

Informace pro účastníky závodu SPOKE Run 2022

I. Termín a místo konání

1. Závod se koná v neděli 4.12.2022.
2. Místem závodu je sportovní stadion [TJ Tatran Třemošná](#).

II. Prezentace

1. **Prezentace a registrace budou probíhat v hnědo-žlutém stanu Inov8 vedle tribuny.** Zde obdržíš od Ilči nebo Léni startovní číslo. Moc se do nich nezakoukej, obě už jsou zadaný. Náš nejmladší člen týmu Martin na to bude dohlížet. Dostav se nejpozději 30 min před startem dané kategorie. Ilča nesnáší, když někdo zdržuje...
2. Pokud je startující nezletilý, je nutný [souhlas zákonného zástupce](#). Přines ho s sebou už vyplněný, ať nezdržuješ sebe ani ostatní.

III. Dětské závody

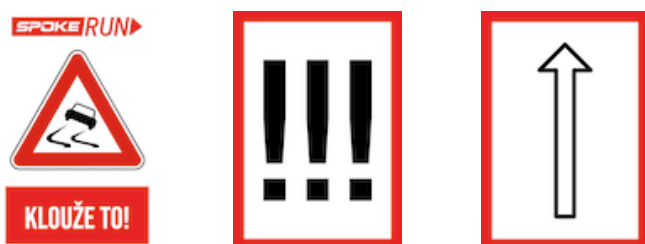
1. **Pro děti bude probíhat prezentace a registrace (vyzvednutí čísla) v době od 9:00 do 9:30.**
2. Dětské závody budou probíhat v areálu stadionu. Částečně po asfaltu, pro děti starší 7 let i s technickými pasážemi po šotolině. Tyto děti doporučujeme vybavit terénní obuví se vzorkem.
3. Před startem se může každý malý závodník zúčastnit rozcvičky s naší zkušenou trenérkou Zdeňkou. V době konání hlavního závodu bude mít pak Zdeňka doprovodný program pro děti, takže budou mít o zábavu postaráno. Nicméně za případnou ztrátu nebo jinou újmu neručíme.
4. **Start první kategorie jsme naplánovali na 10:00** a začíná se od nejmenších (do 4 let). Následovat budou po jejich doběhu hned vzápětí další kategorie.
5. Vyhlášení dětských kategorií proběhne přibližně v 10:30, co nejdříve po doběhu a vyhodnocení výsledků. Dárky a ceny si odnesou všechny děti, které se závodu zúčastnily.

IV. Hlavní závod 6 km

1. **Prezentace a registrace probíhá v době od 9:00 do 10:30.**
2. Hlavní závod **odstartuje v 11:00** hromadným startem všech závodníků.

3. Na podobě trati spolupracoval Libík s Jindřiškou. Jindři má ráda, když to trochu bolí, takže to vede převážně po lesních cestách, kde je plno bláta, prudkých výběhů i sběhů, kořenů, kamenů nebo mokrého listí. Devět z deseti Jindřišek tedy doporučuje vhodnou terénní obuv.

4. Venca se pak postará o **značení trasy bílými páskami s logem našich partnerů (Mizuno, Inov8), oranžovým sprejem a grafickými značkami**. Značení probíhá s ohledem na přírodu tak, aby po skončení závodu nebylo poznat, že se zde nějaká akce konala. Nečekej tedy značení kořenů a jiných přírodních či terénních nerovností. Náročnější úseky a odbočky budou označeny následujícími symboly, který pro tebe namaloval Marta (jo, je to kluk):



5. Zhruba v polovině trať protíná údolí Orlík, kde jsme si pro tebe připravili několik prudších výběhů a sběhů. Čeká tě také možnost volby tratě. První varianta je prudší a rychlejší, ale náročnější na zdolání. Druhá je pomalejší a delší, ale méně náročná. Místo bude zřetelně označeno možností výběru. Bude, ale dobré, když budeš předem vědět, že vlevo je ta náročnější a rovně ta delší a snazší. Podle Jindři musí ale každéj dát tu levou! Po doběhu na stadion tě ještě bude čekat závěr v podobě oběhnutí části kola stadionu po asfaltu s možností závěrečného sprintu! Abys ze sebe vymáčknu to nejlepší, podpoří tě Kotlík, nejlepší spíkr v kraji!

6. O časomíru se postará Marta s Léňou. Vzhledem k charitativnímu zaměření akce jsme se rozhodli ušetřit za poměrně drahou čipovou časomíru a budeme spoléhat na lidský faktor. Věříme, že v tomhle závodě nepůjde tolik o setiny jako o dobrou věc. **Důležité je mít číslo viditelně na hrudi**. Pokud ho budeš mít pod bundou, nezapomeň si ji při doběhu do cíle rozepnout tak, abychom ho viděli.

7. **Výsledky vyhlásíme okolo 12:30 na tribuně stadionu**. První tři v každé kategorii obdrží věcné ceny. Následně předáme šek s celkovou částkou vybranou na startovním do rukou ředitele Sdružení občanů EXODUS.

V. Zázemí stadionu

1. Jsme vděční TJ Tatran za poskytnutí areálu stadionu ke konání našich závodů. Prosíme tě tedy, abys respektoval pokyny a **hlavně nevstupoval na fotbalové hřiště!**

2. Budeš mít **možnost využít šatnu a WC** (hned vedle stánku Inov8). Šatny budou po celou dobu akce přístupné a nehlídané, za odložené věci tedy neručíme. Přestože jsou součástí šaten i sprchy, nemáme je k dispozici. Prosíme tedy o respektování.

3. Díky partnerům jsme pro tebe připravili **možnost otestovat špičkové běžecké boty Inov8** v různých provedeníh a velikostech. V případě zájmu se zastav v červeném stanu SPOKE nebo si je rovnou zarezervuj u Dian na telefonu 608 309 135.

4. Také se nám podařilo domluvit otevření hospody, můžeš se zde ohřát nebo zakoupit nějakou dobrotu.

5. Po doběhu dětských i hlavních závodů tě čeká příjemné menu v podobě teplé **gulášové polévky, škvarkové pomazánky nebo ovoce**. Pro děti máme připravené buřty k opečení na ohni, koblihy s variací příchutí nebo tvarohové šátečky. Občerstvení si můžeš dopřát ve stanu u Vítka, který tě rád obslouží výměnou za ukázání propoceného trikotu a startovního čísla.

VI. Parkování

1. K parkování využij přilehlé ulice u stadionu. Konkrétně U Stadionu, Březová, Lidická, B. Smetany, Tyršova apod. **Neparkuj v ulici U Vodárny a Okružní**, kudy částečně vede trasa závodu. Museli bychom využít sílu masy a tvůj vůz odtlačit. Pro lepší orientaci je uvedeno i na mapě.

