

pořádají ve čtvrtek 28. dubna 2016

# JARDŮV KOPEC

XVIII. ročník běhu do kopce,  
bodovaný závod v Běžích do kopců v Praze a okolí pro sezónu 2016  
bodovaný závod v Poháru BONBON pro sezónu 2016

MÍSTO KONÁNÍ: Praha 6, V Šáreckém údolí, u stanice MHD BUSU 116 Na Mlýnku  
START : před domem č. 84

- v 18:00 juniorky, ženy  
- v 18:10 muži 50 a více let  
- v 18:20 muži 40 – 49 let  
- v 18:30 junioři a muži do 39 let

DÉLKA TRASY: 2.100 m  
PŘEVÝŠENÍ: 120 m  
POVRCH TRATĚ: polní a lesní cesty, část může být značně blátivá, prvních 400m asfalt  
PŘIHLAŠOVÁNÍ: v místě startu nejpozději 15 min. před startem kategorie !!!  
ŠATNY: U startu, pod širým nebem  
VYHLAŠOVANÉ KATEGORIE :

Junioři	rekord z r. 2015 Martin Semerád	8:14
Muži do 39 let	<b>rekord z r. 2003 Jan Hřích</b>	<b>7:34</b>
Muži 40 až 49 let	rekord z r. 1999 Miloš Smrčka	8:07
Muži 50 až 59 let	rekord z r. 2010 Miloš Smrčka	8:33
Muži 60 až 69 let	rekord z r. 2002 Jaroslav Čech	9:22
Muži 70 let a více	rekord z r. 2011 Jaroslav Čech	10:47
Juniorky	rekord z r. 2011 Carmen Idris Beshirová	9:19
Ženy do 34 let	<b>rekord z r. 2007 Iva Milesová</b>	<b>8:43</b>
Ženy 35 až 44 let	rekord z r. 2012 Lenka Borovičková	10:46
Ženy 45 až 54 let	rekord z r. 2014 Helena Vavrušová	10:45
Ženy 55 a více let	rekord z r. 2015 Karla Mališová	11:38

STARTOVNÉ : 40,- Kč , junioři a důchodci nad 70 let dobrovolně

VYHLÁŠENÍ VÝSLEDKŮ: v místě startu kolem 19. hodiny a na internetu  
( <http://kopec.webzdarma.cz> )

DIPLOMY pro první 3 závodníky v každé vyhlášené kategorii

PRAVIDLA: Účastníci startují na vlastní nebezpečí, nejsou organizátorem speciálně pojištěni a pořadatel nepřebírá za žádného účastníka ani jeho doprovod a diváky zodpovědnost za újmy na zdraví a majetku. Účastníci jsou povinni dodržovat pokyny pořadatelů a policie. Je zakázáno jakkoli si zkracovat trať závodu, používat nepovolené podpůrné prostředky a vůbec jinak šidit a podvádět. **Neplnoletí startují se souhlasem rodičů. Vzhledem k charakteru trati není zde povolen start běžců se psy!!!** Pokud někdo bude chtít trať závodu absolvovat se svým 4-nohým miláčkem, může tak učinit nejdříve 5 minut po startu poslední vlny. Poběží zcela mimo závod a pořadatelé mu nezajišťují žádný servis.

SPOJENÍ: buď Metro A Dejvická, z posledního vagónu nahoru a vlevo k BUSu 116.  
Odjezdy 116 z Dejvické: 15:05, 15:45, 16:25, **17:05 (17:45)** do stanice Na Mlýnku a 100m zpět, doba jízdy je 15 minut.  
nebo Metro A Hradčanská a busem č. 131 do stanice U Matěje, doba jízdy 10 min., odtud dopředu a mírně vpravo po asfaltové cestě a po 200m vpravo dolů (nejprve schody a pak prudký asfalt, cca 10min. od busu ke startu)  
zpět k metru A bus č. 116: 18:56, 20:08, 21:08, 22:07 (23:37)  
(bez záruky, ve vlastním zájmu ověřte před konáním běhu)

OBČERSTVENÍ: po doběhu voda  
POZVÁNKA: Po vyhlášení výsledků (asi od 19:30) se koná 1 km od startu směrem k Vltavě v č. 62 přátelské posezení u ohně. Všichni účastníci závodu jsou srdečně zváni. Zde bude připraveno lahvové pivo, nealko nápoje, káva, čaj a špekáčky.

INFORMACE: Jarda Macák, tel. 723 700 991 / [jamacak@centrum.cz](mailto:jamacak@centrum.cz) (Kopec)  
Jana Požgayová, tel. 608 077 360 / [pozgj@centrum.cz](mailto:pozgj@centrum.cz) (BONBON)



