

Maraton klub Seitl Ostrava za finanční podpory obce Hrabová pořádá

5. ročník Běh 17. listopadu v Hrabové

Termín: 17.11.2019 neděle

Kontaktní osoba: Ladislav Dvorský, tel. 724 044 265, dvorsky.ladislav@seznam.cz

Délka závodu: Hlavní závod 10 km a lidový běh pro děti a dospělé cca 1 km

Čas a místo prezentace: 8:30- 9:30 hod.: Základní škola, Ostrava- Hrabová

Čas a místo startu hlavního závodu: 10:00 hod. Ostrava Hrabová, náměstí Příborská

Čas a místo startu lidového běhu: 10:05 . Ostrava Hrabová, náměstí Příborská

Startovné hl. závodu : 100 Kč pro předem přihlášené a zaplacené do 13.11.2018, peníze zaslat na účet č. 2104372/3500

 150 Kč na místě

občané Hrabové, kteří se prokážou OP, startovné neplatí

Startovné lidového běhu: zdarma

Přihlášky:

<https://docs.google.com/forms/d/1xzdIMfiEf-KxYntJppKzWMxFD5Ieo6iO7XD4NiQ-VLQ/edit>

Šatny a sprchy jsou zajištěny

Každý závodník v cíli obdrží: koláč a pití

Pamětní medaile: pro prvních 150 běžců

Ceny: první tři v každé kategorii dostanou cenu dle možnosti pořadatele

Kategorie: Muži A- do 39 let, B 40-49 let, C 50-59 let, D 60-69 let, E nad 70 let

 Ženy F do 34 let, G 35-44, H nad 45let

 Nejlepší Hrabovan a Hrabovanka

 Vyhlášení Hrabovského poháru

**Trasa závodu:** vede mimo hlavní cestu po asfaltové cyklostezce, po 5-ti kilometrech bude obrátka zpět (kužel, který se oběhne po levé ruce), jedná se o cyklostezku, takže dbejte zvýšené opatrnosti.
**Upozornění:** Závodníci jsou povinni dodržovat pokyny pořadatelů. Všichni přihlášení účastníci závodí na vlastní nebezpečí se všemi důsledky z toho plynoucími. Dále prosíme závodníky aby nepoužívali sluchátka kvůli bezpečnosti.
**Délka tratě:** je měřená pásmem a každý kilometr bude viditelně vyznačen.