

O POHÁR SEDLOŇOVA

39. ročník silničního běhu na 10 km

3. 10. 2009

Akce obdržela grant Královéhradeckého kraje

+ vložený běh žactva 1000, 680, 300



- Start závodu:** sobota 3. 10. 2009 ve 13.00 hodin v Sedloňově
- Přihlášky:** v den závodu do 12.30 hodin, startovné 20 Kč
- Startují:** kategorie muži do 34 let, do 44 let, do 54 let,
do 64 let, nad 65 let, 75 let a starší
kategorie ženy do 34 let a nad 35 let
Všichni startují společně.
- Předpis:** běží se dle pravidel atletiky,
každý lékařskou prohlídku
- Prezence:** od 11.00 do 12.30 hodin v Penzionu HRAD Sedloňov
- Popis trasy:** po celých 10 km asfaltová silnice, kopcovitý terén
s prudkým stoupáním na 3. a 5. kilometru, po startu
se běží okruh 400 metrů. START = CÍL
- Traťový rekord:** Ivan Uvizl časem 29:55,0 min
Táňa Metelková časem 35:13,25 min

- Věcné ceny:** 1. místo – PUTOVNÍ POHÁR
(vítězství 5 x za sebou = zůstává) + věcná cena
1.–3. místo věcné ceny ve všech kategoriích
- Tombola:** losování cen dle startovních čísel
- Ubytování:** zdarma ve vlastním spacáku v tělocvičně
nebo se informujte na: www.sedlonov.info
- Vlakové
a autobusové
spojení:** vlakem do Nového Města nad Metují nebo Dobrušky,
dále autobusem z Nového Města nad Metují přímo
nebo z Dobrušky (přestup v Bačetině nebo Ohnišově)
do zastávky Sedloňov – hostinec (www.idos.cz)
-
- Silniční běh
žactva:** bude odstartován ve 13.03 hodin, kategorie žáků
a žákyň starších, mladších, nejmladších a předžáků
- Trasy žáci:** 1000 m, 680 m, 300 m
- Trasy žákyně:** 680 m, 300 m
- Trasa předžáků:** 100 m
- Ceny žatstva:** první tři z každé kategorie obdrží drobné ceny

Info: TJ SOKOL Sedloňov, 517 91 Sedloňov, pošta Deštné v Orlických horách
tel.: 739 400 825, e-mail: tjsokolsedlonov@centrum.cz, www.skisedlonov.cz

www.skisedlonov.cz