

KRÍŽNA KRÍŽOM KRÁŽOM - 0. ročník

24.10.2015



VYSOKOHORSKÝ BEH

Dĺžka 25km

Prevýšenie 1200m

Miesto konania

Obec Staré Hory-kaplnka / Krčma pod orechom/

Dátum podujatia

24.10.2015

Štart a cieľ

Staré Hory –pri kaplnke

Program podujatia

8:00 – 9:30 hod. - prezentácia

9:45 hod. - výklad trate

10:00 hod. - štart preteku

12:30 – 14:00 hod. - občerstvenie

14:00 hod. - vyhlásenie výsledkov

Štartovné

Jednotné pred pretekom pri prezentácii **9,-€**

Kategórie

Muži A do 40 rokov

Ženy B do 40 rokov

Muži C do 50 rokov

Ženy D do 50 rokov

Muži E nad 50 rokov

Ženy F nad 50 rokov

V každej kategórii budú odmenení prví traja najlepšie.

Rozpis trasy: Štart Staré Hory-kaplnka , smer obec Turecká po asfaltovej ceste, pred obcou pri kríži zahňeme doprava na poľnú cestu, spodná časť zjazdovky , Salášky, po asfaltke 1km , odbočka vpravo smer Veľká a Malá Ramžiná, Úplaz, traverzom ku Kráľovej studni, tam je prvá občerstvovacia stanica, odtiaľ smer Krížna 1574m, zbeh smer Líška, po modrej cyklotrase zahňeme vľavo, pokračujeme cez Rybovské sedlo a po zväžnici smer Rybie. Na rázcestí druhá občerstvovacia stanica, odtiaľ smer Zadná Vápená a zbeh na Staré Hory – kaplnka, kde je cieľ.

Občerstvovačky: prvá na cca. 12km a druhá na cca. 20km

Povinná výbava: tenká vetrovka / fukerka/

Doporučená výbava: rukavice, niečo na hlavu/buff, čelenka, čiapka/

Povolené výbava: bežecké palice

UPOZORNENIA: Budeme sa pohybovať v národnom parku Veľká Fatra, preto žiadame pretekárov o dodržiavanie návštevného poriadku, odpad odkladať len na občerstvovacích staniciach, alebo v cieľi.

Všetci účastníci štartujú na vlastnú zodpovednosť a sú povinní zabezpečiť si individuálne zdravotné poistenie. Organizátor nepreberá zodpovednosť za škody majetku, alebo zdravia súvisiace s účasťou na preteku, alebo pri presune na pretek a v mieste konania preteku.

V prípade nepriaznivých poveternostných podmienok si usporiadateľ vyhradzuje práva na upravenie trate preteku.

Nahlasovanie pretekárov vopred na : zlongauer@post.sk

igorbucek@gmail.com

Informácie o podujatí na : e-maile , alebo tel: 0907 819659

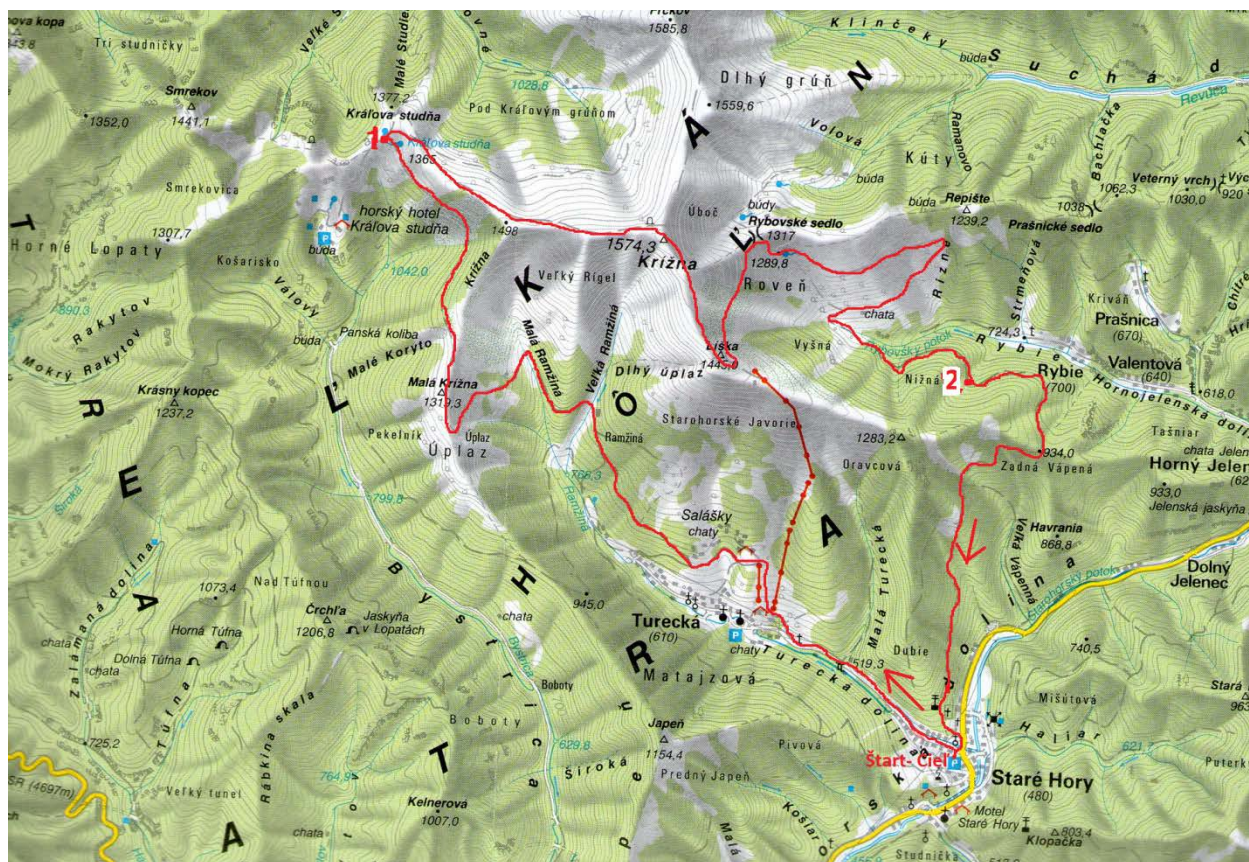
0905 680739

Možnosť ubytovania: www.ubytkonahorach.sk

0905 680739

Informácie a výsledky nájdete na www.beh.sk

Mapa trasy: červeno značená s občerstvovacími stanicami.



Organizátori prajú veľa zdravia a natrénovaných kilometrov.