



2019

V sobotu 15. června
Sportovní areál
Vlastibořice

7. ročník

www.sokol.vlastiborice.cz

Pořadatel:

TJ Sokol Vlastibořice
ve spolupráci s OÚ
Vlastibořice a SDH
Vlastibořice

Program

- 10:00–14:30 **Prezence** [možnost prezence pro příslušný závod nejpozději 30 minut před startem závodu]
11:00–14:00 **1/2maraton** [21,1 km]
13:30–14:00 Vyhlášení 1/2maratonu
14:00–14:30 Charitativní a dětský **HomeRUN** [1 km]
14:30–15:00 Vyhlášení dětských kategorií
15:00–16:30 **Kros** [7 km]
16:30–17:00 Vyhlášení Krosu a nejlepších Kombíků
11:00 –??? Občerstvení, hydratace, dobroty z rožně a udírny...

Registrace

On-line na adrese

<http://sport-reg.cz/nova-registrace?zavod=561>

nebo na místě v rámci prezentace, viz **Program**.

Odkaz na startovní listinu:

http://sport-reg.cz/startovni-listina?id_zavod=561

Pozor! Dokončenou registraci nelze editovat, budete-li chtít něco změnit, obraťte se prosím na pořadatele [okolo.vlasti@vlastiborice.cz].



Další info

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 nápojů a pochoutek z rožně, resp. z udírny.

Pravidla

Běh se řídí pravidly normální lidské slušnosti, je zakázáno podvádění a nesportovní chování. Pořadatel si vyhrazuje právo bez náhrady diskvalifikovat závodníka dle svého uvážení. Na dodržování pravidel se pokusí dohlížet pořadatelé a tajné kontroly na trati, ale věřím, že to nebude třeba. Běháme přeci pro radost. :-]

Lékařská pomoc bude zajištěna v prostoru startu a cíle. 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 tří závodů měřen elektronickou čipovou časomírou firmy Sport-Base timing.





Pamětní tričko



Ilustrační foto

Jasně že triko bude

Stejně jako v minulých letech připravujeme pamětní triko. Autorkou bude opět akademická malířka Zuzana Kadlecová [www.zuzanakadlecova.cz], graficky vše doladí grafik Tomáš Vacek [www.tomvacek.cz]. Pro letošek se vracíme k cenově dostupnější technologii sítotisku, objednat můžete bavlnu a/nebo polyester. Design bude překvapení! (No tak jo, přiznávám, nemáme to ještě hotové. :-P).

Cena trička je 160, resp. 200 Kč.

[Obrázky zde jsou pouze ilustrační!]

Pozor na termín objednání!!!

Objednávka:

Pokud chcete tričko **v den závodu**, je nutné je objednat (ideálně v rámci on-line registrace, ale lze i zvlášť mailem)

do 22. 5. 2019!!!

Let's run together!





1/2 maraton

Start:

15. 6. 2019 v 11 hodin

Registrace:

- on-line do 22. 5. 2019 – 200 Kč
- on-line do 12. 6. 2019 – 300 Kč
- registrace na místě – 500 Kč

Vypsané kategorie:

