZ, 3. etap w kategoriach KM21E zaliczany do WRE.

30.07-2.08.2026

Sudety
Cup

sudetycup.pl



Procedura startowa

SI clear przed boksami startowymi

- 3' SI check
- 2' opisy punktów kontrolnych
- 1' mapy

0-120 m wyznakowanego dobiegu od ostatniego boksu do punktu startu

Wodopoje

Podczas 2. i 4. etapu zawodnicy wszystkich kategorii będą mogli skorzystać w czasie biegu z samoobsługowych punktów wodopojowych. Będzie to kilka oznaczonych na mapie punktów wodopojowych na przebiegach pomiędzy PK. Dodatkowo, podczas 3. etapu zawodnicy kategorii KM21E będą mogli skorzystać w czasie biegu z punktu wodopojowego zlokalizowanego w około 75% długości tras.

Start

	START 1 KM12-80, Średnia, Challenge, Ultra	START 2 KM10, Rodzinna, Enka, Krótka
Etap 1	1200 m	800 m
Etap 2	1800 m	800 m
Etap 3	1600 m	400 m
Etap 4	1400 m	600 m

Podczas wszystkich etapów dojście na każdy ze startów wyznakowane będzie wstążkami koloru czerwonego.

Ubrania zawodników ze startu będą transportowane do Centrum Zawodów po zakończeniu startu wszystkich zawodników – odbiór w Sudeckim sklepie.



Opisy PK

Na mapach oraz w formie papierowej do pobrania na starcie.

Limit czasu

Etap 1	120 minut	Etap 3	120 minut
Etap 2	180 minut	Etap 4	120 minut

30.07-2.08.2026

**Sudety
Cup**

sudetycup.pl



Kategorie popularyzacyjne

Zawodnicy kategorii popularyzacyjnych nie mają przypisanego czasu startu – startują o dowolnej godzinie w przedziale minutowym 00-180.

Zawodników, którzy startują w kategoriach sportowych, a także pokonują trasę popularyzacyjną z dziećmi, prosimy o start w kategoriach sportowych w pierwszej kolejności.

Trasy wyznakowane

Trasy kategorii Enka i Rodzinna będą wyznakowane w terenie wstążkami koloru pomarańczowego.

W kategorii Rodzinnej dla każdego zgłoszonego zawodnika przygotowane są dwie mapy na startcie – jedna dla dziecka, druga dla opiekuna.

KM10

Podczas 1. i 2. etapu na trasach kategorii KM10 występują przebiegi oznaczone na mapie symbolem przebiegu obowiązkowego (linia przerywana zamiast linii ciągłej), a w terenie wyznakowane pomarańczowymi wstążkami.

Potwierdzanie punktów

Wykorzystany będzie system SPORTident w trybie bezdotykowym (AIR+).

Bieg pościgowy

4. etap zostanie rozegrany w formie biegu pościgowego (handicap). Zawodnicy w każdej kategorii (poza kategoriami popularyzacyjnymi) będą startowali zgodnie z poniższymi zasadami:

- wejście do boksów startowych następuje na 5 minut przed czasem startu zawodnika,
- jako pierwszy w danej kategorii startuje najlepszy zawodnik po trzech etapach,
- kolejni w danej kategorii zawodnicy startują zgodnie ze stratami czasowymi do najlepszego zawodnika (maksymalnie 45 minut straty),
- zawodnicy mający ponad 45 minut straty do zwycięzcy po trzech etapach startują w starcie interwałowym.

O ostatecznej kolejności w klasyfikacji końcowej zawodów w kategoriach z biegiem handicapowym podczas 4. etapu decyduje czas potwierdzenia stacji SPORTident FINISH.

Mapy

	Format mapy	KM50-80 Rodzinna, Enka, Krótka	KM10-45, Średnia, Challenge, Ultra
Etap 1	A4	1:7 500 e-5 m	1:10 000 e-5 m
Etap 2	A4 lub A3	1:7 500 e-5 m	1:10 000 e-5 m
Etap 3	A4	1:7 500 e-5 m	1:10 000 e-5 m
Etap 4	A4	1:7 500 e-5 m	1:10 000 e-5 m

Wszystkie mapy wykonane zgodnie z ISOM 2017-2 w 2026 roku. Druk cyfrowy na papierze syntetycznym.

Mapy po biegu nie będą zbierane na mecie, więc prosimy o zachowanie zasad fair play i niepokazywanie ich zawodnikom, którzy jeszcze nie wystartowali.



Ochrona środowiska

Poszanowanie otaczającej nas natury jest niezwykle ważne, dlatego podczas zawodów będziemy starali się jak najbardziej ograniczyć negatywny wpływ naszej imprezy na środowisko – tam, gdzie to możliwe będziemy zastępowali plastik produktami z papieru. Wy również możecie nam w tym pomóc – przywieźcie własne wielorazowe kubki, do których będziecie nalewać wodę na mecie.

Strefa dzieci

Podczas każdego etapu w Centrum Zawodów zorganizowana będzie Strefa dzieci z atrakcjami dla najmłodszych. Dostępna będzie tam również specjalna trasa Mini-O poprowadzona w pobliżu Centrum Zawodów. Zarówno wstęp do Strefy dzieci, jak i Mini-O są bezpłatne i dostępne dla chętnych bez konieczności wcześniejszych zapisów.

Segregacja odpadów

Podczas imprezy prowadzona będzie segregacja śmieci – w Centrum Zawodów znajdziecie punkt utylizacji odpadów z oznaczonymi pojemnikami na odpady bio, zmieszane, tworzywa sztuczne, papier oraz szkło. Prosimy o uważne korzystanie z nich i wrzucanie śmieci do odpowiednich śmietników – wspólnie zadbajmy o czystość i środowisko Sudetów!

ÓLAND Super Punch

Każdego dnia w pobliżu Strefy dzieci dostępny będzie Oland Super Punch – krótka trasa przygotowana przez sponsora Sudety Cup, firmę Oland. Udział jest bezpłatny i otwarty dla wszystkich uczestników. W niedzielę o godz. 14:00, podczas ceremonii dekoracji, spośród osób, które ukończą przynajmniej jedną trasę Oland Super Punch, rozlosujemy i nagrodzimy 10 uczestników.

WRE

3. etap w kategoriach KM21E zaliczany jest do World Ranking Event. Dodatkowe informacje na temat WRE dostępne są w angielskojęzycznej wersji biuletynu.

Sklepy

W Centrum Zawodów będzie możliwość zakupu produktów z oficjalnej kolekcji sudeckiej oraz innego sprzętu sportowego i obuwia do BnO.

Zabezpieczenie medyczne

Karetka z ratownikami medycznymi zlokalizowana będzie w Centrum Zawodów w pobliżu mety.

