

PROPOZICE 2. ROČNÍKU BĚŽECKÉHO ZÁVODU



Obsah:

[Všeobecné informace](#)
[Vlastibořický 1/2 maraton](#)
[Vlastibořický 1/4 maraton](#)
[Lidový Minimaraton](#)
[Dětský Pidimaraton](#)

Všeobecné informace

Pořadatel

TJ Sokol Vlastibořice ve spolupráci s OÚ Vlastibořice

Místo

Vlastibořice – sportovní areál u koupaliště

Termín

Sobota 14. 6. 2014 11:00 - ???

Web závodu

<http://sokol.vlastiborice.cz/?tag=okolovlasti2014>

Program

11:00 – 14:30 Prezentace (možnost prezentace pro příslušný závod **nejpozději 30 minut před startem závodu**)

12.00 – 13:30 Vlastibořický 1/4 maraton (10,5 km)

14:00 – 14:30 Dětský Pidimaraton (420 m)

15:00 – 18:00 Vlastibořický 1/2 maraton (21,1 km)

15:05 – 16:05 Lidový Minimaraton (4,2 km)

12:00 – ??? Občerstvení, hydratace, dobroty z rožně a udírny, hudba

Registrace

On-line na adrese <http://sport-reg.cz/registrace?zavod=164> nebo na místě v rámci prezentace, viz předchozí bod. Odkaz na startovní listinu: http://sport-reg.cz/seznam.php?id_zavod=164.

Pozor! Dokončenou registraci nelze editovat, budete-li chtít něco změnit, obraťte se prosím na mne (dusan.koutnik@vlastiborice.cz).

Ubytovací možnosti

Po dohodě lze nabídnout bezpečné místo ke stanování. Vzhledem k těsnému sousedství s turisticky oblíbeným Českým rájem a k letnímu termínu závodu doporučujeme zajistit si případné ubytování s dostatečným předstihem. Nejbližší ubytování rozmanitých úrovní je aktuálně k dispozici v obcích Sychrov, Pěnčín a Svijanský Újezd.

Možnosti stravování

Přímo ve sportovním areálu u koupaliště budou k dispozici stánky s občerstvením a venkovním posezením, o pár metrů dál pak rázovitá hospůdka taktéž s možností posedět pod širým nebem. Obě zařízení se budou snažit doplnit závodníkům a jejich doprovodu síly formou oblíbených pochoutek z rožně, resp. z udírny, a v neposlední řadě také z blízkého svijanského pivovaru, resp. z neblízké Plzně. Další možností je návštěva blízké restaurace s nabídkou hotových jídel (v době obědů) a minutek.

Pravidla

Běh se řídí současnými pravidly IAAF/AIMS a Českého atletického svazu, na jejich dodržování budou dohlížet pořadatelé na startu, v cíli i na trati.

Lékařská pomoc bude zajištěna na startu a v cíli. Organizátoři nepřebírají zodpovědnost za škody na majetku nebo za zranění související s účastí na závodu nebo jeho návštěvou.

Pořadatel si vyhrazuje právo použít fotografie, video a audio záznamy vztahující se k závodu.

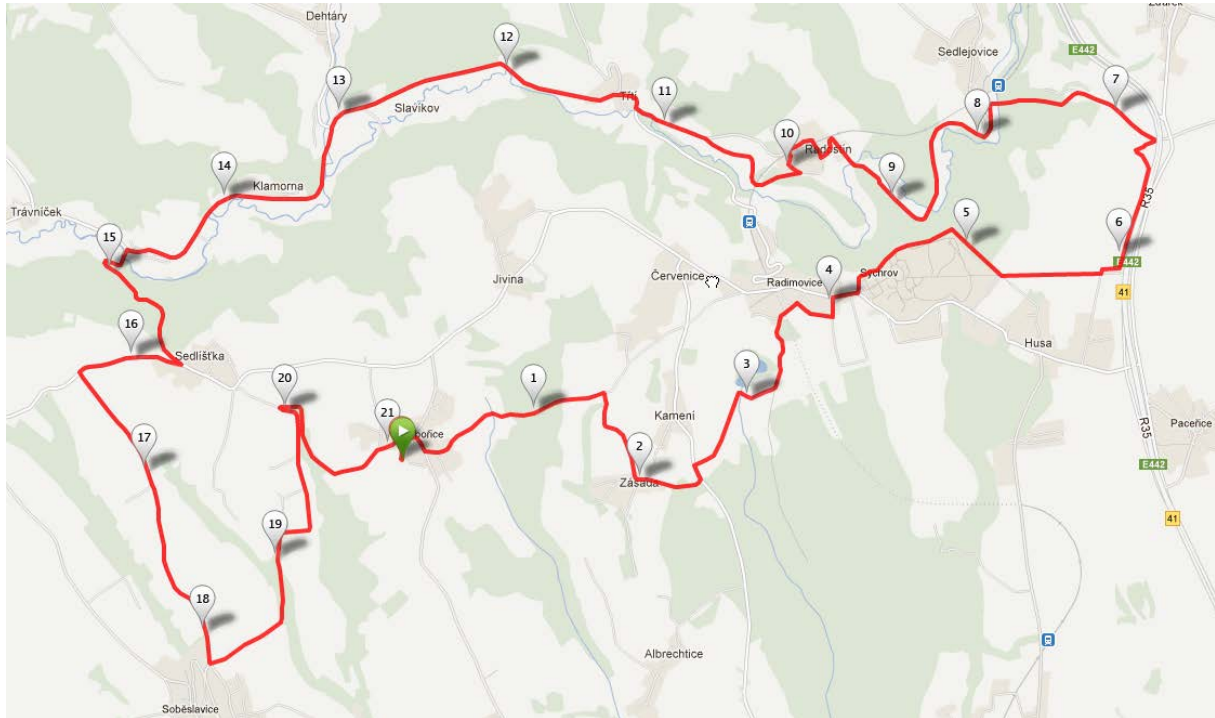
Čas bude u všech čtyř závodů měřen elektronickou čipovou časomírou firmy [Sport-Base timing](#).