Mužské: 0–44, 45–59, 60 a více
Ženské: 0–44, 45–59, 60 a více

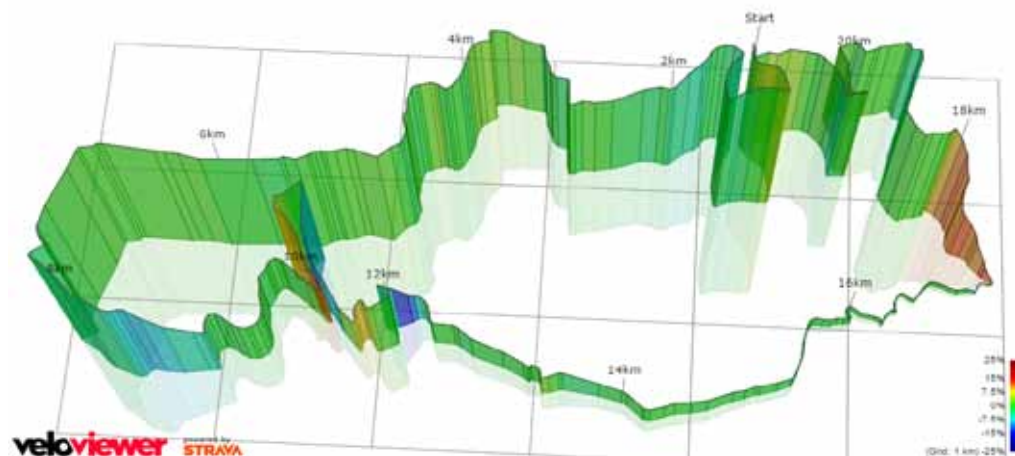
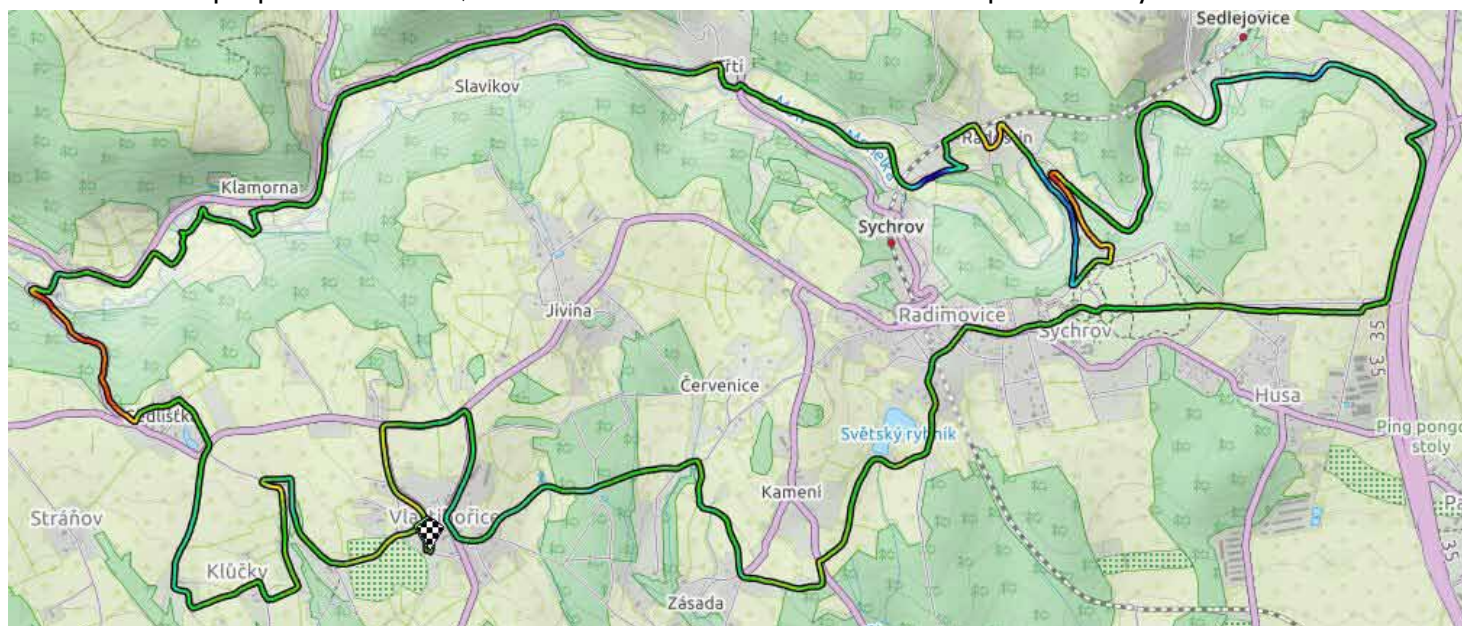
Časový limit: 3 hodiny

Trasa

21,1 km: Vlastibořice – Zásada – Radimovice – zámek Sychrov – Žďárek – Radostín – Třtí – Klamorna – Trávníček – Sedlíščka – Klučky – Vlastibořice

Povrch – 2/3 asfalt, 1/3 polní a lesní cesty.

Není nutné mapu příliš studovat, trasa bude značená. Na trati nastoupáte necelých 400 m.





