



TJ Sokol Senohraby - lyžařský oddíl

pořádá

„Kyfův Jarní běh“

61.ročník přespolního a lesního běhu

Závod je věnován kamarádovi běžci-lyžaři Kyfovi Kohoutovi

Dobrovolné startovné bude věnováno ve prospěch organizace RUAH <https://www.ruah.cz/>

Bodovaný závod Poháru Ladova kraje 2023/24, závod KSL Středočeského kraje.

Veřejný závod pro všechny věkové a výkonnostní ktg.

Čtvrtek 18.4. 2024 od 17hod.

Senohraby-Hrušov, louka pod bývalým lyžařským můstkem

Přihlášky: Doporučené předem na webu <http://www.sose.cz/>

Na místě od 17h, nejpozději vždy 15min před startem dané ktg.

Prezentace: na místě nejpozději vždy 15min. před startem dané ktg.

Start první ktg. v 17.30h, další bezprostředně navazují!

Kategorie a délky tratí:

Pidižáci, pidižákyně	roč. 2019 a ml	100 m	louka
Předžáci, předžákyně	roč. 2017 - 18	300 m	louka
Minižáci, minižákyně	roč. 2015 - 16	700 m	k Husovi
Nejmladší žáci, žákyně	roč. 2013 - 14	1 km	louka + k Husovi
Mladší žáci, žákyně	roč. 2011 - 12	1,8 km	louka + brod na „2 louce“
Starší žáci, žákyně	roč. 2009 - 10	3 km.	Hláška

Vyhlášení zákovských závodů po doběhu poslední zákovské ktg.

Start dorostu a dospělých v 18.30h

Dorostenci	roč.2008 - 06	4,7 km	18.30 h	louka + Hláška + hřeben
Muži a Junioři	roč. 2005 a starší	4,7 km	18.30 h	louka + Hláška + hřeben
Dorostenky	roč. 2008 - 06	3 km	18.30 h	Hláška
Ženy a Juniorky	roč. 2005 a starší	3 km	18.30 h	Hláška

Vyhlášení dorostu a dospělých po doběhu posledního závodníka

Značení: Fáborky, šipky na zemi

Tratě: Louky a lesy v údolí mezi Hrušovem a Hláskou po obou březích Mnichovky. Trať 3 + 4,7 km trat je vedena přes zříceninu hradu Hláška. 4,7 km dále po hřebeni nad Mnichovkou zpět do cíle s jedním dlouhým stoupáním a dlouhým seběhem.

Občerstvení: V cíli voda se šťávou (čaj)

Výsledky: Budou zveřejněny: <http://www.sose.cz/>

Bodování Pohár Ladova kraje: <https://www.laduv-kraj.cz/pohar-ladova-kraje>

Ceny: Diplomy a drobné věcné ceny pro první 3 v každé kategorii. Pro nejmladší malá odměna pro každého v cíli

Ustanovení:

-Závodí se dle Pravidel lyžařských závodů a jeho dodatků (běh na lyžích), SŘ. 202/24, podle pravidel PLK 2023/24 a znění tohoto rozpisu.

-Každý závodník přihláškou do závodu stvrzuje vlastní zodpovědnost za svůj zdravotní stav a připravenost k závodu, u osob mladších 18let zodpovídají rodiče nebo doprovod. Členové SLČR respektive ČUS jsou pojištěni souhrnnou smlouvou u pojišťovny Kooperativa. Viz. <https://www.czech-ski.com/userfiles/dokumenty/207/urazove-pojisteni-informace.pdf>

-Každý závodník svou přihláškou do závodu zároveň souhlasí se zveřejněním svých osobních údajů (jméno, ročník, oddíl) ve startovní a výsledkové listině, ve zpravodajství ze závodu (web, FB, tisk) a pořizováním foto+ video dokumentace.

Doprava:

Vlakem - z Prahy Hl. n. - cesta trvá zhruba 45 min. + 15min. z nádraží ke startu. Autem-po dálnici D1, v Mirošovicích sjezd na rychlostní silnici na Benešov, druhá odbočka doprava do Senohrab, dále obcí stále po hlavní silnici až dolů do údolí do místní části Hrušov, kde u velkého domu s věžičkou „Valencie“ odbočit doprava na parkoviště. Cesta z parkoviště na start cca 3 min. Vlakem - z Benešova - cesta vlakem trvá zhruba 16 min. + 15 min. z nádraží ke startu. Pozor na možné dopravní omezení na přístupových silnicích do Senohrab!

Kontakt: Jan Oberlander mob.774417044, e-mail: skise@centrum.cz

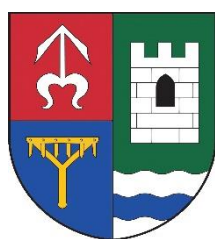
Činovníci závodu: A.Skořepová, L.Kunstová, B.Anderlová, R.Šimečková, L.Pancířová, E.Spilková, J.Spilková, M.Doupovcová, P.Kohout, M.Kočovský, J.Veselý, J.Štastný, J.Oberlander, M.Svoboda, K.Kumsta

STK Pohár Ladova kraje: Miloš Smrčka e-mail: msmrcka@seznam.cz

Zakladateli závodu jsou Jitka a Ála Syrovatský se svými tehdejšími spolupracovníky.

<http://www.sose.cz/>

<https://www.laduv-kraj.cz/uvod>



Obec Senohraby

