

VÍTEJTE NA KAPITÁNSKÉ SCHŮZCE



Parametry závodu

Štafetový závod pro 6 – 12 běžců

36 úseků

Délka úseků od 6 do 14 km

Kombinace asfaltu a terénu zhruba 50:50

Start ve Špindlerové mlýně, cíl v Děčíně

Start

Proběhne ve Špindlerově Mlýně, pod sjezdovkou Svatý Petr.
V sobotu ve vlnách od 5 do 10 hod. Čas startu vašeho týmu oznámíme na webu v sekci Pro kapitána 14.5.

Výdej startovních balíčků v pátek 21.5. od 17 do 20 hod nebo v sobotu 22.5. před startem od 4:30 do 9:30.

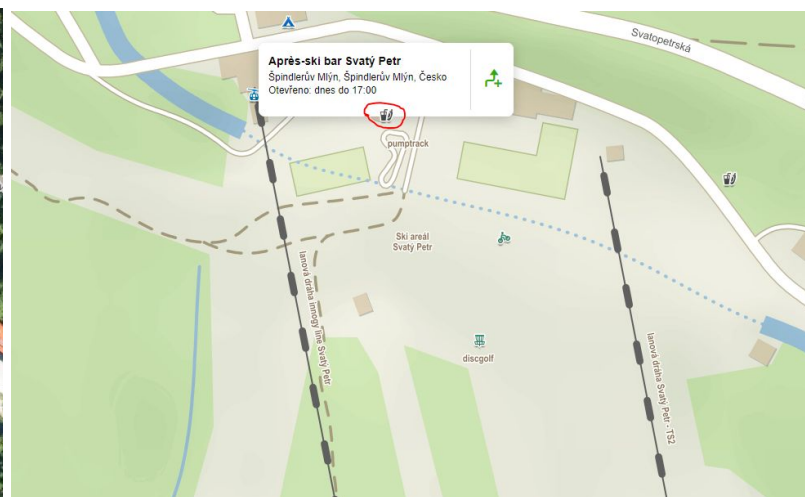
10 minut před startem si startující závodník vyzvedne od pořadatele GPS tracker.

V pátek i sobotu bude otevřený kiosek s občerstvením.

