

## BĚŽECKÝ POHÁR SOKOLA KRČ 2022

### Popis akce:

Seriál běžeckých závodů pro veřejnost pořádaných v průběhu roku běžeckým oddílem TJ Sokol Praha-Krč. Dva běhy startují a končí v areálu sokolovny (ulice Za obecním úřadem), další se konají na jiných místech v Praze 4 (2x Krč, 1x Michle). Za umístění v závodech se sbírají body do celkového pořadí. Součástí každého závodu jsou samostatné dětské běhy na kratších tratích.

### Závody:

- **12. dubna 2022 (úterý) od 18:00 – Cena Jana Šimsy** – jarní závod ve Velkém háji u Novodvorské – okruh po lesních cestách cca 4,5 km, start a cíl v lese nad bývalým Lesním divadlem (ulice Zálesí, MHD Sulická). Připomenutí místního patriota a majitele sanatoria Jana Šimsy. Trasa je náročnější, bude-li trať mokrá, velmi doporučujeme trailovou obuv.
- **18. května 2022 (středa) od 18:00 – Jarní běh TJ Sokol Praha-Krč** – závod v terénu v okolí Sokolovny – okruh cca 1,5 km, 3 okruhy. Start a cíl v areálu Sokolovny (ulice Za Obecním úřadem, MHD Nad rybníky). V případě deště může být trať rozbahněná. Pokud to počasí umožní, následuje posezení u ohně s opékáním buřtů.
- **24. června 2022 (pátek) od 18:00 – Běh na prázdniny** – závod na Jalodvorské louce na sídlišti Krč (za Lidlem, MHD Tempo). Vyznačený okruh 1 km, poběží se 4x. Pokud to počasí umožní, následuje posezení u ohně s opékáním buřtů.
- **20. září 2022 (úterý) od 17:00 – O krále a královnu Kapitolu** – vyřazovací závod ve „sprintech“ na asfaltovém oválu (333 m) v Michli na vrchu „Kapitol“ (ulice Týmlova/Nad Vinným potokem, MHD Pod Jezerkou). Více jednokolových běhů – kvalifikace + „play-off“ část.
- **7. října 2022 (pátek) od 17:00 – Sokolské schody (4. ročník)** – závěrečný závod seriálu, okruh v okolí Sokolovny do kopce a z kopce cca 1,25 km (individuální intervalový start), start a cíl v areálu Sokolovny (ulice Za Obecním úřadem, MHD Nad rybníky). Připomenutí Památného dne sokolstva (8. října).
- Vyhlášení celkových výsledků poháru proběhne samostatně, konkrétní podoba akce bude oznámena v průběhu roku.

### Kategorie:

- **Dětské tratě (zkrácené)**
  - Děti do 6 let (2016 a mladší) - společně
  - Děti do 9 let (2013-2015) – chlapci/dívky
  - Mládež do 12 let (2010-2012) – chlapci/dívky
- **Hlavní závod**
  - Mládež do 18 let (2006 a mladší) – chlapci/dívky
  - Dospělí do 50 let (1972-2006) – muži/ženy
  - Veteráni nad 50 let (1971 a starší) – muži/ženy
- O zařazení do kategorie rozhoduje kalendářní rok narození

### Startovné:

- 50 Kč dospělí, 25 Kč děti
- Zvýhodněné startovné: 80 (40) Kč na dva závody, 150 (80) za všech pět závodů.

### Přihlašování a registrace:

- Na místě do 10 minut před vypsáním startem závodu (později, pokud to umožní okolnosti)

## Odměny:

Poháry pro celkové vítěze a vítězky hlavních kategorií (mládež/dospělí/veteráni), medaile pro 3 nejlepší v každé kategorii v každém závodě. Účastnický odznak (placka) pro každého v cíli.

## Bodování celkového pořadí:

- Poslední závodník v kategorii v cíli získá 1 bod, dále každý v pořadí před ním o jeden bod více.
- K tomu navíc speciální bonus za umístění na předních příčkách v kategorii:
  - Koeficient = počet účastníků / 10 + 1
  - 1. místo = 6x koeficient
  - 2. místo = 4x koeficient
  - 3. místo = 3x koeficient
  - 4. místo = 2x koeficient
  - 5. místo = 1x koeficient
- Příklad: Vítěz závodu s 8 účastníky získá  $8 + 6 \cdot 1 = 14$  bodů. Třetí v závodě s 20 účastníky získá  $18 + 3 \cdot 3 = 27$  bodů. Sedmý v závodě s 9 účastníky získá 3 body.
- Do celkového pořadí se počítají max. 4 nejlepší výsledky.

## Zázemí:

Při závodech v areálu Sokolovny bude k dispozici zdejší zázemí (úschovna, šatny, sprchy, toalety). Při závodech mimo Sokol Krč zázemí **nebude**, bude možnost uložení věcí v hlídaném prostoru startu a cíle.

Na všech závodech bude volně k dispozici menší občerstvení (voda, cola, sušenky, ovoce, sladkosti).

## Ostatní pravidla a ustanovení:

- Každý účastník startuje na vlastní nebezpečí, děti se souhlasem rodičů nebo zodpovědné dospělé osoby.
- Konkrétní časový harmonogram bude pro každý závod zveřejněn zvlášť.
- Registrace končí 10 minut před vypsáním startem kategorie, pozdější přihlášení může být umožněno, pokud to dovolí okolnosti.
- Předplacené startovné na více závodů je přenosné na jinou osobu. Nevyužitá startovná se však nevrací.
- Ze závodů budou pořizovány fotografie, které mohou být umístěny na webu a sociálních sítích TJ Sokol Praha-Krč. Nesouhlas se zveřejněním vlastních fotografií je třeba explicitně vyjádřit pořadatelům na místě.
- Každý účastník souhlasí s těmito pravidly přihlášením na závod a zaplacením startovného.

## Kontakt:

**Alois Sečkář**

+420 721 302 700

[seckar@svobodni.cz](mailto:seckar@svobodni.cz)

**Anton Sečkář**

+420 723 146 074

[rakcesa@seznam.cz](mailto:rakcesa@seznam.cz)