

# ROZPIS

*mapového tréninku SKOB Ostrava a SKOB Frýdek-Místek*

<b>Datum:</b>	čtvrtek 13. 6. 2018
<b>Místo:</b>	altán na „pilinovce“ v Bělském lese poblíž restaurace Koliba GPS: 49.7792717N, 18.2316425E
<b>Prezentace:</b>	od 15:45
<b>Parkování:</b>	na ul. Svornosti (cca 650 m) a kdekoliv jinde ;-)
<b>Typ tréninku:</b>	závod dvoučlenných štafet pro jednotlivce něco mezi krátkou tratí a klasikou
<b>Parametry tratí:</b>	<b>A</b> (cca 4,5 km), <b>B</b> (cca 3,4 km), <b>C</b> (necelé 3 km), tratě jsou shodné délkou jak pro štafety, tak pro jednotlivce
<b>Přihlášky:</b>	na email <a href="mailto:treninkymov@seznam.cz">treninkymov@seznam.cz</a> do 11. 6. 2019 do 23:59, posílejte pouze jednu přihlášku za štafetu, která bude obsahovat jména obou členů a jejich rozdělení na úseky, děti nechtě se přihlašují prostřednictvím trenérů, kteří dle svého uvážení i sestaví jednotlivé štafety. Pokud nemáte parťáka a chtěli byste štafety běžet, uveďte to v přihlášce a snad se někdo najde ;-) Pokud běžíte individuálně, přihlašujte se jako obvykle.
<b>Vklady:</b>	členové MOV, BFM a SFM 0 Kč, ostatní 20 Kč/osoba
<b>Start:</b>	hromadný start štafet v 16:30 (A), 16:35 (B) a 16:40 (C) - <b>buďte zde všichni v dostatečném předstihu!</b> , start zkrácené trati intervalový rovněž od 16:30, uzavření startu v 17:30
<b>Mapa a terén:</b>	Bělský les, 1:10 000, ekvidistance 2 m, stav k srpnu 2018 příměstský les s podrostem
<b>Ražení:</b>	do papírových průkazů kleštěmi (štafeta má jen jednu průkazku, kterou si předává), průkazy dostanete na prezentaci, tréninkové lampiony, štafeta běží s jedním průkazem, který si předává).
<b>Popisy kontrol:</b>	na okrajích mapy budou modře vypsány pouze sledy kontrol, natištěným piktogramům nevěnujte pozornost
<b>Cíl:</b>	uzavření cíle v 18:30
<b>Výsledky:</b>	budou vyvěšeny na stránkách SKOB Ostrava
<b>Upozornění:</b>	budou použity staré mapy s již natištěnými trasami z jiných akcí, tratě tréninku proto budou zakresleny <b>modrou barvou</b> , i tak ale mohou být některé oblasti dost zmatené
<b>Informace:</b>	Tomáš Vavřík (732 400 101), nebo na přihláškovém mailu

## **Pokyny pro štafetový závod (zvláště pro ty, kteří se štafetami zkušenosti nemají):**

- startují hromadně všechny štafety
- tratě jsou farstované (tzn. že ne všichni běží na stejnou kontrolu)
- divácká kontrola bude umístěna poblíž shromaždiště, poté všichni absolvují povinný úsek (cca 400 m), během kterého se má možnost připravit běžec na druhém úseku
- když se běžec na prvním úseku objeví na divácké kontrole, odebírá si druhý úsek slepenou mapu s číslem své štafety, rozlepit ji může ale až po předávce
- předávka probíhá dotekem a předáním průkazu
- v případě, že by závodníci na prvním úseku byli na trati příliš dlouho, druhé úseky odstartují hromadně přibližně v 17:30