Toalety

Toalety dostępne będą wyłącznie w Centrum Zawodów.

Bufet

Każdego dnia w Centrum Zawodów zapraszamy do bufetu sudeckiego. W menu znajdziecie zarówno dania z grilla, napoje ciepłe i zimne oraz desery.

Godziny otwarcia bufetu:

30.07.2026	31.07.2026	1.08.2026	2.08.2026
Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
12:00-20:00	08:00-16:00	08:00-15:00	08:00-15:00



Wpisowe

	KM10-14 Rodzinna Enka	KM16-20 KM65 i starsi Krótka Średnia	KM21-60 Challenge Ultra
I termin 30.04.2026	25 zł / etap 100 zł / 4 etapy	40 zł / etap 160 zł / 4 etapy	55 zł / etap 220 zł / 4 etapy
II termin 20.07.2026	30 zł / etap 120 zł / 4 etapy	45 zł / etap 180 zł / 4 etapy	65 zł / etap 260 zł / 4 etapy
po terminie	35 zł / etap 140 zł / 4 etapy	50 zł / etap 200 zł / 4 etapy	75 zł / etap 300 zł / 4 etapy

Płatności

Dolnośląski Związek Orientacji Sportowej
ul. Borowska 1-3
50-529 Wrocław
Nr konta Millennium Bank:
87 1160 2202 0000 0002 3017 7716

W tytule przelewu należy wpisać hasło „Sudety” oraz nazwę klubu (imię i nazwisko zawodnika), za który wnoszona jest opłata.

O ważności zgłoszenia w danym terminie decyduje data zaksięgowania wpisowego na koncie organizatora, a nie fakt wypełnienia formularza zgłoszeniowego.

Zapotrzebowanie na faktury prosimy zgłaszać poprzez formularz dostępny na stronie sudetycup.pl.

Klasyfikacja etapowa

W ramach klasyfikacji etapowej zwycięzcy etapów 1-3 z każdej kategorii otrzymają specjalne wyróżnienia. Podczas 3. etapu dodatkowo nagradzamy czołowe trójki z kategorii KM21E w ramach WRE.

Ceremonia dekoracji zwycięzców etapów 1-3 odbędzie się w Centrum Zawodów o godz. 19:30 w sobotę.

Nagrody

Dla czołowych trójek z każdej kategorii w klasyfikacji końcowej po czterech etapach przewidziane są dyplomy oraz specjalne nagrody. W kategoriach Enka i Rodzinna dodatkowo nagradzamy wszystkich uczestników.

Ceremonia dekoracji zaplanowana jest na godz. 14:00 w niedzielę, planowana kolejność wyczytywania kategorii: weterani, dzieci, juniorzy, seniorzy.

Dodatkowe informacje

- Organizator zapewnia opiekę medyczną w czasie trwania zawodów.
- Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej.
- Organizator nie ponosi kosztów ubezpieczenia indywidualnego.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w programie zawodów, jak również ich odwołania ze względu na wystąpienie siły wyższej.

- Organizator zastrzega sobie prawo do ostatecznej interpretacji niniejszego Biuletynu.
- Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku na stronie sudetycup.pl, w mediach społecznościowych organizatora oraz w innych materiałach promocyjnych.
- Zgłoszenie na zawody jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Biuletynu.
- Informacje o zawodach znajdują się na stronie sudetycup.pl.

30.07-2.08.2026

**Sudety
Cup**

sudetycup.pl



Parking

W trakcie zawodów zapewniamy bezpłatny parking zlokalizowany w sąsiedztwie Centrum Zawodów.

GPS: [50.316040,16.458167](https://www.google.com/maps/place/50.316040,16.458167)

Centrum Zawodów

Centrum Zawodów oraz meta wszystkich czterech etapów zlokalizowane będą w malowniczej Lasówce, tuż przy granicy polsko-czeskiej, w spokojnej dolinie otoczonej rozległymi lasami Gór Orlickich i Bystrzyckich.

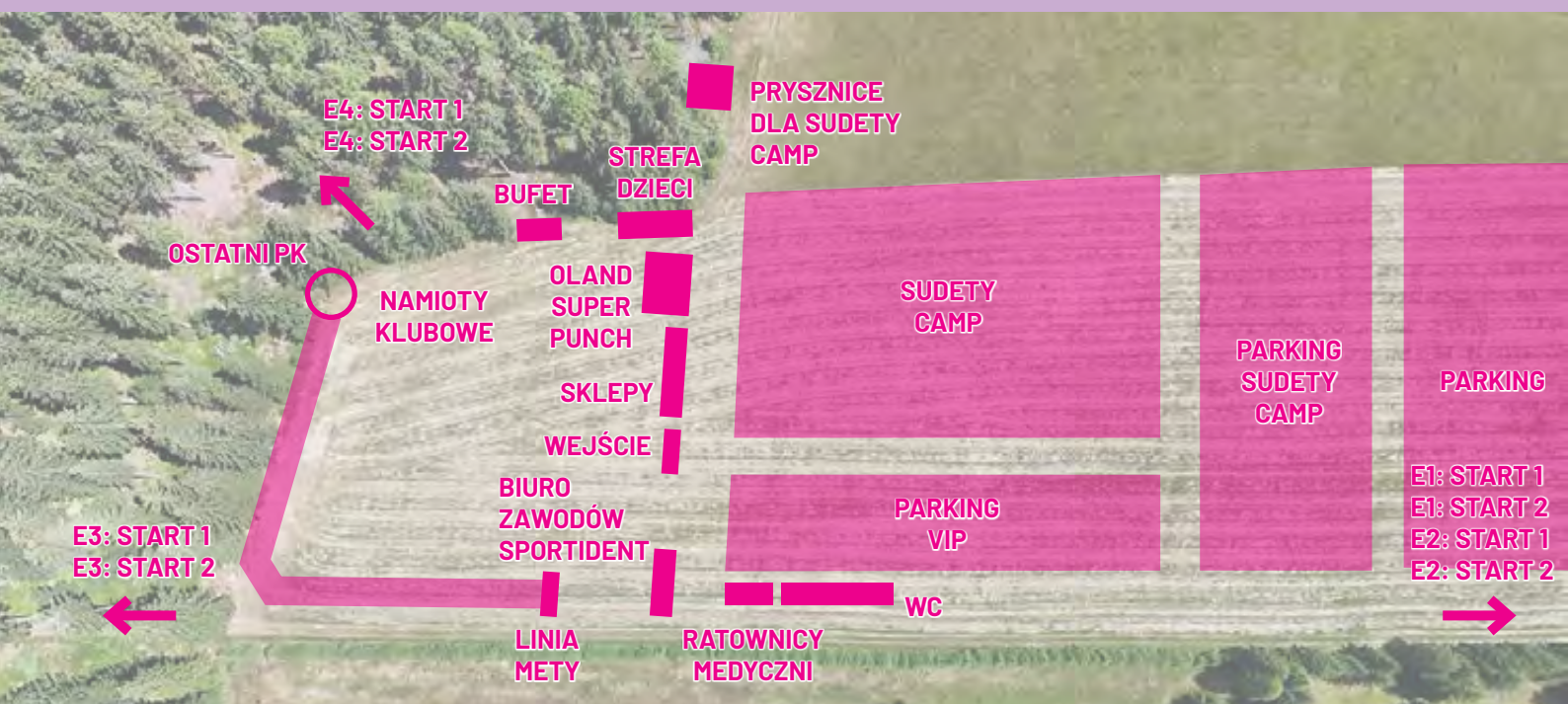
Biuro Zawodów

Zawodnicy, którzy opłacili udział w imprezie nie muszą pojawiać się Biurze Zawodów przed startem. Do Biura Zawodów zapraszamy w celu załatwienia następujących tematów:

- ogłoszenie do kategorii popularyzacyjnych
- odbiór i wypożyczenie karty SPORTident
- płatności i faktury

Godziny otwarcia Biura Zawodów:

30.07.2026	31.07.2026	1.08.2026	2.08.2026
Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
12:00-20:00	10:00-16:00	10:00-15:00	09:00-15:00



30.07-2.08.2026



sudetycup.pl

Model Event

0/4

Model Event

oficjalny trening
29.07.2026



Parking

Bezpłatny parking leśny.
GPS: [50.325538, 16.424147](#)



Program

15:00	start
18:00	zakończenie treningu



Model Event będzie pierwszą okazją do zanurzenia się w dzikich ostępach leśnych wokół Lasówki. Trening rozegrany zostanie na nowej mapie, w terenie bezpośrednio sąsiadującym z obszarem zawodów, co pozwoli poczuć specyfikę czekających Was wyzwań. **Startować można w dowolnym momencie pomiędzy godziną 15:00 a 18:00**, punkty zbieramy od 18:00. Potwierdzanie PK odbywać się będzie przy użyciu systemu SPORTident. Dla osób, które nie zgłosiły się w terminie będziemy mieli niewielki zapas dodatkowych map w cenie 25 zł od osoby.

Trasy

	Ultra	Challenge
📏	3,9 km	2,9 km
📍	18 PK	14 PK
📏	25 m	20 m

Odbiór zamówionych map
w namiocie przy parkingu.



Start i meta

Zlokalizowane w pobliżu
parkingu.



30.07-2.08.2026

Sudety
Cup

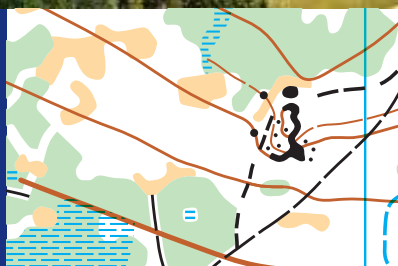
[sudetycup.pl](#)

Etap 1

1/4

Siwa Skala

bieg średniodystansowy
30.07.2026



Parking

Bezpłatny parking zlokalizowany bezpośrednio przy Centrum Zawodów.



Program

15:00	start
20:00	zakończenie etapu



Start

START 1
1200 m dojścia po czerwonych wstążkach

START 2
800 m dojścia po czerwonych wstążkach



Meta

Zlokalizowana w Centrum Zawodów.



Pierwszy etap to zanurzenie w **mistycznej równinie** Sudeków – niemal płaskim, lecz zaskakująco wymagającym terenie, w którym każdy krok może zmienić charakter biegu. Gęsta sieć rowów i podmokłych obniżen będzie narzucać własny rytm, a zmienna roślinność – od szybkiego białego lasu po gęstwinę i zarośnięte przecinki – wymusi nieustanne skupienie. W świecie niemal pozbawionym rzeźby kompas stanie się Waszym najpewniejszym sprzymierzeńcem, gdy będziecie okrążyć majestatyczną Siwą Skalę.



30.07-2.08.2026

Sudety
Cup

sudetycup.pl

Etap 2

2/4

Góra Kłobuk

bieg klasyczny
31.07.2026

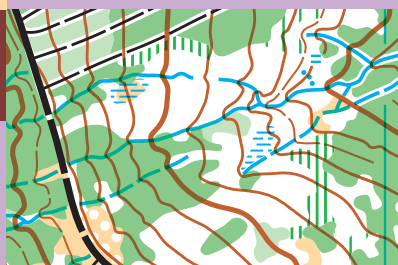


Parking

Bezpłatny parking zlokalizowany bezpośrednio przy Centrum Zawodów.

Program

11:00	start
16:00	zakończenie etapu



Start

START 1
1800 m dojscia po czerwonych wstążkach

START 2
800 m dojscia po czerwonych wstążkach



Meta

Zlokalizowana w Centrum Zawodów.



Etap drugi to bieg w **krainie wymagających wyborów**, gdzie górski charakter terenu od pierwszych metrów narzuci pełne skupienie. Wokół szczytu Góry Kłobuk spotkacie gęsto upakowane warstwy, a głęboka dolina z ciekim wodnym stanie się kluczowym punktem wielu wariantów. Zmienna przebieżność – od przejrzystych fragmentów po zielone gęstwiny i zarośnięte pasy – ograniczy widoczność i spowolni bieg na przełaj. Jak na klasyk przystało, kluczem do sukcesu będą tu chłodne i strategiczne decyzje przy wyborze najlepszego wariantu.

30.07-2.08.2026

Sudety
Cup

sudetycup.pl

Etap 3

3/4

Mostowy Potok

bieg średniodystansowy
1.08.2026



Parking

Bezpłatny parking zlokalizowany bezpośrednio przy Centrum Zawodów.



Program

11:00	start
15:00	zakończenie etapu



Trzeci etap to wyprawa przez **mozaikę nieoczywistości**, gdzie umiarkowanie pofałdowany teren skrywa liczne ciekły wodne wzdłuż doliny Mostowego Potoku. Zmienna roślinność – szybkie fragmenty białego lasu przeplatane gęstwinami i polanami – mocno ograniczy widoczność i wymusi częsty kontakt z mapą. Podmokłe obszary staną się naturalnymi barierami, a liczne obiekty punktowe będą cennymi drogowskazami. Ten etap wliczany jest do World Ranking Event (WRE), więc precyzja i płynność nawigacji będą tu mieć szczególną wartość.

Start

START 1
1600 m dościa po czerwonych wstążkach

START 2
400 m dościa po czerwonych wstążkach



Meta

Zlokalizowana w Centrum Zawodów.