Start



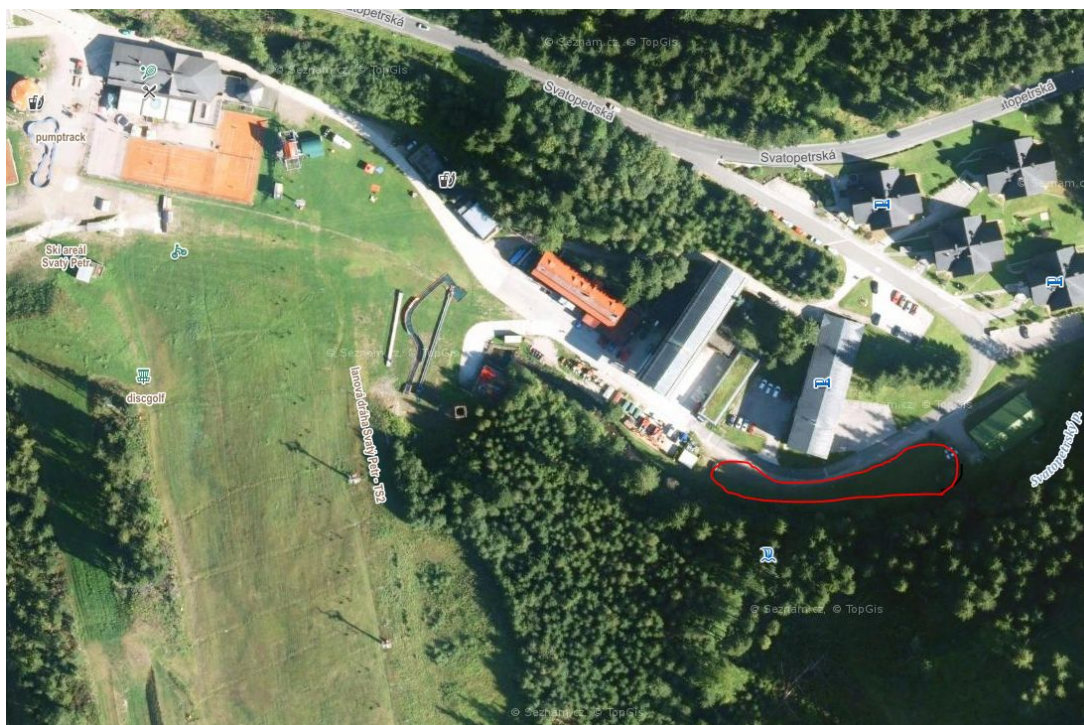
Startovní balíčky



Výdej startovních balíčků v pátek 21.5. od 17 do 20 hod nebo v sobotu 22.5. před startem od 4:30 do 9:30 v **Après ski baru**. Je to kulatý kiosek pod sjezdovkou Svatý Petr. Zde se bude také před startem vydávat GPS tracker. Tracker lze vyzvednout jen těsně před startem z důvodu synchronizace a kontroly funkčnosti.

Parkování, přespání

Parkovat a přespát v autech nebo stanech je možné naproti hotelu Lenka u Svatopetrského potoka.



Cíl

V kempu Děčín.

Bude zde možnost zakoupit občerstvení (Pivo, Limo, káva, pečené maso)

Parkování je možné přímo před kempem pod mostem.

Společný doběh.

Možnost ubytování v kempu Děčín v bungalovech. Objednat můžete na <https://kempdecin.cz> ,774262111, recepce@kempecin.cz .

V cíli jsou k dispozici sprchy a toalety.