Popis trati

Trasa závodu je navržena tak, aby si většina účastníků závod pokud možno co nejvíce „užila“. Primární snahou stavitele bylo zařadit co nejvíce oku lahodících partií v okolí naší obce. Vzhledem k převýšení a pasážím mimo asfalt překonáte osobní rekord pravděpodobně pouze v případě, že poběžíte půlmaraton prvně, a protože ani ceny pro vítěze vypsány nejsou, nemá zjevně smysl bičovat své ego a někam se nesmyslně hnát. Lepší je se kochat a s někým sympatickým si cestou hezky popovídat.:-]

Po startu u koupaliště a krátkém stoupání nad ves si první kilometry vychutnáte především po zvlněných loukách, na horizontech s výhledem na **sydrovský zámek** a snad i vzdálenější Frýdštejn, rozhlednu Kopaninu, Kozákov. Po průběhu Radimovicemi vás trasa skrz zámecká nádvoří zavede do zámeckého parku. Dobře se dívejte, tudy běžně běhat nejde!

Pak se povrch na delší dobu změní na asfaltový. Určitě nepřehlédnete letitou Rohanovu alej, kde bude k dispozici první občerstvení. Milovníci rychle jedoucích 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 **Arturova hradu**, v jehož blízkosti vás jistě notně rozradostní občerstvení a téměř tajná kontrola, a potom Radostína, kde se po přeběhu dvou můstků radují prostě všichni.

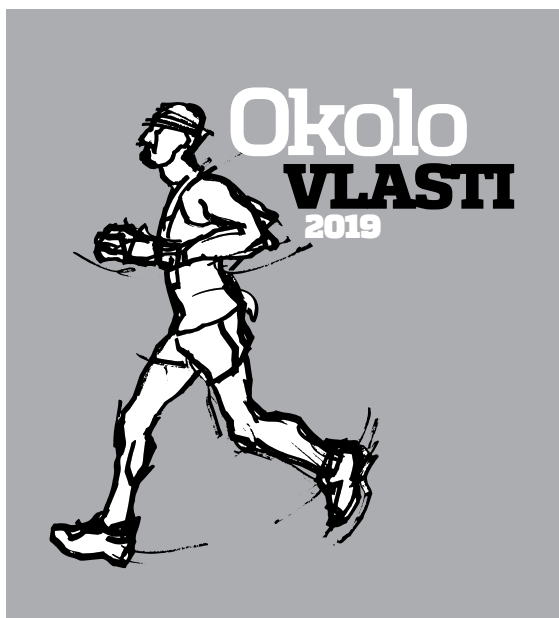
Následuje lesní přírodní sešup zpět do údolíčka a pár set metrů po podběhnutí monumentálního **sydrovského železničního viaduktu** opět asfaltová silnice. Další pár kilometrů se mírně klesající a ke zrychlení vybízející silnice klikatí nivami podél meandrující Mohelky, která naopak láká ke zpomalení a skoku do chladného proudu. Méně romanticky založení vytrvalci se již jistě budou rozmrzele rozhlížet po okolních strmých svazích a přemýšlet, co nedobrého z toho asi vzejde. Přežijí-li ve zdraví přeběh lávky a romantickou pěšinu krouťící se spolu s Mohelkou ke starému mlýnu, dočkají se hned po průběhu vsí s jasně relaxačně laděným jménem Trávníček, kde je trasa během jednoho kilometru vyvede o 100 metrů výše.

Běžce po **kopci Trávníčáku** čeká rázovitá vesnička Sedlíščka včetně jejích obyvatel, seběh na 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 asfaltové stoupáníčko před finišem.

Občerstvení

Přibližně po pěti kilometrech.

V případě, že běžci chtějí mít na občerstvovacích stanovištích své osobní občerstvení, je potřeba ho odevzdat při prezentaci (minimálně 30 minut před startem!). Musí být označené startovním číslem a označením občerstvovací stanice [5 km, 10 km, 15 km].



Co máte v ceně?

V ceně startovního je:

- občerstvení na trati, voda v cíli
- značení trati, zajištění elektronické časomíry
- diplomy pro všechny účastníky ke stažení z internetu
- bohatá fotogalerie zdarma
- závodní číslo se jménem závodníka [pro přihlášené do 1. 6. 2019]

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.

