

Informace k Českém poháru štafet 13. a 14. 9. 2014

Český pohár štafet 13. 9. (tříčlenné štafety)

Sraz: sobota 13.9. v 7:20 u Decathlonu v Liberci. Odjezd 7:30 společným autobusem. Závodníci z Jablonce se dopraví do Liberce.

Trasa: Turnov vlakové nádraží 7:40

Místo závodu: Šárovcova Lhota, Libín u Jičina

Start 00: 10:30

Terén: Zalesněný hřbet 300 - 450 m n.m., porostově pestrý, se střední sítí komunikací, pozůstatky těžebních činností, ve svazích hodně erozních tvarů, někde kameny.

Mapa: Hořický chlum, M 1:10 000, E 5 m,

Kategorie: DH12, D14, H14

Informace: http://www.shk-ob.cz/zavody/2014_cz/

Přesun na sprint: po vyhlášení, bude upřesněno na shromaždišti

Sprint Hostinné

Start 00: 16:00, intervalový

Mapa: Hostinné, 1:4 000, E = 2 m, rozměr A4

Mapy jsou vytvořeny podle mapového klíče (ISSOM 2007), stav léto 2014

Terén: Centrum města, starší i novější zástavba, městské parky.

Omezení obutí: zákaz použití obuvi s hřeby

Ubytování: tělocvična Gymnázia Hostinné

Strava: zajištěna večeře v jídelně Gymnázia v Hostinném, snídaně bude zajištěna u tělocvičny. Vezměte si hrneček na čaj. Budou koláče, rohlíky, máslo, marmeláda, salám, sýr.

Přihlášky: do 3.9. přes oddíl

Sprintové štafety (čtyřčlenné štafety)

Druh závodu: veřejný závod žákovských štafet: DH14 (čtyřčlenné štafety DHDH, na lichém úseku musí běžet žákyně)

Start: pořadatelé mají snahu přesunout start žáků na 13:30

Místo závodu: Smiřice

Mapa: Smiřice, fotbalový stadion (okres Hradec Králové)

Terén: Městská zástavba (ulice i sídliště), park. Převýšení zanedbatelné

Předpokládané časy vítězů: 4 x 15 minut pro všechny štafetové kategorie, 15 minut pro kategorie jednotlivců

Mapa: Město Smiřice, M 1:4000, E 2 m, stav srpen 2014, ISSOM, formát A3, v obalu

Terén: Městská zástavba (ulice i sídliště), park. Převýšení zanedbatelné.

Obuv a oděv: V souladu s čl. 18.1 předepisuje pořádající subjekt následující omezení běžeckého oblečení a obuvi: Je zakázáno použití bot s hřebíky.

Informace: http://www.shk-ob.cz/zavody/2014_cz/

Odjezd domů: bude upřesněn v týdnu před závodem, po vydání rozpisu. Pokud bude start žákovských štafet v 13:30, odjezd bude kolem 16:00. Návrat do Liberce kolem 17:00. Pořadatelé zatím start definitivně neposunuli. Žáci by pak nemuseli do karantény. Cestou zpět budeme opět vykládat děti v Turnově na vlakovém nádraží a v Liberci u Decathlonu.

Soupisky na sobotu budou rozeslány na vaše emaily pár dní před závodem.

Napište mi, prosím, jaký úsek běháte rádi. Budu se snažit vám vyhovět.

Soupisky na neděli budou uzavřeny v sobotu večer 13. 9.

Vezmi s sebou na Český pohár štafet: buzolu, čip, oblečení na 3 závody, boty bez hřebíků, kdo má i s hřebíky, hrnek, kopii kartičky zdravotní pojišťovny, **spacák, karimatka**, jídlo na 2 dny (večeře + snídaně zajištěny), pití, toaletní potřeby, ručník,

Doplatek: Žáci, kteří nejsou v aktuálním výběru Ještědské oblasti 200Kč. Členové výběru JO mají vše zdarma.