

ROZPIS

mapového tréninku SKOB Ostrava a SKOB Frýdek-Místek

Datum:	čtvrtek 13. 6. 2018
Místo:	altán na „pilinovce“ v Bělském lese poblíž restaurace Koliba GPS: 49.7792717N, 18.2316425E
Prezentace:	od 15:45
Parkování:	na ul. Svornosti (cca 650 m) a kdekoliv jinde ;-)
Typ tréninku:	závod dvoučlenných štafet pro jednotlivce něco mezi krátkou tratí a klasikou
Parametry tratí:	A (cca 4,5 km), B (cca 3,4 km), C (necelé 3 km), tratě jsou shodné délkou jak pro štafety, tak pro jednotlivce
Přihlášky:	na email treninkymov@seznam.cz 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.
Vklady:	členové MOV, BFM a SFM 0 Kč, ostatní 20 Kč/osoba
Start:	hromadný start štafet v 16:30 (A), 16:35 (B) a 16:40 (C) - buďte zde všichni v dostatečném předstihu! , start zkrácené trati intervalový rovněž od 16:30, uzavření startu v 17:30
Mapa a terén:	Bělský les, 1:10 000, ekvidistance 2 m, stav k srpnu 2018 příměstský les s podrostem
Ražení:	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).
Popisy kontrol:	na okrajích mapy budou modře vypsány pouze sledy kontrol, natištěným piktogramům nevěnujte pozornost
Cíl:	uzavření cíle v 18:30
Výsledky:	budou vyvěšeny na stránkách SKOB Ostrava
Upozornění:	budou použity staré mapy s již natištěnými trasami z jiných akcí, tratě tréninku proto budou zakresleny modrou barvou , i tak ale mohou být některé oblasti dost zmatené
Informace:	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