30.07-2.08.2026

Sudety
Cup

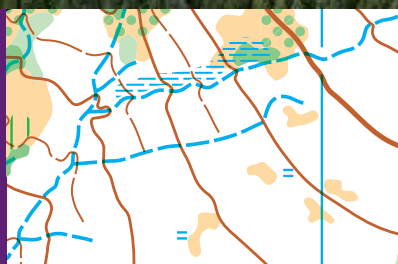
sudetycup.pl

Etap 4

4/4

Dzika Orlica

bieg pościgowy
2.08.2026



Parking

Bezpłatny parking zlokalizowany bezpośrednio przy Centrum Zawodów.



Program

10:00	start
14:00	zakończenie etapu



Ostatni etap przeniesie Was w **krainę dolin i mokradeł**, gdzie wyrazista rzeźba terenu z dominującą doliną wymusi pokonywanie kolejnych przewyższeń. Przebieżność będzie zmienna – od szybkiego, czystego lasu po gęste zarośla i pasy spowalniającej zieleni. Najważniejszym wyzwaniem okaże się jednak podmokła dolina Dzkiej Orlicy, gdzie sieć rowów i główny ciek wodny będą w stanie skutecznie pokrzyżować plany, odbierając możliwość prostego skrótu. To finał pełen skupienia, w którym zwycięży ten, kto potrafi czytać teren równie dobrze, co mapę.

Start

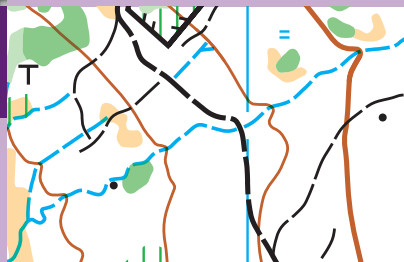
START 1
1400 m dojścia po czerwonych wstążkach

START 2
600 m dojścia po czerwonych wstążkach



Meta

Zlokalizowana w Centrum Zawodów.



30.07-2.08.2026

Sudety
Cup

sudetycup.pl

Sudety Cup



Lokalizacja

Sudety Camp położony jest w bezpośrednim sąsiedztwie Centrum Zawodów, dzięki czemu przez cały weekend będziecie w samym środku wydarzeń – kilka kroków wystarczy, aby dotrzeć na start, metę, czy spotkać się ze znajomymi po biegu. Wierzymy, że bliskość gór, natura i wyjątkowa atmosfera wspólnego biwakowania sprawią, że Sudety Camp stanie się integralną częścią Waszej przygody z Sudety Cup.

GPS: [50.316040, 16.458167](#)

Parking

Dla osób nocujących na Sudety Camp przygotowaliśmy dedykowany parking zlokalizowany bezpośrednio przy polu namiotowym. Wyznaczone zostały osobne miejsca dla samochodów osobowych uczestników nocujących w namiotach oraz osobny parking dla kamperów.

Ze względu na komfort i bezpieczeństwo wszystkich uczestników prosimy o niewjeżdżanie samochodami na teren pola namiotowego.

Podstawowe info

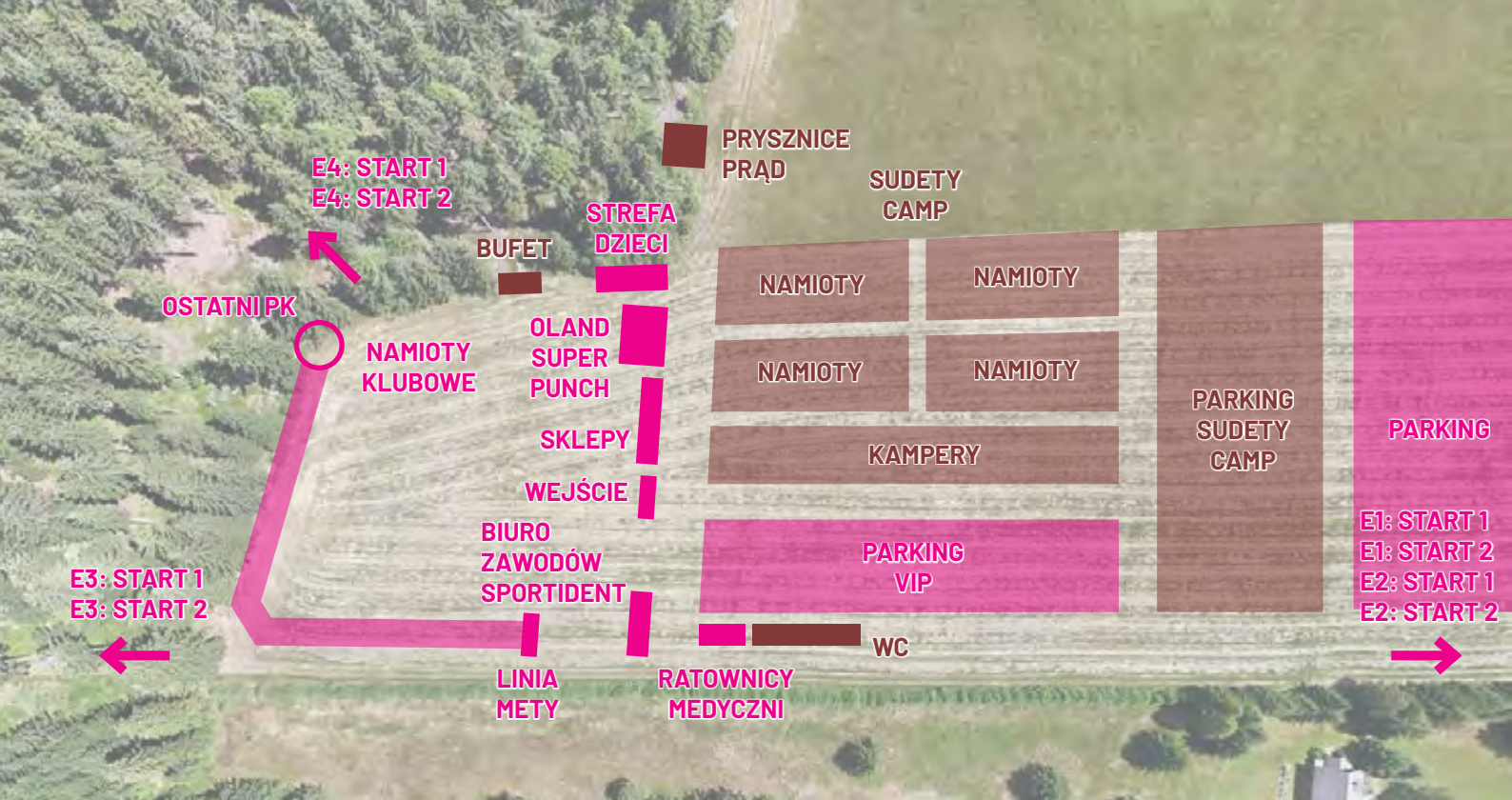
- Zameldowanie w środę od godz. 18:00.
- Wymeldowanie w niedzielę do godz. 16:00.
- Osoby przyjeżdżające do godz. 21:00 w środę zostaną skierowane przez organizatora na wyznaczone miejsce na namiot lub dla kampera.

