

PŘESPOLNÍ BĚH



nad Modřanskou roklí



PRAGUE BRITISH
INTERNATIONAL SCHOOL
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

praha12

veřejný závod

16. ročník, neděle 14.4.2019

Pohár Pražských Běžeckých Nadějí 2019

Výhodnější je on-line registrace, která končí 10.4.2019. Max. počet startujících je 400. On-line reg. na: <http://results.bezeckenadeje.cz/events/prespolni-beh-nad-modranskou-rokli-16-rocnik/>. Žádáme závodníky a hlavně rodiče nejmladších dětí, aby si přišli vyzvednout svá startovní čísla s dostatečným předstihem. Přejeme hezké zážitky ze závodu a hodně štěstí.

Časy, čísla hromadných startů, kategorie (rozhoduje ročník narození) a délky tratí:

| | | | | | |
|---------------|---|------|---------------|---|----------|
| 9:30 | 1 - žáci starší 14 – 15 let | PPBN | (2005 – 2004) | ▶ | 3 300 m |
| 9:30 | 2 - dorostenky 16 – 17 let | PPBN | (2003 – 2002) | ▶ | 3 300 m |
| 9:30 | 3 - juniorky 18 – 19 let | | (2001 – 2000) | | 3 300 m |
| 9:30 | 4 - děti 4 roky (samy nebo s rodičem) | | (2015) | ▶ | 50 m |
| 9:35 | 5 - nejmladší děti do 3 let (samy n. s rodičem) | | (2016...) | | 50 m |
| 9:55 | 6 - benjamínky mladší 5 let | | (2014) | ▶ | 320 m |
| 10:05 | 7 - benjamínci mladší 5 let | | (2014) | | 320 m |
| 10:15 | 8 - benjamínky starší 6 – 7 let | | (2013 – 2012) | | 320 m |
| 10:25 | 9 - benjamínci starší 6 – 7 let | | (2013 – 2012) | ▶ | 320 m |
| 10:40 | 10 - dorostenci 16 – 17 let | PPBN | (2003 – 2002) | | 6 000 m |
| 10:40 | 11 - junioři 18 – 19 let | | (2001 – 2000) | | 6 000 m |
| 10:40 | 12 - ženy C 45 – 54 let | | (1974 – 1965) | ▶ | 6 000 m |
| 10:40 | 13 - ženy D 55 – 84 let | | (1964 – 1935) | | 6 000 m |
| 10:40 | 14 - muži E 65 – 74 let | | (1954 – 1945) | | 6 000 m |
| 10:40 | 15 - muži F 75 – 84 let | | (1944 – 1935) | | 6 000 m |
| 10:40 | 16 - děvčata mladší 8 let | | (2011) | ▶ | 640 m |
| 10:50 | 17 - kluci mladší 8 let | | (2011) | | 640 m |
| 11:00 | 18 - děvčata 9 let | | (2010) | | 640 m |
| 11:10 | 19 - kluci 9 let | | (2010) | ▶ | 640 m |
| 11:40 | 20 - kluci starší 10 – 11 let | PPBN | (2009 – 2008) | ▶ | 1 000 m |
| 11:50 | 21 - děvčata starší 10 – 11 let | PPBN | (2009 – 2008) | | 1 000 m |
| 12:00 | 22 - žákyně mladší 12 – 13 let | PPBN | (2007 – 2006) | ▶ | 1 000 m |
| 12:20 | 23 - ženy A 20 – 34 let | | (1999 – 1985) | | 10 000 m |
| 12:20 | 24 - ženy B 35 – 44 let | | (1984 – 1975) | | 10 000 m |
| 12:20 | 25 - muži A 20 – 34 let | | (1999 – 1985) | ▶ | 10 000 m |
| 12:20 | 26 - muži B 35 – 44 let | | (1984 – 1975) | | 10 000 m |
| 12:20 | 27 - muži C 45 – 54 let | | (1974 – 1965) | | 10 000 m |
| 12:20 | 28 - muži D 55 – 64 let | | (1964 – 1955) | | 10 000 m |
| 12:20 | 29 - žáci mladší 12 – 13 let | PPBN | (2007 – 2006) | ▶ | 2 000 m |
| 12:20 – 12:40 | 30 - žákyně starší 14 – 15 let | PPBN | (2005 – 2004) | ▶ | 2 000 m |

Start a cíl je na louce U Liščích děr, za areálem Prague British International School (PBIS), (Brunelova 960/12), nad retenční nádrží a bývalým lomem. **Čísla a špendlíky se vracejí!**

Registrace: On-line nebo v den závodu v PBIS, nejpozději 20 min. před startem své kategorie.