Možnost ubytování v cíli

V kempu Děčín

web: <https://kempdecin.cz>

Tel: [774262111](tel:774262111),

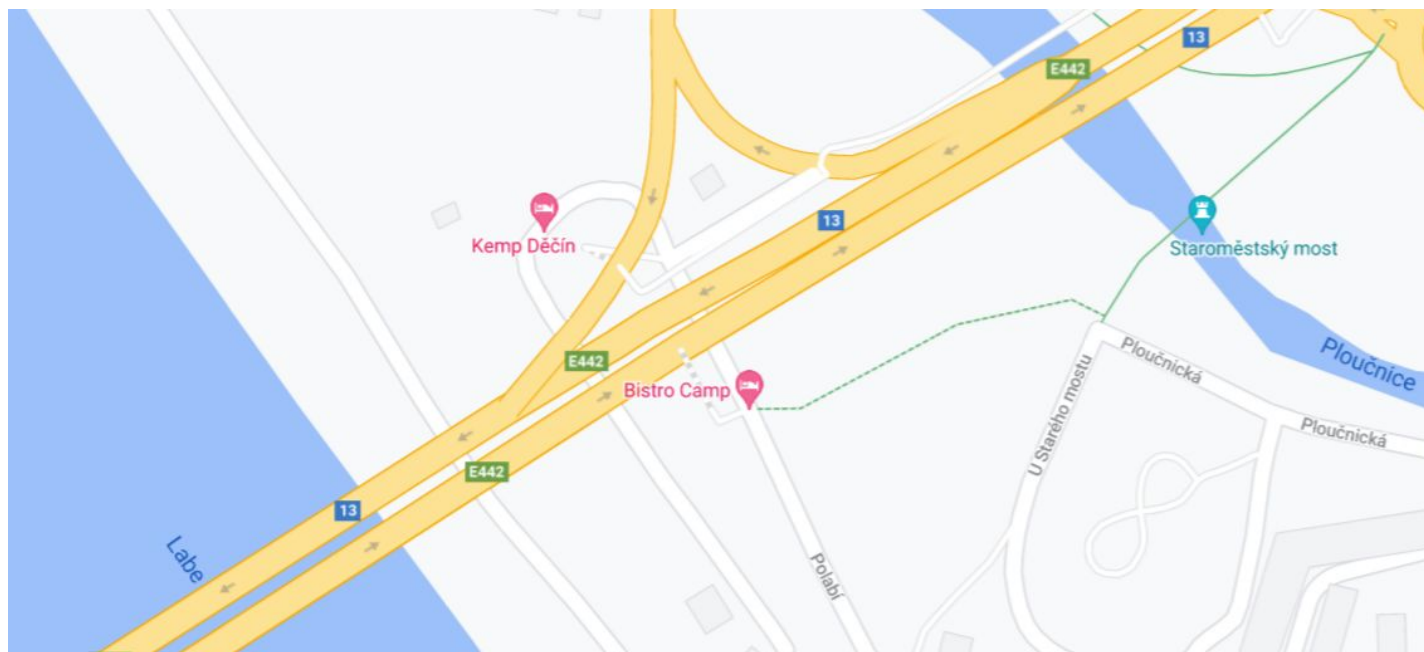
Mail: recepce@kempecin.cz

SPRCHY

OBČERSTVENÍ



Cíl



Trasa

Vždy nejaktuálnější trasa je na webu <https://runlaberun.cz/o-zavodu/>

Pro lepší orientaci důrazně doporučujeme nahrát trasu do hodinek nebo mobilního telefonu. Zatím se vždy našly úseky, kde nám někdo značení zničil.

Pro navigaci mobilním telefonem stačí nainstalovat aplikaci mapy.cz, vybrat úsek a zvolit naviguj. Mobil můžete dát do kapsy a zapnout nahlas zvuk. Tímto způsobem se orientujeme i my a funguje to velice dobře.

K dispozici bude sledování běžců online na mapě, doporučujeme sledovat aktuálně běžícího člena týmu a pokud by se vzdálil od trasy, zavolat mu.

Značení na trati a značení předávek

Trať bude značena:

- Žlutý sprej (na zemi)
- Červenobílé fáborky
- Šipkami (modrá šipka na žluté desce)



Žádné jiné typy značení nebudou použity. Pokud tedy narazíte na jiné značení není naše, neřídte se jím!

Předávky budou označeny modrou vlajkou s logem závodu.

Předávky

Běžec, který se chystá k převzetí štafety nahlásí organizátorovi své číslo v dostatečném předstihu, před samotným předáním štafety. Běžec, který předal štafetu jde ihned k organizátorovi nahlásit svoje startovní číslo! Jde o kontrolu, že máme váš tým správně zapsaný. Můžeme sice dohledat váš doběh z GPS trackeru, ale není to přesný údaj.

Na předávkách musí dojít k předání GPS trackeru, který slouží jako štafetový kolík.

Předávky jsou situovány tak, aby kolem nich šlo zaparkovat více vozidel. Manuál k jednotlivým předávkám a možnostem parkování dostanete spolu s popisem jednotlivých úseků do kapitánských mailů.

Buďte prosím ohleduplní k ostatním a snažte se parkovat co nejvíc úsporně. Udržujte prosím čistotu.

Ocenění

Vítězný tým získává právo startovat v dalším ročníku ve žlutých dresech pro celkového vítěze.

Vítězný tým vrchařských premií získává právo startovat v následujícím ročníku v zelených dresech.



Vrchařská prémie

Soutěž o vítěze vrchařské soutěže se skládá z vybraných úseků, na kterých tým získává body. Body ze všech vrchařských úseků se sčítají a tým s největším počtem bodů se stává vítězem. Vítěz vrchařské soutěže získává právo běžet v následujícím ročníku v zelených trikotech.

Úseky jsou rozděleny do dvou kategorií.

1. kategorie obsahuje úseky s převýšením větším jak 300 m.
2. kategorie obsahuje úseky s převýšením větším jak 100 m.

Číslo úseků 1. kategorie		1	2	3	5	32	34	
Číslo úseků 2.		4	6	7	12	22		
Body	1. místo	2. místo	3. místo	4. místo	5. místo	6. místo	7. místo	8. místo
1. kategorie	20	16	12	9	6	4	2	1
2. kategorie	5	4	3	2	1	0	0	0

Pravidla

1. Závodník nesmí běžet dva po sobě následující úseky.
2. Jeden tým může použít maximálně 3 vozidla
3. V případě zranění běžce v průběhu úseku, může být nahrazen jiným běžcem z daného týmu. Musí být dodrženo pravidlo č. 1.
4. Předávka štafety musí proběhnout na organizátory určeném místě.
5. Každý člen týmu musí běžet alespoň 1 úsek
6. Při seběhnutí mimo trať je běžec povinen vrátit se na místo, ze kterého trať opustil a z tohoto místa může pokračovat v závodě.
7. Mezi 20 a 6 hodinou ranní je běžec povinen použít zapnutou čelovku a reflexní oděv (vesta).