- W przypadku przyjazdu po godz. 21:00 prosimy o samodzielne zajęcie dowolnego wolnego miejsca przeznaczonego na namiot lub dla kampera.
- Cisza nocna obowiązuje w godz. 22:00–6:00.
- Na terenie Sudety Camp obowiązuje bezwzględny zakaz rozpalania ognisk.

30.07-2.08.2026



sudetycup.pl



Sanitariaty

Dla osób nocujących na Sudety Camp przygotowaliśmy połowe prysznicze z ciepłą wodą. Prysznicze czynne są codziennie w godz. 11:00–21:00. Ze względu na ograniczone zasoby wody prosimy o wyrozumiałość oraz rozsądne korzystanie z pryszniców, tak aby ciepłej wody wystarczyło dla wszystkich.

Toalety oraz połowa umywalka znajdują się przy Centrum Zawodów i są dostępne przez całą dobę.

Dostęp do prądu

W godzinach 11:00–21:00, w pobliżu pryszniców, udostępniamy również gniazda 230 V przeznaczone do ładowania telefonów, zegarków GPS i innej drobnej elektroniki. Prosimy nie podłączać urządzeń o dużym poborze mocy, takich jak np. czajniki elektryczne czy grzałki.

Sklepy

Lasówka to niewielka, górська miejscowość położona z dala od większych sklepów. Najbliższe sklepy spożywcze znajdują się w Zieleńcu oraz po czeskiej stronie granicy w Orlickým Záhoří (oba w odległości ok. 5 km). Większe zakupy można zrobić w Dusznikach-Zdroju (ok. 16 km). Zalecamy zaopatrzenie się w najpotrzebniejsze produkty jeszcze przed przyjazdem na Sudety Camp.

Bufet

Jeśli nie masz ochoty gotować, zapraszamy do bufetu sudeckiego w Centrum Zawodów. Rano czekają tam na Was świeżo parzona kawa i herbata, a w ciągu dnia serwowane będą dania z grilla oraz desery. Szczegółowe informacje znajdziesz w sekcji biuletynu Bufet.

Odpady

Na terenie Sudety Camp prosimy o segregowanie odpadów. Pojemniki do segregacji znajdują się przy bufecie w Centrum Zawodów, natomiast pojemnik na odpady zmieszane dostępny jest również w pobliżu pryszniców. Dbajmy wspólnie o czystość i otaczającą nas przyrodę.

Szanujmy sąsiadów

Sudety Camp to wspólna przestrzeń dla wszystkich uczestników zawodów. Prosimy o uszanowanie ciszy nocnej, zachowanie porządku wokół swojego miejsca oraz życzliwość wobec pozostałych mieszkańców pola namiotowego. Dzięki temu wszyscy będą mogli odpocząć i nabrać sił przed kolejnymi etapami.

Parametry tras

	1/4	2/4	3/4	4/4	
	<i>Siwa Skala</i>	<i>Góra Kłobuk</i>	<i>Mostowy Potok</i>	<i>Dzika Orlica</i>	
K10	 1,9 km  9 PK  40 m	 2,5 km  10 PK  60 m	 1,9 km  11 PK  40 m	 2,3 km  10 PK  40 m	K10
K12	 2,4 km  12 PK  50 m	 3,0 km  11 PK  60 m	 2,8 km  11 PK  50 m	 2,8 km  10 PK  45 m	K12
K14	 2,6 km  11 PK  50 m	 3,2 km  11 PK  60 m	 2,6 km  9 PK  40 m	 3,2 km  10 PK  70 m	K14
K16	 2,7 km  12 PK  55 m	 4,3 km  11 PK  170 m	 2,7 km  12 PK  40 m	 4,2 km  10 PK  75 m	K16
K18	 3,0 km  12 PK  55 m	 4,8 km  10 PK  200 m	 2,9 km  14 PK  45 m	 4,5 km  15 PK  90 m	K18
K20	 3,2 km  13 PK  65 m	 5,3 km  13 PK  210 m	 3,2 km  18 PK  60 m	 5,1 km  14 PK  90 m	K20
K21	 3,1 km  13 PK  65 m	 5,2 km  11 PK  210 m	 3,0 km  16 PK  50 m	 4,6 km  13 PK  85 m	K21
K21E	 3,7 km  16 PK  80 m	 7,0 km  15 PK  260 m	 3,7 km  20 PK  60 m	 6,3 km  17 PK  120 m	K21E
K35	 3,0 km  12 PK  55 m	 4,8 km  10 PK  200 m	 2,9 km  14 PK  45 m	 4,5 km  15 PK  90 m	K35
K40	 2,7 km  12 PK  55 m	 4,3 km  11 PK  170 m	 2,7 km  12 PK  40 m	 4,2 km  10 PK  75 m	K40
K45	 2,7 km  11 PK  60 m	 4,0 km  11 PK  170 m	 2,6 km  11 PK  50 m	 3,4 km  10 PK  70 m	K45

	1/4	2/4	3/4	4/4	
	<i>Siwa Skala</i>	<i>Góra Kłobuk</i>	<i>Mostowy Potok</i>	<i>Dzika Orlica</i>	
K50	 2,6 km  12 PK  55 m	 3,4 km  10 PK  110 m	 2,5 km  10 PK  40 m	 3,1 km  11 PK  60 m	K50
K55	 2,5 km  11 PK  50 m	 3,0 km  10 PK  65 m	 2,5 km  9 PK  40 m	 2,9 km  10 PK  60 m	K55
K60	 2,5 km  11 PK  50 m	 3,0 km  10 PK  65 m	 2,5 km  9 PK  40 m	 2,9 km  10 PK  60 m	K60
K65	 2,2 km  10 PK  40 m	 2,5 km  8 PK  50 m	 2,4 km  8 PK  40 m	 2,4 km  6 PK  40 m	K65
K70	 2,2 km  10 PK  40 m	 2,5 km  8 PK  50 m	 2,4 km  8 PK  40 m	 2,4 km  6 PK  40 m	K70
K75	 2,0 km  9 PK  45 m	 2,2 km  7 PK  40 m	 2,1 km  8 PK  35 m	 2,3 km  7 PK  35 m	K75
K80	 2,0 km  9 PK  45 m	 2,2 km  7 PK  40 m	 2,1 km  8 PK  35 m	 2,3 km  7 PK  35 m	K80
M10	 1,9 km  9 PK  40 m	 2,5 km  10 PK  60 m	 1,9 km  11 PK  40 m	 2,3 km  10 PK  40 m	M10
M12	 2,4 km  12 PK  50 m	 3,0 km  11 PK  60 m	 2,8 km  11 PK  50 m	 2,8 km  10 PK  45 m	M12
M14	 2,9 km  13 PK  60 m	 3,9 km  11 PK  100 m	 3,1 km  9 PK  45 m	 3,7 km  10 PK  75 m	M14
M16	 3,1 km  13 PK  65 m	 5,2 km  11 PK  210 m	 3,0 km  16 PK  50 m	 4,6 km  13 PK  85 m	M16
M18	 3,4 km  15 PK  75 m	 6,4 km  13 PK  250 m	 3,5 km  17 PK  60 m	 5,7 km  15 PK  110 m	M18

