



TJ Sokol Senohraby - lyžařský oddíl

pořádá

„Jarní běh pod lyžařským můstkem Hrušov“

59. ročník přespolního a lesního běhu (bývalý Jarní běh U Kanálu)

Bodovaný závod Junior cup Běžec Podblanicka 2022, Poháru Ladova kraje 2021/22, přípravný závod KSL Středočeského kraje. Veřejný závod pro všechny věkové a výkonost. ktg.

Čtvrtek 21.4. 2022 od 16.30 hod.

Senohraby-Hrušov, louka pod bývalým lyžařským můstkem

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

Na místě od 16.30h, nejpozději vždy 15min před startem dané ktg.

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

Kategorie, délky tratí a časový program:

Pidižáci, pidižákyně	roč. 2017 a ml	100 m	17h	louka
Předžáci, předžákyně	roč. 2015 - 16	300 m	17.05h	louka
Minižáci, minižákyně	roč. 2013 - 14	700 m	17.10h	k Husovi
Nejmladší žáci, žákyně	roč. 2011 - 12	1 km	17.20h	louka + k Husovi
Mladší žáci, žákyně	roč. 2009 - 10	1,8 km	17.30h	louka + brod na „2 louce“
Starší žáci, žákyně	roč. 2007 - 08	3 km.	17.45h	Hláška

18h vyhlášení žákovských ktg.

Dorostenci	roč.2006 - 04	4,7 km	18.30 h	louka + Hláška+ hřeben
Muži a Junioři	roč. 2003 a starší	4,7 km	18.30 h	louka + Hláška+hřeben
Dorostenky	roč. 2006 - 04	3 km	18.30 h	Hláška
Ženy a Juniorky	roč. 2003 a starší	3 km	18.30 h	Hláška

19.15h vyhlášení dorostenců a dospělých

Značení: Fáborky, šipky na zemi

Tratě: Louky a lesy v údolí mezi Hrušovem a Hláskou po obou březích Mnichovky. Trat 3 + 4.7km trat je vedena přes zříceninu hradu Hláška. 4.7km dále po hřebeni nad Mnichovkou zpět do cíle s jedním dlouhým stoupáním a dlouhým seběhem.

Občerstvení: V cíli voda se štávou (čaj)

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

Bodování Junior cup Běžec Podblanicka: <http://www.bezeczpodblanicka.cz/juniorka2020>

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

Startovné: Dobrovolné

Ustanovení:

-Závodí se dle Pravidel lyžařských závodů a jeho dodatků (běh na lyžích), SŘ. 2021/22 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 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. Autem-po dálnici D1, v Mirošovicích sjezd na rychlostní silnici na Benešov, druhá odbočka do prava do Senohrab, dále obcí stále po hlavní silnici až dolů do údolí do místní části Hrušov, kde u velkého domu s věžičkou „Valencie“ odbočit do prava na značené parkoviště. Cesta z parkoviště na start cca 3 min. Vlakem - z Benešova - cesta trvá zhruba 16 min. Pozor na možné dopravní omezení na přístupových silnicích do Senohrab!

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

Činovníci závodu: Alena Skořepová, Lenka Kunstová, Mírek Kočovský, Jan Veselý, Iva Veselá,
Martina Doupovcová, Bára Anderlová, Jana Spilková, Míla Svoboda, Jan Štastný,
Petr Doupovec, Petr Štolba, Luboš Růžička, Radek Skořepa

STK Junior cup Běžec Podblanicka: Zdeněk Rada e-mail: unirealitni@seznam.cz

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

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

V Senohrabech 31.3. 2022



LADŮV KRAJ 



POMOC UKRAJINĚ

CZECH SKI & SNOWBOARD SINCE 1903

NABÍDNĚTE PŘÍMOU POMOC
www.pomahejukrajne.cz

HUMANITÁRNÍ POMOC | ČLOVĚK V TÍSNI
www.clovekvtsni.cz

VELVYSLANECTVÍ UKRAJINY V ČR
Číslo účtu: 304452700/0300

POMOC PŘÍMO NA MÍSTĚ | SOS ADRA
www.adra.cz

ZDRAVOTNICKÁ POMOC | ČERVENÝ KŘÍŽ
www.cervenykruz.eu

KOMPLETNÍ PŘEHLED POMOCI
www.stojimezaukrajinou.cz