Vlastibořický 1/2 maraton

Trasa

21,1 km: Vlastibořice – Zásada – Radimovice – Sychrov – Radostín – Třtí – Klamorna – Trávníček – Sedliště – Stráňov – Klučky – Vlastibořice

Není nutné mapu příliš studovat, trasa bude značená.



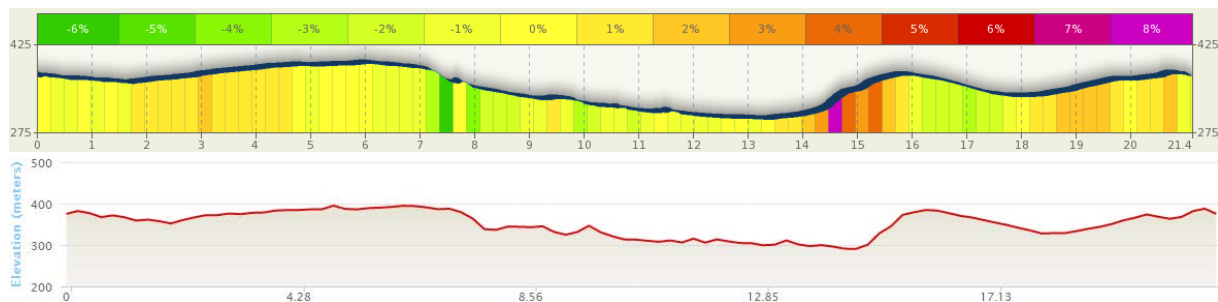
Interaktivní mapu vč. 3D najdete zde: <http://www.mapmyrun.com/routes/view/176324462#>

Povrch

70% asfalt, 30% polní a lesní cesty

Profil trati

Na trati nastoupáte celkem 169 m.



Popis tratě

Trasa závodu je navržena tak, aby si většina účastníků mohla závod „užít“. Primární snahou „stavitele“ bylo zařadit co nejvíce oku lahodících partií v okolí naší obce. Vzhledem k převýšení a pasáží mimo asfalt překonáte osobní rekord pravděpodobně pouze v případě, že poběžíte půlmaraton prvně, a protože ani ceny pro vítěze vypsány nejsou, nemá zjevně smysl někam se hnát. :-)