	1/4	2/4	3/4	4/4	
	<i>Siwa Skala</i>	<i>Góra Kłobuk</i>	<i>Mostowy Potok</i>	<i>Dzika Orlica</i>	
M20	 3,6 km  16 PK  75 m	 7,6 km  13 PK  270 m	 3,6 km  18 PK  55 m	 7,0 km  18 PK  130 m	M20
M21	 3,7 km  16 PK  80 m	 7,0 km  15 PK  260 m	 3,7 km  20 PK  60 m	 6,3 km  17 PK  120 m	M21
M21E	 4,9 km  19 PK  95 m	 11,7 km  19 PK  430 m	 4,8 km  23 PK  75 m	 9,1 km  25 PK  170 m	M21E
M35	 3,6 km  16 PK  75 m	 7,6 km  13 PK  270 m	 3,6 km  18 PK  55 m	 7,0 km  18 PK  130 m	M35
M40	 3,3 km  14 PK  70 m	 6,4 km  14 PK  230 m	 3,3 km  15 PK  45 m	 5,3 km  16 PK  100 m	M40
M45	 3,2 km  13 PK  65 m	 5,3 km  13 PK  210 m	 3,2 km  18 PK  60 m	 5,1 km  14 PK  90 m	M45
M50	 3,2 km  12 PK  65 m	 4,9 km  11 PK  200 m	 3,0 km  12 PK  45 m	 4,5 km  14 PK  90 m	M50
M55	 2,9 km  12 PK  55 m	 4,4 km  11 PK  180 m	 2,9 km  14 PK  40 m	 4,2 km  13 PK  90 m	M55
M60	 2,7 km  11 PK  60 m	 4,0 km  11 PK  170 m	 2,6 km  11 PK  50 m	 3,4 km  10 PK  70 m	M60
M65	 2,6 km  12 PK  55 m	 3,4 km  10 PK  110 m	 2,5 km  10 PK  40 m	 3,1 km  11 PK  60 m	M65
M70	 2,5 km  11 PK  50 m	 3,0 km  10 PK  65 m	 2,5 km  9 PK  40 m	 2,9 km  10 PK  60 m	M70
M75	 2,2 km  10 PK  40 m	 2,5 km  8 PK  50 m	 2,4 km  8 PK  40 m	 2,4 km  6 PK  40 m	M75

	1/4	2/4	3/4	4/4	
	<i>Siwa Skała</i>	<i>Góra Kłobuk</i>	<i>Mostowy Potok</i>	<i>Dzika Orlica</i>	
MSO	2,0 km 9 PK 45 m	2,2 km 7 PK 40 m	2,1 km 8 PK 35 m	2,3 km 7 PK 35 m	MSO
Rodzinna	1,9 km 8 PK 45 m	2,1 km 7 PK 55 m	2,1 km 6 PK 40 m	2,2 km 6 PK 40 m	Rodzinna
Enka	1,9 km 8 PK 45 m	2,1 km 7 PK 55 m	2,1 km 6 PK 40 m	2,2 km 6 PK 45 m	Enka
Krótką	2,5 km 10 PK 50 m	2,9 km 11 PK 70 m	2,6 km 9 PK 40 m	3,0 km 8 PK 60 m	Krótką
Średnia	3,5 km 15 PK 65 m	4,0 km 10 PK 110 m	3,5 km 12 PK 60 m	4,0 km 11 PK 80 m	Średnia
Challenge	2,7 km 13 PK 50 m	3,6 km 10 PK 120 m	2,8 km 16 PK 45 m	3,5 km 13 PK 65 m	Challenge
Ultra	3,6 km 16 PK 75 m	5,0 km 13 PK 200 m	3,5 km 18 PK 55 m	5,1 km 16 PK 90 m	Ultra