Pravidla

8. Běžci musí dodržovat pravidla silničního provozu.
9. Pořadatel neodpovídá za škody vzniklé závodníkům ani jimi způsobené.
10. Všichni závodníci se účastní štafetového závodu na vlastní nebezpečí.
11. Účastí v závodě dávají všichni závodníci pořadateli souhlas se zveřejněním výsledků a obrazového materiálu pořízeného během závodu a bezprostředně po něm.
12. Všichni závodníci jsou povinni držet se pokynů organizátora. V případě porušení pokynů může být konkrétní závodník či celý tým ze závodu vyloučen.

Povinná výbava

Výbava běžce

- Čelovka (mezi 20 a 6 hodinou)
- Reflexní vesta / kšandy / sprej (mezi 20 a 6 hodinou)
- Nabitý mobilní telefon
- Mapa úseku (papírová, nebo elektronická verze v mobilu)

Výbava v autě

- Popis tratě, mapky
- Náhradní baterie do čelovky (2x čelovka v autě)
- 2x reflexní vesta / kšandy v autě (příp. sprej)
- Nabíječka na mobil
- Kontakty na organizátory
- Autolékárnička (navíc doporučujeme tejpky, tekutý obvaz, dostatek náplastí)

Bezpečnost

Všichni běžci jsou účastníky silničního provozu, proto musí dodržovat pravidla bezpečnosti pohybu po pozemních komunikacích.

Mezi 20 a 6 hodinou musí mít běžec povinně funkční, zapnutou čelovku a reflexní vestu či kšandy. Další doporučené bezpečnostní prvky: reflexní pásy, blikáčky, reflexní sprej.

Na předávkách se pohybujte opatrně. Auta pojíždí krokem. Běžci se rozhlíží.

GPS Tracking

Letos začínáme s novinkou ve formě GPS sledování běžců.

To bude probíhat za pomoci zařízení, které bude zároveň sloužit jako štafetový kolík. Krabičku musí mít vždy právě běžící člen týmu u sebe.

Výhoda je, že vidíte polohu svého běžce i vašich soupeřů online na trati.

Živě můžete sledovat běžce přes náš web <http://runlaberun.cz/live>

Krabičku není potřeba během závodu obsluhovat. Dostanete ji zapnutou a baterie vydrží celý závod. Krabička je umístěna v obalu, který lze umístit na ruku. Pásek je na suchý zip. Při sundávání rozepněte suchý zip a sundejte krabičku. Nestrhávejte jí z ruky, když je pásek stažený zipem.

Po proběhnutí cílem prosím hned vraťte krabičku organizátorům.

V případě ztráty zařízení účtujeme pokutu 3000 Kč.



Soupiska týmu

V případě změny člena týmu je potřeba znovu vyplnit celý formulář s členy týmu a jejich časy.

Pořadí členů týmů na jednotlivých úsecích nevyžadujeme. Je ale nutné dodržet pravidlo o tom, že jeden běžec nesmí běžet dva úseky po sobě.

Opatření Covid-19

Na předávkách i v průběhu závodu se držte aktuálně platných hygienických opatření

Každý závodník startující do závodu musí mít negativní antigenní test starý nejdéle 72 hodin od startu závodu. Testy nebudeme hromadně kontrolovat ani vyžadovat písemné potvrzení o negativním testu.

Místa, kde se dá přespát v autě/stanu/ pod širákem

Informace budou také v manuálu k trasám, kde bude i doplněno, jestli je na předávce nabízeno občerstvení.

Kostomlátky – velké parkoviště v jabloňovém sadu

Jaroměř – k dispozici bude tělocvična v DDM

Pardubice – parkoviště u předávky

Předměřice nad Labem – velké parkoviště u Správčického písničku

Velký Osek – Motel u jezera – možnost ubytování v motelu

Záryby – louka u předávky, bude zde i občerstvení

Dobříň – velké parkoviště u Pískovny

Zdravotník

Na trase se bude pohybovat vozidlo se zdravotníky. V případě potřeby nám dejte vědět kde a jaké zranění nastalo a my zdravotníky vyšleme za vámi.

Termíny

14.5. oznámení rozdělení do vln.

21.5. od 18 do 20 hod, 22.5. před startem od 4:30 do 9:30 výdej startovních balíčků.

**Děkujeme za přízeň a
těšíme se na startu!**