Po startu u koupaliště a krátkém zakličkování vsí si první tři kilometry vychutnáte především po zvlněných loukách, na horizontech s výhledem na sychrovský zámek a snad i vzdálenější Frýdštejn, rozhlednu Kopaninu, Kozákov. Po průběhu Radimovicemi trasa obíhá zámecký park po lesní stezce a povrch se na delší dobu změní na asfaltový. Po krátké pasáži lesem si užijete letitou Rohanovu alej, kde bude k dispozici první občerstvení. Milovníci rychlých vozů se pak budou moci pokochat krátkým výhledem na rychlostní silnici Turnov – Liberec, podél níž vede do obce Žďárek nová cyklostezka. Trať od Žďárku začne klesat do údolí Mohelky, které na chvíli opustíte návštěvou Radostína, kde vás po stoupání a přeběhu dvou můstků jistě pořádně rozradostní občerstvení v polovině trati. Následuje lesní přírodní sešup zpět do údolíčka a pár set metrů po podběhnutí monumentálního sychrovského železničního viaduktu opět asfaltová silnice. Dalších pět kilometrů se silnice klikatí nivami podél meandrující Mohelky, která láká ke skoku do chladného proudu. Méně romanticky založení vytrvalci se raději budou rozmrzele rozhlížet po okolních strmých svazích a přemýšlet, co nedobrého z toho asi vzejde. Dočkají se hned po posledním občerstvení na 15. kilometru, kde trasa během jednoho kilometru nabere 100 výškových metrů. Běžce po kopci Trávníčáku čeká odpočinkové dvoukilometrové klesání osadou Stráňov až na okraj Soběslavic. Doporučuji nepodléhat únavě a užít si výhledy na Drábské světničky a vlastně na celý Český ráj. Od Soběslavic účastníky čeká polní cesta, průběh zalesněnou roklí, kousek asfaltu v osadě Klučky a mezi metami 20,0 a 20,5 mírné klesání lesem, kde lze ještě naposledy požádat o pozornost roztroušené zbytky sil a připravit je na asfaltový finiš.

Vypsané kategorie

Mužské: 0-39, 40-49, 50-59, 60 a více

Ženské: 0-39, 40-49, 50-59, 60 a více

Bezpečnost

Závod probíhá za běžného silničního provozu, závodníci jsou povinni dodržovat pravidla silničního provozu. Každý startuje na vlastní nebezpečí, doporučuje se lékařská prohlídka. Startovné nezahrnuje pojištění.

Startovné

250 Kč při online registraci do 14. 5. 2014, 300 Kč od 14.5.2014 do 31. 5. 2014, závodní číslo se jménem závodníka v ceně, možnost objednat pamětní tričko. Pozdější registrace již bez možnosti objednávky trička a registrace na místě – pouze omezený počet – 300 Kč bez nároku na tričko, na závod bude zapůjčeno univerzální číslo s čipem.

Občerstvení

Přibližně po pěti kilometrech.

V případě, že běžci chtějí mít na stanovištích občerstvení své osobní občerstvení, je potřeba ho odevzdat při prezentaci (minimálně 30 minut před startem!). Musí být označené startovním číslem a znakem občerstvovací stanice dle klíče: A – 5 km, B – 10 km, C – 15 km.

Časový limit

3 hodiny.

Věkový limit

Závodu se smějí zúčastnit osoby starší 18 let.

Vlastibořický 1/4 maraton

Trasa

10,5 km: Vlastibořice – Zásada – Radimovice – Pěnčín – Albrechtice – Vlastibořice

Není nutné mapu příliš studovat, trasa bude značená.



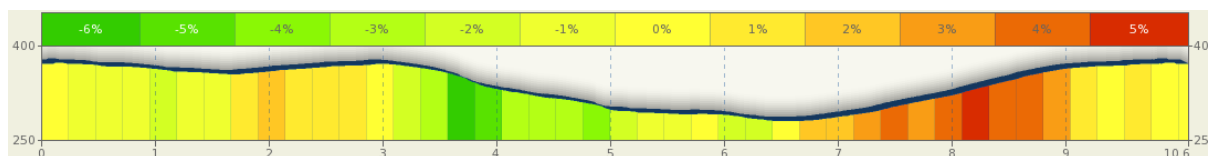
Interaktivní mapu vč. 3D najdete zde: <http://www.mapmyrun.com/routes/view/354835023>

Povrch

25% asfalt, 75% polní a lesní cesty

Profil trati

Na trati nastoupáte celkem 132 metrů.





Popis tratě

Trasa čtvrtmaratonu je v maximální možné míře vedena přírodou a po přírodním povrchu. Po úvodní více méně rovinaté tříkilometrové pasáži, která je společná s půlmaratonskou tratí, následuje tříkilometrové mírné klesání lesem. Po opuštění Čtveřínského potoka se po rovinaté luční pasáži a krátkém asfaltovém sešupu připravte na tři kilometry do kopce, první kilometr zalesněnou roklí Pěničského potoka, druhý po asfaltové silničce mírně stoupající z Albrechtic, a ten poslední přes les a louku do vlastibořického cíle.

Vypsané kategorie

Mužské: 0-39, 40-49, 50-59, 60 a více

Ženské: 0-39, 40-49, 50-59, 60 a více

Bezpečnost

Závod probíhá za běžného silničního provozu, závodníci jsou povinni dodržovat pravidla silničního provozu. Každý startuje na vlastní nebezpečí, doporučuje se lékařská prohlídka. Startovné nezahrnuje pojištění.