Gospodarz



Bystrzyca Kłodzka

Sponsorzy

hitmark
= robotics



Sponsor etapowy



Partnerzy



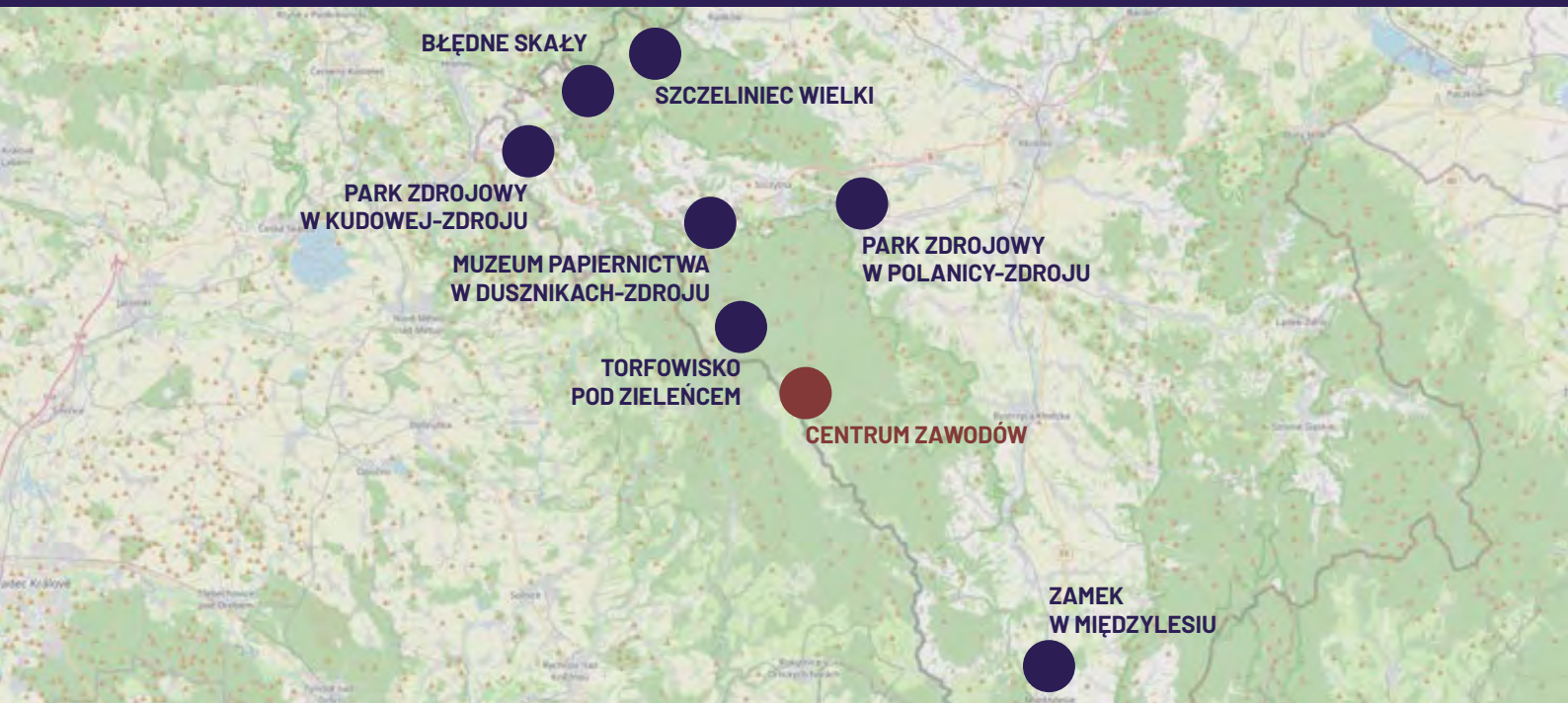
30.07-2.08.2026

Sudety
Cup

sudetycup.pl

Odkryj Sudety

powered by:



Torfowisko pod Zieleńcem

Wstęp:

Odległość od CZ:

Więcej:

Bezpłatny

[6 minut \(6 km\)](#)

wroclaw.lasy.gov.pl

Torfowisko pod Zieleńcem to unikatowy rezerwat przyrody w Górach Orlickich, będący jednym z najlepiej zachowanych torfowisk wysokich w Sudetach. To miejsce tętni życiem – rośnie tu rosiczka okrągłolistna, a wśród mchów kryją się rzadkie gatunki motyli.

Drewniane kładki prowadzą przez malowniczy krajobraz, umożliwiając spacer bez naruszania delikatnego ekosystemu. Z punktów widokowych rozpościera się panorama na okoliczne szczyty i Kotlinę Kłodzką. To idealne miejsce na wyciszenie i kontakt z naturą, szczególnie polecane miłośnikom fotografii przyrodniczej.

30.07-2.08.2026

Sudety
Cup

sudetycup.pl

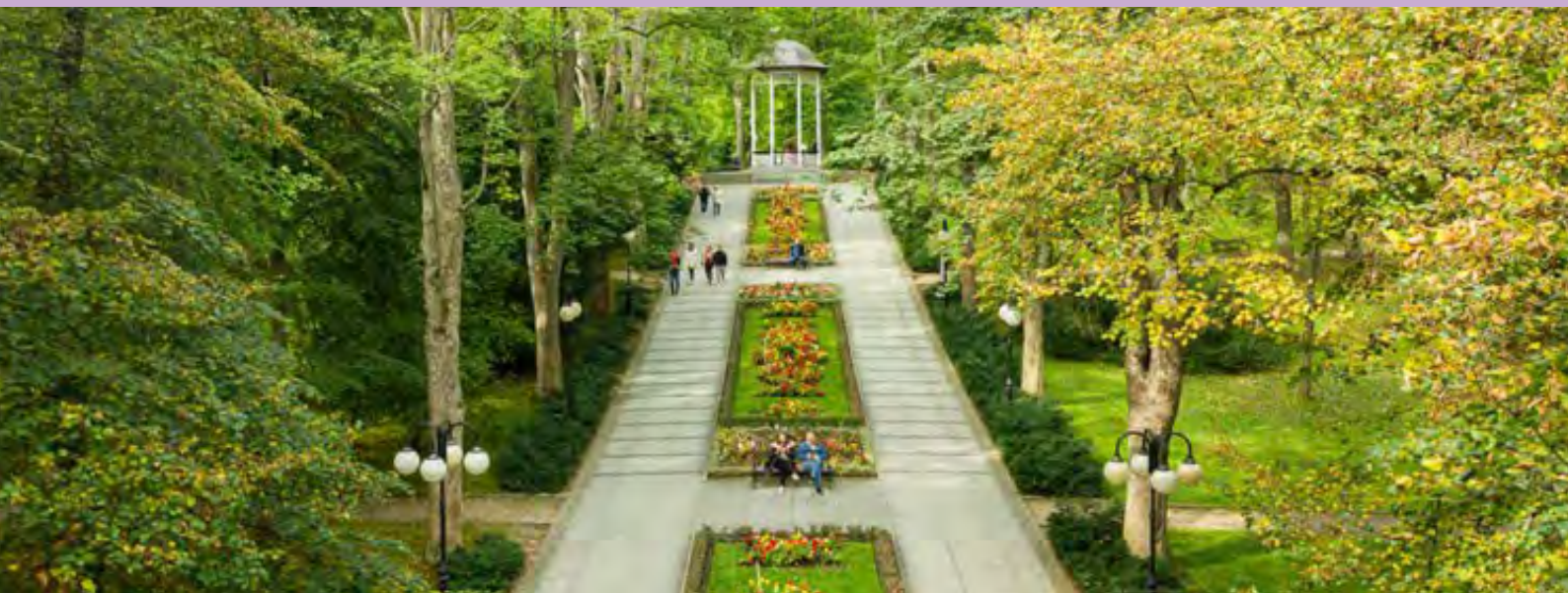


Muzeum Papiernictwa w Dusznikach-Zdroju

Wstęp: Płatny
Odległość od CZ: [16 minut \(14 km\)](#)
Więcej: muzeumpapiernictwa.pl

Muzeum Papiernictwa mieści się w zabytkowym XVII-wiecznym młynie papierniczym, jednym z nielicznych w Europie. To fascynujące miejsce, gdzie historia papieru ożywa na oczach zwiedzających.

Największą atrakcją są pokazy ręcznego czerpania papieru według średniowiecznej techniki, w których można samodzielnie uczestniczyć. Muzeum prezentuje zabytkowe maszyny i narzędzia oraz unikatowe kolekcje papierów. To świetna atrakcja dla rodzin, oferująca edukację i interakcję w jednym.



Park Zdrojowy w Polanicy-Zdroju

Wstęp: Bezpłatny
Odległość od CZ: [29 minut \(24 km\)](#)
Więcej: polanica.pl

Park Zdrojowy w Polanicy-Zdroju to prawie 13 hektarów zieleni, gdzie egzotyczne drzewa i zabytkowe sanatoria tworzą niepowtarzalny klimat. To serce uzdrowiska, pełne spokoju i uroku.

