



LA SPORTIVA PRAGUE PARK RACE

PROKOPSKÉ ÚDOLÍ

SOBOTA 26. 10. 2019

POKYNY K ZÁVODU

PROGRAM:

- 9:30-11:00 – prezentace (výdej startovních čísel a registrace na místě)
- 11:00 – hromadný start závodu na 8 km
- 11:15 – hromadný start závodu na 14 km
- cca 13:30 – vyhlášení vítězů a tombola

MÍSTO:

- Praha - Hlubočepy, Prokopské údolí, areál restaurace Na Cvičišti, Na Placích 25, mapa: <https://mapy.cz/s/19Goo>
- doprava na místo:
 - **vzhledem k omezeným možnostem parkování doporučujeme MHD** – autobusem 120 do zastávky Nádraží Hlubočepy nebo vlakem do stanice Praha-Hlubočepy, pak cca 700 m pěšky
 - autem – omezené parkování v ulicích Hlubočepská, K Dalejím, Slivenecká a dalších, pak cca 500-1000 m pěšky
 - **příjezd až k centru závodu není možný** (zákaz vjezdu, není místo na parkování)

PREZENTACE:

- vyzvednutí startovního čísla, startovního balíčku a předem objednaného trička s logem závodu:
 - v den závodu od 9:30 do 11:00
 - při vyzvednutí **nahlaste své jméno**
- registrace na místě je možná za 450,- Kč (k dispozici bude omezený počet čísel – cca 30)
- změna registrace je zpoplatněna 50,- Kč (změna trasy je zdarma)
- platby kontrolujeme naposledy v pátek, pokud nemáte v seznamu (viz níže) potvrzené zaplacení, přineste si sebou potvrzení o zaplacení nebo bude nutné doplatit na místě
- svou přihlášku si zkontrolujte zde: <https://irontime.cz/startovka1453/>
- čip pro měření času je připevněn na zadní straně startovního čísla, čip neodstraňujte ani nepřehýbejte, po doběhu se čip nevrací

TRASA:

- mapu celé trasy najdete zde: <http://pragueparkrace.cz/prokopske-udoli/trasa/>
- doporučujeme trailové boty, nebo boty s terénním vzorkem, pokud bude trasa suchá, lze běžet i v botách s hladkou podrážkou
- na trati jsou úseky po úzkých a místy kamenitých pěšinách, ale většina vede po širších zpevněných cestách, částečně i po asfaltu
- na trase je několik míst, která mohou být nebezpečná (např. prudké seběhy), dávejte pozor

- **oproti minulému roku je změna na 11. kilometru (neběží se pod viaduktem doprava po silnici do Klukovic, ale pokračujete rovně údolím a po cca 300 metrech odbočíte prudce doprava a vyběhnete po „Foglarových“ schodech)**
- každý kilometr na 14 km trase je značen cedulí, značení je orientační
- trasa bude značená fáborky, bílými šipkami na zemi, případně vymezení páskou
- trasu si dobře nastudujte, snažíme se značení kontrolovat ještě před startem, ale po každé nám část značení někdo strhá :(
- při závodě bude k dispozici jedna občerstvovací stanice pro obě trasy (trasa 14 km ji bude mít dvakrát – cca na 6. a 11. km, trasa 8 km jednou cca na 5. km), bude na ní voda a iontový nápoj Multipower
- na občerstvovací stanici se odděluje kratší trasa od delší, dejte pozor na správný odběh
- **absolvovat závod se psem není povoleno**
- **závod se koná v Přírodním parku Prokopské a Dalejské údolí – prosíme Vás o ohleduplnost ke krásné přírodě okolo, k odhazování odpadu využijte občerstvovací stanici nebo jej doneste do cíle**
- **Prokopské údolí je turisticky velmi frekventované, prosíme, dejte pozor na ostatní návštěvníky parku (cyklisty, chodce, kočárky atd.**

ZÁZEMÍ:

- stany pro převlékání
- mobilní WC a WC + pisoáry vedle restaurace
- **úschovna** – na startovním čísle je útržek do úschovny – pokud budete mít o tuto službu zájem, označte si tímto útržkem pomocí gumičky (k dostání na prezentaci) vaše zavazadlo
 - výdej zavazadla bude možný jen na základě předložení startovního čísla
 - pořadatel neručí za odložené věci a cennosti
- **prosíme, třídte odpad (plasty / ostatní)**
 - plastové lahve sešlapávejte a objemnější odpad (sklo, krabice atd.) vyhoďte cestou domů do příslušných kontejnerů na tříděný odpad – děkujeme!
 - stejně tak oceníme recyklaci spínacích špendlíků (po závodě nám je můžete odevzdat pro použití na dalším závodě)
- drobné občerstvení v restauraci
- prodej zbylých triček s logem závodu

VÝSLEDKY:

- neoficiální výsledky budou vyvěšeny v centru závodu
- online a po závodě i oficiální na <https://irontime.cz/vysledky1453/>
- vyhlášení výsledků proběhne cca v 13:30 hodin, vyhlášovat se budou první tři v každé kategorii na trase 14 km a první tři muži a ženy na trase 8 km
- ceny se předávají pouze přítomným vyhlášeným, ceny nelze nárokovat zpětně

TOMBOLA:

- po vyhlášení výsledků proběhne tombola o hodnotné ceny od partnerů závodu
- pro zařazení do slosování odevzdejte útržek ze startovního čísla do stánku HUDY
- ceny se předávají pouze přítomným na základě startovního čísla

Každý startuje na své nebezpečí a je povinen dodržovat pravidla závodu.

Snažili jsme se vybrat takovou trať, abyste si maximálně užili běh přírodou na dohled městu. Těšíme se na Vás!

Pořadatelský tým Prague Park Race

<http://pragueparkrace.cz> | <https://facebook.com/pragueparkrace/>
<https://instagram.com/pragueparkrace/> | info@pragueparkrace.cz