



Občianske združenie Horský kros Gerlach

v spolupráci s obcou Gerlachov, mestom Vysoké Tatry,
Slovenským atletickým zväzom a Štátnymi lesmi TANAP-u

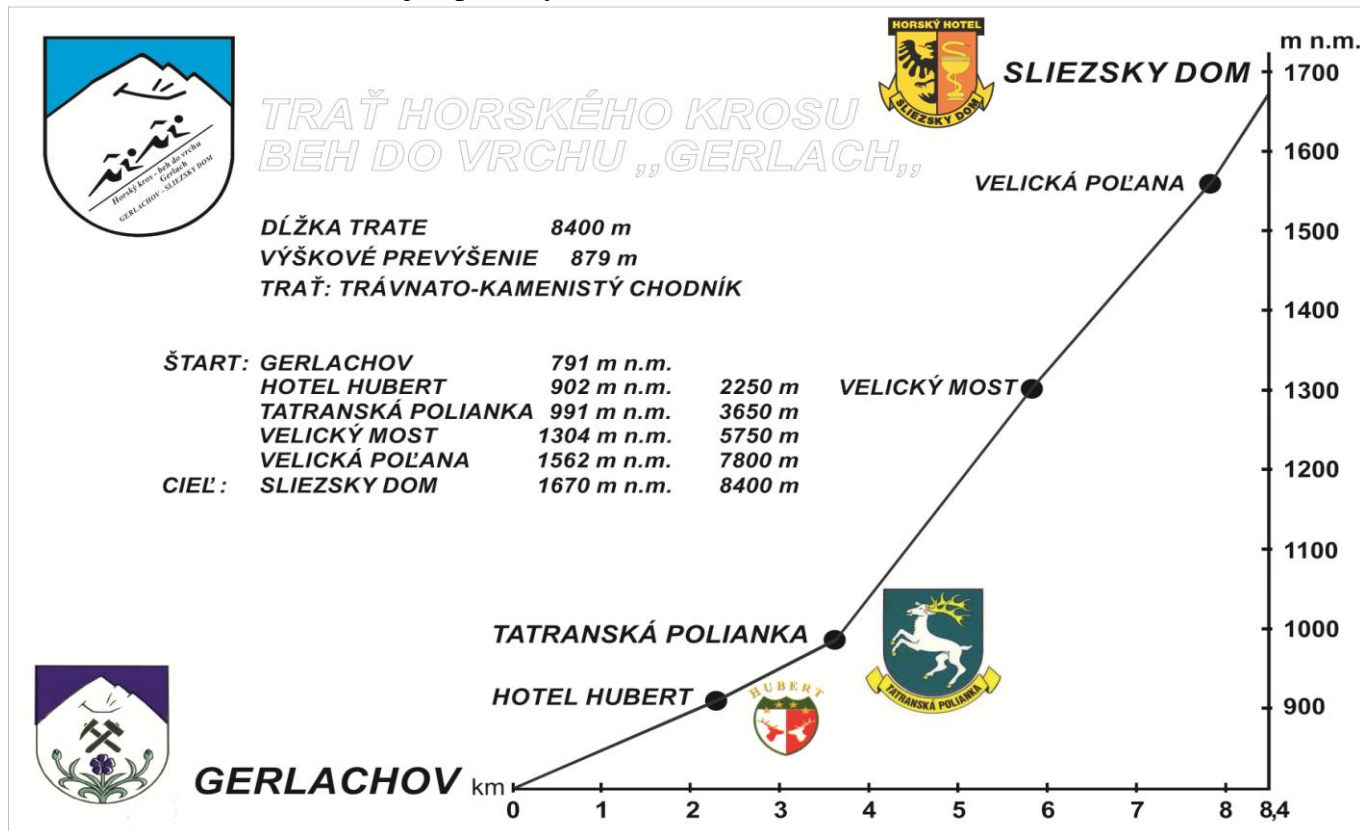


u s p o r i a d a j ú 27. augusta 2016 (sobota)

XXIII. ročník HORSKÉHO KROSU - BEH DO VRCHU GERLACH

11. kolo Slovenského pohára v behu do vrchu 2016

Verejné preteky v behu do vrchu dorastencov a žiakov



Horský kros GERLACH

www.horskykros.gerlach.sk

Dátum: 27. august 2016 (sobota)

Miesto štartu: Gerlachov(okr. Poprad), pri pomníku

Prezentácia: Obecny úrad Gerlachov

od 7.30 – 9.30 hod. JUNIORI, MUŽI, ŽENY, JUNIORKY, NORDIC WALKING

od 7.30 – 10.00 hod. DORASTENCI, DORASTENKY, ŽIACI, ŽIAČKY

Štartovací balíček bude vydaný na základe podpísaného súhlasu dotknutej osoby, ktorý obdržíte e-mailom po pridelení štartového čísla.

