***PROPOZICE***

***--------------------***

**„ Štěpánského běhu“** po břehu řekyOpavy

46. ročník

Zařazen do Moravskoslezského běžeckého poháru pro rok 2023

**Pořadatel** TJ Liga stovkařů Ostrava, z.s. a MK Seitl Ostrava, z.s.

**Datum**  26. prosince 2023

**Místo startu** Stadion MK Seitl Ostrava,z.s.

**Čas startu** 10.00 hodin

**Prezentace** od 8.15 do 9.40 hodin

**Startovné** na místě startu 150,- Kč

**Šatny, WC** v místě prezentace

**Trať** 15 km po břehu řeky Opavy do Děhylova a zpět

**Občerstvení:** zajištěn horký čaj a tatranka po doběhu

**Kategorie** Muži: A 18-39, B 40-49, C 50-59, D 60-69, E 70 a více let

Ženy: F 18-34, G 35-44, H 45 a více let

*Kategorii tvoří minimálně 5 závodníků, jinak se slučuje s nižší*

**Ocenění** první tři v každé kategorii dostanou finanční odměnu a diplom

**Tombola**  podle možnosti pořadatelů, věcné hodnotné věci

**Podmínky** závodí se podle atletických pravidel a těchto propozic

**Upozornění**

Startující běžci závodí na vlastní odpovědnost, podle svého zdravotního stavu a trénovanosti. Jsou povinni dodržet stanovenou trať a dbát pokynů organizátorů. Styl běhu musí být uzpůsoben klimatickým poměrům, může se vyskytnout sníh, náledí, mráz.

**Organizační štáb závodu**

*Předseda:*  Ing. Horák Jaromír, PhDr.

*ředitel závodu: Seitl Otto*

*Registrace: Budinská Dana a spol.*

*časomíra*: pan Rinka s aparaturou

traťový komisař: Brož Jiří

**DALŠÍ AKCE**

Pro všechny milovníky zimní turistiky a ty, kteří hodlají uvítat Nový rok 2024 sportovním výkonem, překonáním posilvestrovské noci, připravujeme :

**Novoroční pochod** na trase z Ostravy-Poruby do Horní Lhoty-Zátiší přes Lázně Klimkovice

Start **1.1.2024** průběžně od 8.30 do 10.00 na smyčce tramvají v Porubě (zast.MHD Vřesinská)

Cíl - Restaurace u Tondy Horní Lhota

**Předkládá:**  PhDr.Ing. Horák Jaromír – předseda spolku

Další informace na: [**www.tjliga100.cz**](http://www.tjliga100.wz.cz) **a www.mkseitl.cz**