

# O POHÁR SEDLOŇOVA

## silniční běh na 10 km

+ vložený běh žactva

### 2. října 2010 13.00 hod.



**Hlavní závod:** Zařazen do Okreního přeboru rychnovského okresu.

**Start závodu:** Sobota 2. 10. 2010 ve 13.00 hodin v Sedloňově.  
**Přihlášky:** V den závodu do 12.30 hodin, startovné 20 Kč.  
**Kategorie:** 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 prohlídkou.  
**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.

**Věcné ceny:** 1. místo v celkovém pořadí: Putovní pohár a věcná cena  
(pohár zůstává ve vlastnictví po pěti nepřerušovaných vítěztvích za sebou)  
2.-5. místo v kategorii muži do 40 let: věcné ceny  
1.-3. místo v ostatních kategoriích: věcné ceny

**Tratový rekord:**

Ivan Uvzl: 29:55,00 min.  
Táňa Metelková: 35:13,25 min.

**Tombola:** Losování cen dle startovních čísel.

**Ubytování:** Zdarma ve vlastním spacáku v tělocvičně - na přihlášku předem  
nebo v soukromých ubytovacích zařízeních: [www.skisedlonov/tip.html](http://www.skisedlonov/tip.html), [www.sedlonov.info](http://www.sedlonov.info)

**Doprava:** Využijte on-line jízdních řádů na [www.vlak-bus.cz](http://www.vlak-bus.cz). Jinak stručný popis cesty:  
vlakem do Nového Města nad Metují nebo Dobrušky, dále autobusem z Nového Města  
nad Metují přímo nebo z Dobrušky (přetup v Bačetíně) do zastávky Sedloňov - hostinec.

**Silniční běh žactva:** bude odstartován ve 13.03 hodin

**Kategorie a trasy:** starší žáci 1000 m, mladší žáci 680 m, nejmladší žáci 300 m  
starší žákyně 680 m, mladší žákyně 300 m, nejmladší žákyně 300 m  
předžáci a předžákyně 100 m

**Věcné ceny:** První tři v každé kategorii obdrží věcné ceny.

Těšíme se na Vaši účast!

**TJ Sokol Sedloňov**

517 91 Sedloňov, pošta Deštné v O. h., tel.: +420 739 400 825  
e-mail: [tjsokolsedlonov@centrum.cz](mailto:tjsokolsedlonov@centrum.cz), web: [www.skisedlonov.cz](http://www.skisedlonov.cz)

[www.skisedlonov.cz](http://www.skisedlonov.cz)