Kdo může běžet?

Závodě se smějí zúčastnit osoby starší 18 let, mladší pouze s písemným souhlasem zákonného zástupce.

ROHOZECKÝ PŮLMARATÓNSKÝ POHÁR

Půlmaraton Okolo Vlasti je druhým závodem 2. ročníku ROHOZECKÉHO PŮLMARATÓNSKÉHO POHÁRU. Dalšími závody tohoto seriálu jsou:

15. 6. 2019 Okolo Vlasti (21,1 km)

8. 9. 2019 Běh městem Mladá Boleslav (21,1 km)

28. 9. 2019 Rychnovský Svatováclavský půlmaraton (21,1 km)

Více na <http://www.rpp.estranky.cz>.

Celkové vyhlášení poháru včetně předání cen proběhne po posledním závodě série v Rychnově u Jablonce nad Nisou.





Kros

Start:

15. 6. 2019 v 15 hodin

Registrace:

- on-line do 22. 5. 2019 - 150 Kč
- on-line do 12. 6. 2019 - 200 Kč
- registrace na místě - 400 Kč

Vypsané kategorie:

Mužské: 0-12, 13-16, 17-44, 45-59, 60 a více

Ženské: 0-12, 13-16, 17-44, 45-59, 60 a více

Trasa

7 km: Vlastibořice – Jivina –
Beranův mlýn – Sedlíščka –
Vlastibořice

Povrch – 10% asfalt, 90% polní
a lesní cesty, louky.

Není nutné mapu příliš studovat,
trasa bude značená.

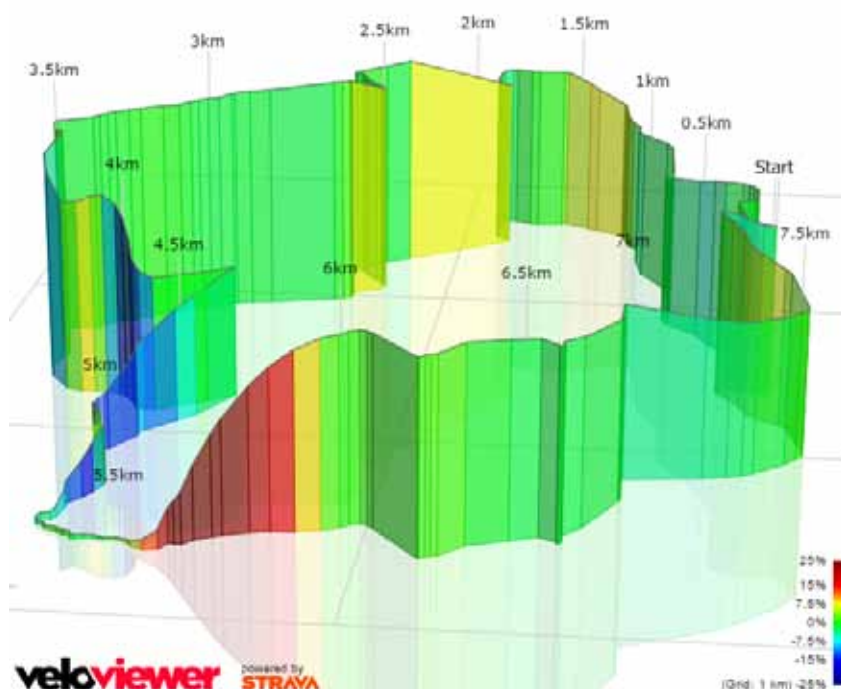
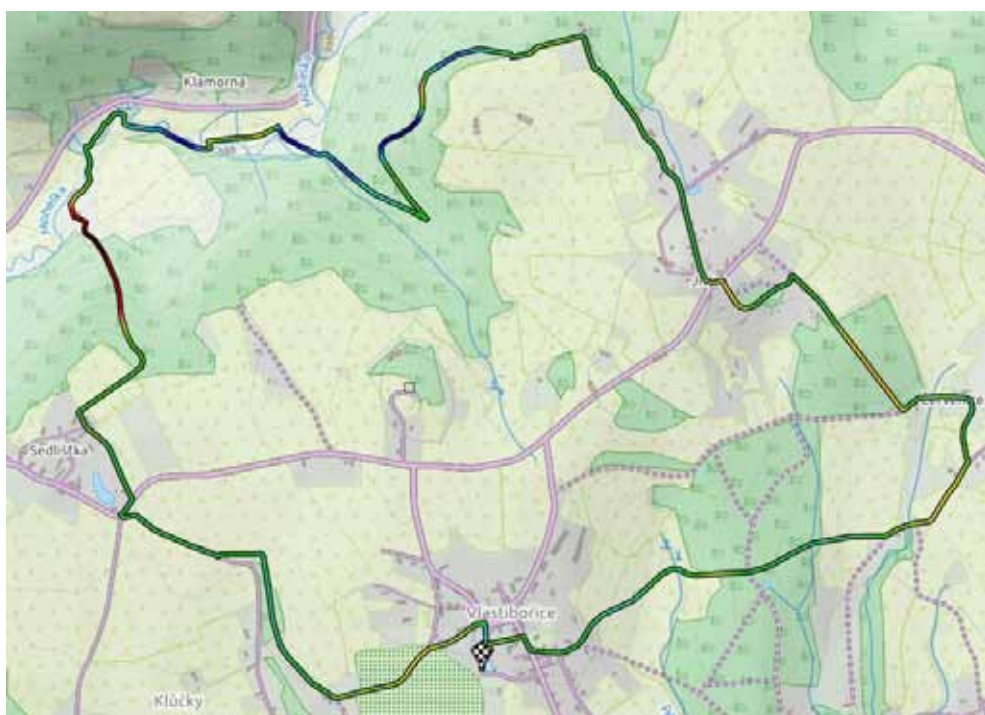
Na trati nastoupáte přes 150 m.

