

Spolky KOPEC a BONBON
pořádají ve čtvrtek 21. dubna 2022

 JARDŮV KOPEC

XXIV. ročník běhu do kopce,
bodovaný závod v Běžích do kopců v Praze a okolí pro sezónu 2022
bodovaný závod v Poháru BONBON pro sezónu 2022

MÍSTO KONÁNÍ: Praha 6, V Šáreckém údolí, u stanice MHD BUSU 116 Na Mlýnku
START : před domem č. 84
GPS: 50.1134758N, 14.3736822E

- v 18:00 juniorky, ženy
- v 18:10 muži 60 a více let
- v 18:20 muži 40 – 59 let
- v 18:30 junioři a muži do 39 let

DÉLKA TRASY: 2.100 m
PŘEVÝŠENÍ : 120 m
POVRCH TRATĚ: polní a lesní cesty, část může být značně blátivá, prvních 500m prudší asfalt
PŘIHLAŠOVÁNÍ: v místě startu nejpozději 15 min. před startem kategorie !!!
ŠATNY : U startu, pod širým nebem
VYHLAŠOVANÉ

KATEGORIE :	Junioři	rekord z r. 2015 Martin Semerád	8:14
	Muži do 39 let	rekord z r. 2003 Jan Hřích	7:34
	Muži 40 až 49 let	rekord z r. 1999 Miloš Smrčka	8:07
	Muži 50 až 59 let	rekord z r. 2010 Miloš Smrčka	8:33
	Muži 60 až 69 let	rekord z r. 2002 Jaroslav Čech	9:22
	Muži 70 let a více	rekord z r. 2011 Jaroslav Čech	10:47
	Juniorky	rekord z r. 2011 Carmen Idris Beshirová	9:19
	Ženy do 34 let	rekord z r. 2007 Iva Mílesová	8:43
	Ženy 35 až 44 let	rekord z r. 2021 Helena Poborská	10:30
	Ženy 45 až 54 let	rekord z r. 2021 Jarmila Herbst	10:41
	Ženy 55 až 64 let	rekord z r. 2017 Helena Vavrušová	11:22
	Ženy 65 a více let	rekord z r. 2021 Květa Valentová	14:16

STARTOVNÉ : 50,- Kč , junioři a důchodci nad 70 let dobrovolně
VYHLÁŠENÍ: v místě startu jen nejrychlejší muž a žena, kolem 19. hodiny
VÝSLEDKY: kompletní výsledky na internetu <http://behdokopcu.cz> a <http://bonbon.webzdarma.cz>

PRAVIDLA: Účastníci startují na vlastní nebezpečí, nejsou organizátorem speciálně pojištěni a pořadatel nepřebírá za žádného účastníka ani jeho doprovod a diváky zodpovědnost za újmy na zdraví a majetku. Účastníci jsou povinni řídit se pravidly Českého atletického svazu, zejména **upevnit startovní číslo tak, aby bylo čitelné zpředu**, dále dodržovat pokyny pořadatelů a policie. Je zakázáno jakkoli si zkracovat trať závodu, používat nepovolené podpurné prostředky a vůbec jinak šidit a podvádět. **Neplnoletí startují se souhlasem rodičů. Vzhledem k charakteru trati není zde povolen start běžců se psy!!!**

Pokud někdo bude chtít trať závodu absolvovat se svým 4-nohým miláčkem, může tak učinit nejdříve 5 minut po startu poslední vlny. Poběží zcela mimo závod a pořadatelé mu nezajišťují žádný servis. Závodníci svým startem vyjadřují souhlas se zveřejněním fotografií z trati závodu.

SPOJENÍ: **bud'** **Metro A Dejvická, z posledního vagónu do vestibulu a schody vlevo k BUSu 116,**
Odjezdy 116 z Dejvické: 15:04, 15:44, **16:24, 17:04** (17:44) do stanice Na Mlýnku a 300m zpět, doba jízdy je 15 minut.
nebo **Metro A Hradčanská a busem č. 131 do stanice U Matěje, doba jízdy 10 min., odtud dopředu a mírně vpravo po asfaltové cestě a po 200m vpravo dolů (nejprve schody a pak prudký asfalt, cca 10min. od busu ke startu)**
zpět k metru A bus č. 116: 18:48, 19:32 od startu. // 20:28, 21:28, 22:28 od ohně a špekáčků (bez záruky, ve vlastním zájmu ověřte před konáním běhu)

OBČERSTVENÍ: po doběhu voda
POZVÁNKA: Po vyhlášení (asi od 19:30) se koná 1 km od startu směrem k Vltavě v č. 62 přátelské posezení u ohně. Všichni účastníci závodu jsou srdečně zváni. Zde bude připraveno lahvové pivo, nealko nápoje, káva, čaj a tradiční **ŠPEKÁČKY**.

INFORMACE: Jarda Macák, tel. 723 700 991 / jamacak@centrum.cz (Kopec)
Jana Požgayová, tel. 608 077 360 / pozgi@centrum.cz (BONBON)