Startovné: On-line reg.: Dospělí 50 Kč, dorost 30 Kč, žactvo (do 15 let) 0 Kč. Na místě: 80 Kč.

Doprava: GPS souřadnice: 50.003567°N 14.451234°E. Do zastávky Sídliště Libuš – bus 215 (konečná) z metra Kačerov, bus 165 z metra Háje/ Opatov, ze směru Zbraslav/ Komořany/ Modřany. Do zastávky Jirčanská – bus 197 z metra Smíchovské nádraží/ Háje. Do zastávky Sídliště Modřany – tramvaj 17. Do Nádraží Modřany – vlak (trať 210).

Šatny, sprchy a toalety: V Prague British International School.

Občerstvení po závodech: Čaj, voda, sušenky. Podle možností pořadatele.

Upozornění: Závod probíhá v chráněném území, od všech vyžadujeme ohleduplné chování. Přírodní památka Modřanská rokle a přírodní park Modřanská rokle – Cholupice podléhají ochrannému režimu. Nechodte mimo stávající cesty. Každý účastník závodu startuje na vlastní nebezpečí se všemi důsledky z toho plynoucími a nese odpovědnost za svůj zdravotní stav, ověřený lékařem v posledním roce. Za mládež zodpovídají trenéři, resp. rodiče. Tretry od tratě 3300 m výše nedoporučujeme. Za odložené věci pořadatel neručí (ani v šatnách). Parkoviště školy bude otevřeno do 15 hodin.

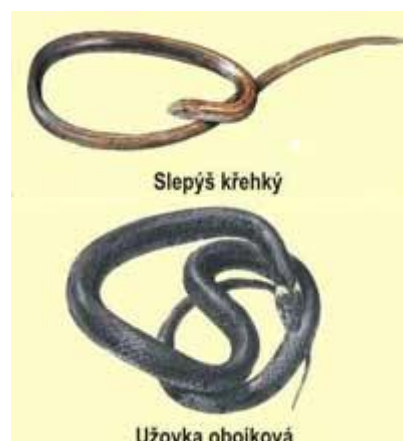
Informace: <http://www.praha12.cz/prespolni-beh-nad-modranskou-rokli>, nebo Jiří Kalista, Machuldova 13/ 575, 142 00 Praha 411, e-mail: jirikalista@seznam.cz, telefony: Mobil – 604 972 334, zaměstnání – 2 6113 2783.

Výsledky: Vyhlášení vítězů budou probíhat u startu průběžně po doběhnutí jednotlivých kategorií a zpracování výsledků, které pak najdete na internetu.

Traťové rekordy: Na trati 10 000 m kraluje Václav Janoušek z SK Spartak Praha 4 výkonem 34:08 (2012). V kategorii žen byla desítka vyhlášena loni poprvé, nejrychlejší byla Markéta Bláhová - 53:35. Kamila Gregorová (Kerteam) zaběhla nejrychleji trať 8 000 m - 30:46 (2013).

Ceny: První tři závodníci v kategorii získají diplom, medaili a cenu podle možností pořadatele.

Modřanská rokle: Obojživelníci: Modřanská rokle poskytuje domov i několika druhům plazů. Ještěrka obecná vyhledává suchá a slunná místa, slepýši křehkému vyhovuje naopak stín a vlhko v lesním porostu. Při hezkém počasí můžeme spatřit jediného hada Modřanské rokle – užovku obojkovou. Zdržuje se především v blízkosti stojaté vody, kde loví žáby, které jsou její hlavní potravou. Dříve se na sušších stanovištích v Modřanské rokli vyskytovala také zmije obecná. V posledních letech však nebyla její přítomnost prokázána. Tímto příspěvkem jsme dokončili představení celé naučné stezky Modřanskou roklí. Tato naučná stezka je již minulostí, na Den země 2017 byla otevřena stezka nová.



Závod sponzorují:

praha12

...Váš interier s.r.o.
<http://vasinterier.com/>

SoucekFoto
fotografické a video služby
SOUCEKFOTO.COM