Popis trati

Zlikvidujte se s úsměvem na
rtech!

Na tenhle běh určitě nikdy nezapomenete.
Čeká vás pořádný krpál, louky, lesy
a romantické a osvěžující brody.

Titul největšího Drsoně rozhodně nebude
zadarmo!





Co máte v ceně?

V ceně startovného je:

- občerstvení na trati, voda v cíli
- značení trati, zajištění elektronické časomíry
- diplomy pro všechny účastníky ke stažení z internetu
- bohatá fotogalerie zdarma
- závodní číslo se jménem závodníka [pro přihlášené do 1. 6. 2019]

Občerstvení

Přibližně na 5. kilometru

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.

Kdo může běžet?

Závodu se smějí zúčastnit osoby starší 18 let, mladší pouze s písemným souhlasem zákonného zástupce.





Dobročinný HomeRUN

Start:

15. 6. 2019 ve 14 hodin, bez časomíry pak po celý den

Registrace:

- 50 Kč, registrace po 1. 6. 2019 bez personifikovaného čísla

Vypsání kategorie:

Chlapci: 0-5, 6-8, 9-11, 12-14, starší bez vyhlášení

Dívky: 0-5, 6-8, 9-11, 12-14, starší bez vyhlášení

Popis

Rodinný a dětský charitativní běh o délce cca 1000 metrů. Poběží nebo půjde se po trávě a dále po uzavřené cestě v intravilánu obce.

Startovné vybrané na tento závod bude v plné výši předáno stacionáři pro osoby s kombinovaným postižením DOMOV TEREZA a zařízení pro výchovu a vzdělávání mládeže s mentálním a kombinovaným postižením DOMOV RASPENAVA. Na oba Domovy můžete přímo přispět i v rámci on-line registrace.

Co máte v ceně?

V ceně startovného je:

- voda v cíli
- značení trati, zajištění elektronické časomíry
- diplomy pro všechny účastníky ke stažení z internetu
- bohatá fotogalerie zdarma
- závodní číslo se jménem závodníka [pro přihlášené do 1. 6. 2019]
- dobrý skutek :-]

Bezpečnost

Každý startuje na vlastní nebezpečí, doporučuje se lékařská prohlídka. Startovné nezahrnuje pojištění.