



## 31. ROČNÍK V BĚHU NA LYSOU HORU

A

### MISTROVSTVÍ MORAVY A SLEZSKA V BĚHU DO VRCHU

Pořadatel:	Atletický oddíl TJ Jäkl Karviná ve spolupráci se statutárním městem Karviná a Horskou službou Beskydy
Datum a místo:	Sobota 30. 7. 2016 v 15:00, Krásná – Nižní Mohelnice, rozcestí k Lysé hoře. Běhy dětí se uskuteční v okolí restaurace Zlatník v 13:00 hodin, start závodu NORDIC WALKING ve 14:00.
Doprava:	Doporučujeme osobními vozy (parkoviště u restaurace Zlatník), event. autobusem MHD č. 18 z Frýdku-Místku. Odjezd v 11:35 směr Vyšní Mohelnice – Visalaje, zastávka Zlatník 12:23.
Přihlášky:	Restaurace Zlatník cca 1 km od startu ve směru na Visalaje v době od 12:30 do 14:30. Pro Mistrovství Moravy a Slezska zasílají atletické oddíly přihlášky na e-mail <a href="mailto:MichalBroda@seznam.cz">MichalBroda@seznam.cz</a> nejpozději do 28.7.2016. Nepřihlášení předem nebudou v rámci MMAŠ klasifikováni.
Běh dětí:	a) přihlášky na e-mail <a href="mailto:MichalBroda@seznam.cz">MichalBroda@seznam.cz</a> do 28. 7. 2016 b) restaurace Zlatník v době 12.00–12,50 hodin
NORDIC WALKING:	a) restaurace Zlatník v době 12.00–13,30 hodin b) přihlášky na e-mail <a href="mailto:MichalBroda@seznam.cz">MichalBroda@seznam.cz</a> do 28. 7. 2016
Startovné:	Ve výši 100 Kč uhradí každý účastník hlavního běhu. U závodu Nordic Walking a u běhu dětí se startovné neplatí.
Délka/převýšení:	8 400 m/704 m, start 609 m n. m., cíl ve výši 1 313 m n. m.
Trasa:	Z Krásné – Nižní Mohelnice po účelové komunikaci Českých radiokomunikací a. s. na Lysou horu
Podmínky účasti:	Za zdravotní stav závodníka zodpovídá vysílající oddíl, případně každý účastník sám. Přihlášením k závodu závodník současně prohlašuje, že mu jeho zdravotní stav nebrání absolvovat závod.
Kategorie:	Hlavní běh:            junioři i juniorky: 19 let a mladší muži:                20-39 let, 40-49 let, 50-59 let, 60-69 let, nad 70 let ženy:                20-34 let, 35-44 let, 45-54 let, nad 55 let

Běh dětí:      Ročník 2006 a mladší      délka tratě 300 m  
                    Ročníky 2001–2005      délka tratě 600 m

Nordic Walking: Muži OPEN, Ženy OPEN

Činovníci:      Ředitel závodu:            Eduard Krhovjak  
                    Hlavní rozhodčí:        Tomáš Owczarzy  
                    Startér:                    Edmund Kostrzewa  
                    Lékař:                      MUDr. Zdeněk Hromek

Ceny:            První 3 v každé kategorii obdrží peněžitou odměnu, diplom a pohár; první tři závodníci v Mistrovství Moravy a Slezska obdrží diplom a medaili; pro vítěze a účastníky hlavního běhu budou připraveny věcné ceny, menší upomínky a občerstvení dle možností pořadatele, pro účastníky závodu NORDIC WALKING jsou připraveny věcné ceny.

Vyhlášení výsledků:      V 18:00 v místě prezentace, tj. restaurace Zlatník. Výsledky budou zveřejněny na: [www.terminovka.cz](http://www.terminovka.cz), [www.atletika.cz](http://www.atletika.cz), [www.atletika-karvina.mzf.cz](http://www.atletika-karvina.mzf.cz), [www.behej.com](http://www.behej.com).

Šatny:            Dětské běhy: vyhlášení výsledků ve 14:00 hodin v místě prezentace. V místě startu a cíle zajištěno jen převlečení a umytí, šatny a sprchy nejsou k dispozici.

Technická ustanovení:      Osobní věci závodníků budou převezeny ze startu do prostoru cíle, za ztrátu osobních věcí pořadatel neručí, výjezdy osobních automobilů na Lysou horu jsou zakázány, návrat závodníků PĚŠKY po trase závodu nebo přes sjezdovku nad Zlatníkem cca 1:15–1:30 h chůze. Ubytování pro závodníky organizátor nezajišťuje. Organizátor si vyhrazuje právo k bezúplatnému pořizování fotografií, filmových záznamů na reklamní potřeby a prezentaci na Internetu, v médiích nebo na jiné potřeby v souladu se zákonem o ochraně osobních údajů.

Traťový rekord:      Vítek Miroslav (1972) Sport Tres Ústí nad Orlicí, čas 35:23 z roku 1997. Za překonání rekordu je vypsána finanční odměna.