

PROPOZICE XTRAIL VYSOČANY 2014

STAUT ZÁVODU 28. ROČNÍK KEPÁK JIHMORAVSKÉ TRIATLONOVÉ LIGY - 4. ZÁVOD

SPORT CLUB Ráječko, TJ Vysočany, Obec Vysočany pořádají
17. ročník Vysočanského triatlonu!

Datum: sobota 19. 7. 2014
!!!Místo silnice jedeme na horských kolech!!!

Lidový závod
kategorie podle počtu účastníků
START v 11:00!

Jihomoravská triatlonová liga
Kategorie dorostenci (16-17)
Kategorie dorostenky (16-17)
Kategorie junioři (18-19)
Kategorie juniorky (18-19)
Kategorie muži (20-29)
Kategorie ženy (20-29)
Kategorie veteráni (30-39, 40-49, 50-59, 60 avíce)
Kategorie veteránky (30-39, 40-49, 50 avíce)
Pro zařazení do kategorie rozhoduje ročník narození.
START ve 13:00!

Objemy Lidový závod:

plavání - 150 m
kolo - 8 km MTB
běh - 2,5 km

Lidový závod je samostatný, určen pro absolutní amatéry (příchozí).

Je pro všechny, kteří si chtějí vyzkoušet triatlon s menším objemem bez ohledu na umístění, stačí pouze dokončit.

PROPOZICE HLAVNÍHO ZÁVODU:

Pořadatel:
SPORT CLUB Ráječko, TJ Vysočany, Obec Vysočany

Ředitel závodu:
Zdeněk Přibyl
kontakt: tel. - 728 009 595, e-mail - pribapriba@seznam.cz
Další informace a historie tohoto závodu na: www.scranjecko.cz

Místo prezentace:
za autobusovou zastávkou na náměstí

Objemy:
plavání - 0,7 km
kolo - 15 km MTB
běh - 5 km

Časový rozpis hlavního závodu:

11:00 - 12:30 prezentace a uložení věcí do depa pro 0,7 - 15 - 5 km
12:45 rozprava u vody pro 0,7 - 15 - 5 km
13:00 start závodu - společný pro všechny vypsané kategorie JM TT ligy

Přihlášky: Přihlašujte se prosím prostřednictvím elektronického formuláře Czech Triathlon Series [ZDE](#)
Uzávěrka přihlášek: 16.7. 2014!!!

Startovné: 200,- Kč (Lidový triatlon 70 Kč)
STARTOVNÉ JE SPLATNÉ AŽ V DEN ZÁVODU!

V ceně startovného je zahrnuto tričko s logem závodu, občerstvení, uzená klobása, pivo nebo limo. Pro diváky a doprovod závodníků je zajištěno občerstvení během celého dne

Ceny: věcné

Popis tratí hlavního závodu 0,7 - 15 - 5 km:

Plavání

Ve vysočanském rybníce, plavou se dva okruhy okolo tří bójek, neopreny si zajišťuje každý sám. Od vody se běží do depa na náměstí asi 200 m, vezmete si obuv na tento přeběh.

Cyklistika

popis MTB trasy kola [ZDE](#)

Běh

Asfaltový povrch a 500 m polní cesta. Běží se 1 okruh ulicemi Vysočan.
Trasa běhu bude značena žlutými šipkami. Občerstvení (voda, zírka s vodou) bude 100 m po startu.

Zvláštní upozornění:

Každý účastník startuje na vlastní nebezpečí!!!
Závod proběhne za plného silničního provozu!!!
Cyklistická přilba je povinná!!!

SPORT CLUB Ráječko, TJ Vysočany, obec Vysočany dále 19. 7. 2014 pořádají!

TYCO LIDOVÝ TRIATLON

- veřejný lidový závod pro dorostenky, dorostence, muže a ženy.

Objemy:

plavání - 100 metrů
kolo - 8 kilometrů MTB
běh - 2,5 kilometru
Společný start v 11:00!

Tento závod je určen všem sportovcům dobrodruhům, kteří si chtějí vyzkoušet možná svůj první triatlon, bez ohledu na umístění. Úspěch a vítězství je dokončit.

PROPOZICE TYCO LIDOVÝ TRIATLON

Pořadatel: Sport Club Ráječko, TJ Vysočany, obec Vysočany
Ředitel závodu: Zdeněk Příbyl, tel. - 728 009 595, e-mail - pribapriba@seznam.cz, www.scragecko.cz
Místo prezentace: za autobusovou zastávkou na náměstí

Časový rozpis:

9:30 - 10:30 hodin Prezentace na lidový triatlon,
nezapomeňte, že po prezentaci se musíte přesunout 250 metrů k rybníku.
10:45 hodin Rozprava u rybníka a poslední informace pro závodníky.
11:00 hodin Společný start lidového triatlonu.

Přihlášky: Před závodem na místě!

Startovné: 70,-Kč

STARTOVNÉ JE SPLATNÉ AŽ V DEN ZÁVODU!

V ceně startovného je zahrnuto občerstvení, uzená klobása, pivo nebo limo.

Ceny: věcné

Popis tratí závodu:

Plavání

100 metrů podél břehu vysočanského rybníka, informace pro neplavce, ve vodě bude možnost i stoupnout a jít po dně. Voda musí být při chůzi po prsa, chodec nesmí být rychlejší než plavec.

Kolo

popis MTB trasy kola [ZDE](#)

Běh

z depa vyběhnete na běžeckou trať, která vede po silnici, hned po vyběhnutí je občerstvení, stolec s pitím a žínka s vodou. Žínku namočenou ve vodě si můžete vzít s sebou na trať a zahodit ji libovolně po jejím použití.

Stručný popis pro závodníka absolutního amatéra:

1) Přihlas se včas a na náměstí si přichystej kolo a cyklistickou přílbu do depa. Zároveň i boty na běh, pokud v nich nepoběžíš od rybníka.

Nenervuj se, o nic nejde.

2) Odejdí k rybníku a s sebou si vezmi věci na plavání (plavky, brýle) a boty na přezutí, protože od rybníka na náměstí poběžíš (půjdeš).

Nenervuj se, ostatní se také nenervují.

3) Startovní číslo se navléká kolem pasu. Při běhu má závodník číslo vepředu, při jízdě na kole je číslo vzadu.

Nenervuj se, to, že se ti chce zvracet a máš strach je normální.

Zvláštní ustanovení:

Každý účastník startuje na vlastní nebezpečí!

Závod proběhne za plného silničního provozu!

Cyklistická přílba je povinná!