Startovné

150 Kč při online registraci do 14. 5. 2014, 200 Kč od 14.5.2014 do 31.5.2014, závodní číslo se jménem závodníka v ceně, možnost objednat pamětní tričko. Pozdější registrace již bez možnosti objednávky trička a registrace na místě – pouze omezený počet – 200 Kč bez nároku na tričko, na závod bude zapůjčeno univerzální číslo s čipem.

Občerstvení

Přibližně na 6. kilometru.

V případě, že běžci chtějí mít na stanovištích občerstvení své osobní občerstvení, je potřeba ho odevzdat při prezentaci (minimálně 30 minut před startem!). Musí být označené startovním číslem!

Časový limit

1,5 hodiny.

Věkový limit

Závodu se smějí zúčastnit osoby starší 18 let, mladší pouze se souhlasem zákonných zástupců.

Lidový minimaratón

Trasa

4,2 km: Vlastibořice – vysílač – Sedlíštko – Vlastibořice

Není nutné mapu příliš studovat, trasa bude značená.

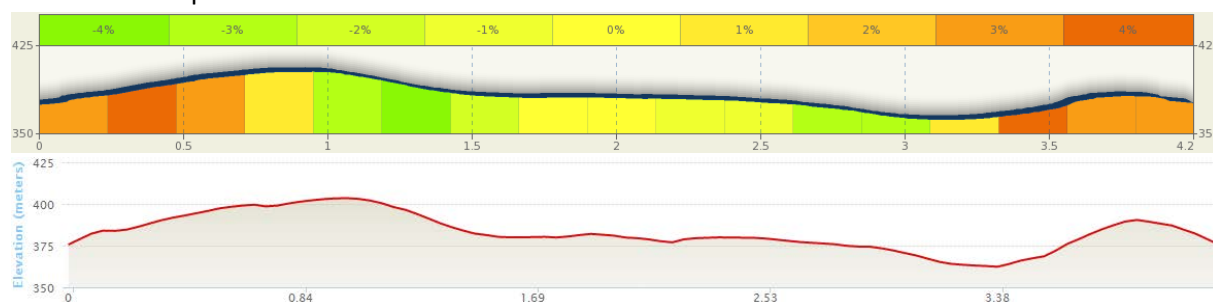


Povrch

75% asfalt, 25% polní a lesní cesty

Profil trati

Na trati nastoupáte celkem 28 m.



Popis tratě

Od startu trať stoupá až do nejvyššího bodu trasy, pod vysílač, odkud je krásný výhled na údolí Jizery a Český ráj. Následuje seběh do obce Sedlíštko, kde díky laskavosti obyvatel závodníci budou moci proběhnout skrz dvůr statku jednoho z největších místních sedláků. Dále trať klesá polem a lesem až na západní okraj Vlastibořic, odkud se bude stoupat k centru obce. Poslední metry budou opět z kopce.

Vypsání kategorie

Muži: 0-99 let

Ženy: 0-99 let

Bezpečnost

Závod probíhá za běžného silničního provozu, závodníci jsou povinni dodržovat pravidla silničního provozu. Každý startuje na vlastní nebezpečí, doporučuje se lékařská prohlídka. Startovné nezahrnuje pojištění.

Startovné

80 Kč při online registraci do 14. 5. 2014, 100 Kč od 14.5.2014 do 31. 5. 2014, závodní číslo se jménem závodníka v ceně, možnost objednat pamětní tričko. Pozdější registrace již bez možnosti objednávky trička a registrace na místě – 100 Kč bez nároku na tričko, na závod bude zapůjčeno univerzální číslo s čipem.

Občerstvení

V cíli.

Časový limit

1 hodina.

Věkový limit

Závodu se smějí zúčastnit osoby starší 18 let, mladší pouze se souhlasem zákonných zástupců.

Dětský pidimaraton

Trasa

0,42 km: Vlastibořice



Povrch

100% travnatá upravená plocha.

Popis tratě

Trasa vede po upraveném trávníku.

Vypsání kategorie

Chlapci: 0-6, 7-9, 10-12, 13-15

Dívky: 0-6, 7-9, 10-12, 13-15

Startovné

10 Kč při online registraci do 31. 5. 2014, závodní číslo se jménem závodníka v ceně, možnost objednat pamětní tričko. Pozdější registrace již bez možnosti objednávky trička a registrace na místě – 20 Kč bez nároku na tričko, na závod bude zapůjčeno univerzální číslo s čipem.

Změny vyhrazeny.

Text: Dušan Koutník, dusan.koutnik@vlastiborice.cz