

SK Spartak Žandov z.s. pořádá v neděli
11. listopadu 2018 24. ročník lesního běhu

ŽANDOVSKÁ DESÍTKA

Běh je závěrečným závodem okresní běžecké ligy (XXII. ročník) 2018

Prezentace: od 8:00 hod. v turistické chatě SK (vedle areálu koupaliště směrem na Volfartice)
minimálně 0,5 hod. před startem kategorie.

Startovné: dospělí 50,- Kč, junioři 20,- Kč, dorost a žactvo zdarma.

Trať: hlavní závod na 10 km - 3 km asfalt, 7 km lesní zpevněné cesty převýšení 120 m, pro mládež kratší tratě od 100 m.

Ceny: finanční pro první tři v každé kategorii hlavního závodu, ostatní kategorie a mládež věcné ceny.
Zvláštní ceny i pro první tři běžce (běžkyně) z města Žandov či okolních obcí.

Za překonání traťového rekordu - první závodník v kategorii mužů (**30:38,1 min.**) a žen (**36:40,6 min.**) získává prémii 600,- Kč.

Občerstvení: pro závodníky v cíli zajištěn čaj, sušenky, pivo, párek.

Ubytování: je možné v omezené míře v turistické chatě - zdarma, nutno předem telefonicky nebo písemně oznámit.

Poznámka: závodníci startují na vlastní nebezpečí, za zdravotní stav závodníků zodpovídá vysílající složka, u neregistrovaných, závodník sám za děti rodiče, trenéři.

Informace: Oldřich Slaměný, Pod Dubovkou 261, 471 07 Žandov u České Lípy.,
tel. byt: 487 856 276, mobil: 725 191 961, e-mail: o-slameny@seznam.cz

Hlavní sponzoři:

Město Žandov

Sauer Žandov, a.s. – výroba kompresorů

Kategorie a časový plán:

Start – hod.	Kategorie	Ročník	Trať
9:30	Dívky do 5 let	2013 a ml.	100 m
9:30	Chlapci do 5 let	2013 a ml.	100 m
9:35	Žákyně do 7 let	2012 - 11	200 m
9:40	Žáci do 7 let	2012 - 11	200 m
9:45	Žákyně do 9 let	2010 - 09	500 m
9:50	Žáci do 9 let	2010 - 09	500 m
10:00	Žákyně do 11 let	2008 - 07	1000 m
10:10	Žáci do 11 let	2008 - 07	1000 m
10:20	Mladší žákyně	2006 - 05	1000 m
10:30	Mladší žáci	2006 - 05	1000 m
10:40	Starší žákyně	2004 - 03	1000 m
10:50	Starší žáci	2004 - 03	2000 m
10:50	Dorostenky	2002 - 01	2000 m
11:05	Mílařky (vložený závod)	Bez rozdílu věku	4000 m
11:05	Mílaři (vložený závod)	Bez rozdílu věku	4000 m
11:05	Dorostenci	2002 - 01	4000 m
11:05	Juniorky	2000 - 99	4000 m
11:30	Muži A (hlavní závod)	1998 - 79	10000 m
11:30	Veteráni B do 49 let (hlavní závod)	1978 - 69	10000 m
11:30	Veteráni C do 59 let (hlavní závod)	1968 - 59	10000 m
11:30	Veteráni D do 69 let (hlavní závod)	1958 - 49	10000 m
11:30	Veteráni E nad 70 let (hlavní závod)	1948 a starší	10000 m
11:30	Ženy A (hlavní závod)	1998 - 84	10000 m
11:30	Junioři (hlavní závod)	2000 - 99	10000 m
11:30	Ženy veteránky B do 44 let (hlavní závod)	1983 - 74	10000 m
11:30	Ženy veteránky C nad 45 let (hlavní závod)	1973 a starší	10000 m

Pořadatel si vyhrazuje právo při malé účasti závodníků v některé z kategorií tyto spojit a urychlit časový plán. Pořadatel si rovněž vyhrazuje právo při nezpůsobilém terénu plánované tratě (zejména u mládežnických kategorií) tuto změnit a zvolit náhradní trasu i délku tratě. Závodníci budou včas informováni.