W parku znajduje się pijalnia wód mineralnych, muszla koncertowa i Teatr Zdrojowy. Spacer alejkami wśród kwiatów i fontann to czysta przyjemność. W sezonie odbywają się tu koncerty i wydarzenia kulturalne. To idealne miejsce na relaks po biegu i regenerację sił w otoczeniu zieleni.



Szczeliniec Wielki

Wstęp: Płatny
Odległość od CZ: [30 minut \(25 km\)](#)
Więcej: pngs.gov.pl

Szczeliniec Wielki to najwyższy szczyt Gór Stołowych (919 m n.p.m.), znany z charakterystycznego płaskiego wierzchowiska i skalnego labiryntu. Wejście na górę to pokonanie około 665 kamiennych schodów.

Na szczycie czeka nagroda – zapierające dech w piersiach widoki na Kotlinę Kłodzką i Masyw Śnieżnika. Skalny labirynt kryje formy o ciekawych nazwach, m.in. „Fotel Pradziada” i „Wielbłąd”. Schronisko „Szwajcarka” zaprasza na odpoczynek i posiłek. To miejsce obowiązkowe dla każdego miłośnika górskich wędrówek.



Park Zdrojowy w Kudowej-Zdroju

Wstęp: Bezpłatny
Odległość od CZ: [29 minut \(26 km\)](#)
Więcej: kudowa.com.pl

Założony w XVIII wieku Park Zdrojowy w Kudowej-Zdroju zachwyca angielskim stylem i urokliwym stawem. To przestrzeń pełna egzotycznej roślinności, zabytkowych willi i uzdrowskiego klimatu.

W parku znajdziesz pijalnię wód mineralnych, teatr zdrojowy i muszlę koncertową. Letnie palmy i kwietne dywany dodają mu śródziemnomorskiego charakteru. Spacer alejkami wśród zieleni to prawdziwa uczta dla zmysłów. To obowiązkowy punkt na mapie każdego, kto ceni uzdrowski klimat i piękne ogrody.



Błędne Skały

Wstęp: Płatny
Odległość od CZ: [35 minut \(29 km\)](#)
Więcej: pngs.gov.pl

Błędne Skały to naturalny labirynt skalnych korytarzy i szczelin, powstały w wyniku erozji piaskowca. To jedna z największych atrakcji Gór Stołowych, która zachwyca swoimi niezwykłymi formami skalnymi.

Wędrówka wąskimi przesmykami prowadzi przez malownicze zakątki, gdzie skały przybierają fantazyjne kształty przypominające zwierzęta, grzyby i ludzi. Na trasie znajdują się punkty widokowe, z których podziwiać można panoramę Gór Stołowych i Bystrzyckich. To obowiązkowy punkt dla każdego, kto ceni niezwykle krajobrazy.



Zamek w Międzyzylesiu

Wstęp: Płatny
Odległość od CZ: [35 minut \(32 km\)](#)
Więcej: zamekmiedzylesie.pl

Zamek w Międzyzylesiu to średniowieczna warownia wznosząca się malowniczo nad rzeką Nysą Kłodzką. Choć dziś jest ruiną, jego mury wciąż robią ogromne wrażenie i przyciągają miłośników historii.

Ruiny zamku oferują piękne widoki na miasto i okoliczne góry, będąc doskonałym punktem wypadowym na piesze wycieczki w Góry Bystrzyckie. Miejsce to skrywa wiele tajemnic – według legend pod zamkiem znajdują się podziemne tunele. To idealna propozycja dla lubiących klimatyczne, mniej uczęszczane miejsca.

Sudety Cup

2027

Góry
Bystrzyckie

1/4

Etap 01

bieg średniodystansowy
15.07.2027

2/4

Etap 02

bieg klasyczny
16.07.2027

3/4

Etap 03

bieg średniodystansowy
17.07.2027

4/4

Etap 04

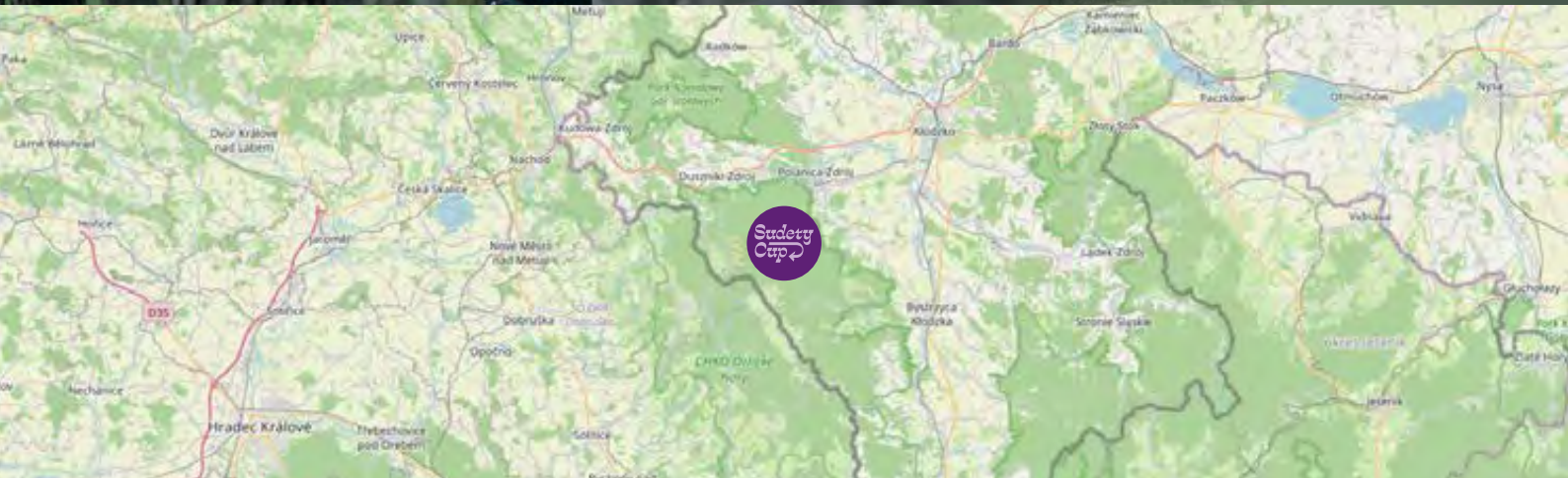
bieg pościgowy
18.07.2027



JWOC
2027
JUNIOR WORLD
ORIENTEERING
Championships
July 11 — 17
Dolny Śląsk
POLAND



*Ścigaj się i kibicuj najlepszym
juniorom świata!*



15-18.07.2027

Sudety
Cup

sudetycup.pl



JUNIOR WORLD
ORIENTEERING
Championships
July 11 ——— 17
Dolny Śląsk ———
POLAND ———