Spôsob štartu: hromadný

JUNIORI, MUŽI, ŽENY, JUNIORKY, NORDIC WALKING (8 400 m) **10.15 hod.**

DORASTENCI, DORASTENKY, STARŠÍ ŽIACI A ŽIAČKY (3 650 m) **10.30 hod.**

MLADŠÍ ŽIACI A ŽIAČKY (2 250 m) **10.40 hod.**

Prihlasovanie: online do 22.8.2016 cez: www.pretekaj.sk, prihlásenie je potvrdené zaplatením štartovného
V prípade nenaplnenia kapacity 300 pretekárov aj v deň pretekov pri prezentácií

Štartovné: kategórie mladších žiakov, pretekári nad 70 rokov: **bez štartovného**

kategórie dorastu a starších žiakov: **3,- €** - (kapustnica, nealko, občerstvenie v cieľi)

ostatné kategórie: do 22.08.2016 **10,- €**, v deň pretekov **15,- €**

V cene štartovného je zahrnuté: **kapustnica, pivo/nealko, športová taška na topánky, občerstvenie na trati a v cieľi, účastnícka medaila zo série Tatry v pohybe**

Kategórie:	Muži A	1977 - 96	8 400 m	Ženy E	1982 - 96	8 400 m
	Muži B	1967 - 76	8 400 m	Ženy F	1967 - 81	8 400 m
	Muži C	1957 - 66	8 400 m	Ženy G	1957 - 66	8 400 m
	Muži D	1956 a st.	8 400 m	Ženy H	1956 a st.	8 400 m
	Mladšie žiačky	2004 a ml.	2 250 m	Staršie žiačky	2002 - 03	3 650 m
	Mladší žiaci	2004 a ml.	2 250 m	Starší žiaci	2002 - 03	3 650 m
	Dorastanky	1999 - 01	3 650 m	Juniori	1997 a ml.	8 400 m
	Dorastenci	1999 - 01	3 650 m	Juniorky	1997 a ml.	8 400 m
Nordic Walking:	Muži	1996 a st.	8 400 m	Ženy	1996 a st.	8 400 m

Trate:

2 250 m vedie z Gerlachova ku hotelu HUBERT po trávnom povrchu, záver po asfalte. Značená je červenou stuhou. Výškové prevýšenie 109m.

3 650 m vedie z Gerlachova do Tatranskej Polianky po trávnom povrchu, záver po asfalte. Značená je červenou stuhou. Výškové prevýšenie 200 m. Cieľ na chodníku k ohnisku v Tatranskej Polianke.

8 400 m je spoločná do Tatranskej Polianky so značením červenou stuhou a pokračuje po turistickom značkovanom chodníku zelenou farbou. Z väčšej časti je kamenistý chodník a miestami asfaltová cesta. Výškové prevýšenie 879 m. Cieľ pred horským hotelom Sliezsky dom. Rovnakú trať absolvujú aj pretekári Nordic Walking.

Ceny:	Absolútne poradie mužů	1. miesto 165,- €
	Absolútne poradie ženy	1. miesto 165,- €
	Absolútne poradie mužů	2. – 6. miesto finančná odmena, 7. – 8. miesto vecné ceny
	Absolútne poradie ženy	2. – 6. miesto finančná odmena
	Muži B,C,D,	1. – 3. miesto finančná odmena
	Ženy F, G,H	1. – 3. miesto finančná odmena
	Juniori a juniorky	1. – 3. miesto finančná odmena
	Dorastenci a dorastanky	1. – 3. pohár
	Žiaci a žiačky	1. – 3. Pohár
	Nordic Walking	1. – 3. Pohár

Prekonanie traťového rekordu:	vít'azi kategórií	ženy + juniorky	400,- €	
		muži + juniori	400,- €	
Držitelia traťových rekordov:	M. VANKO	AŠK Dukla Banská Bystrica	40:34,3	2001
	I. ZATORSKA	Poľsko	47:53,5	2003
Tajná prémie na trati:	muži + juniori:	50 eur	ženy + juniorky:	50eur

Vyhodnotenie: V GERLACHOVE pri Obecnom úrade

12.30 hod. žiacke a dorastenecké kategórie

13.15 hod. t o m b o l a

13.45 hod. ostatné kategórie

Občerstvovacie

stanice: 3 650 m Tatranská Polianka, cieľ Tatranská Polianka, kamenný most, cieľ Sliezsky dom

Protesty: Do 15 minút po skončení pretekov hlavnému rozhodcovi s vkladom 10,- €.

Rôzne: Obecnosť, pretekári, činovníci sa zúčastňujú na vlastné nebezpečenstvo. Pretekárom na Sliezsky dom osobnú prepravu vecí zabezpečí usporiadateľ. Upozorňujeme všetkých účastníkov na dodržiavanie pokynov k ochrane prírody a pohybu len po značkovaných chodníkoch. Počet dopravných prostriedkov na Sliezsky dom je obmedzený a disponuje ním usporiadateľ. Usporiadateľ zabezpečí odvoz pretekárov muži C, D, ženy F, G, H, ktorí požiadajú pri prezentácii, resp. zo subjektívnych ťažkostí zo Sliezkeho domu do Gerlachova. Usporiadateľ si vyhradzuje právo zmeny rozpisu. Pretekárom odporúčame uzavrieť horské poistenie! Usporiadateľ nezodpovedá za vzniknuté škody počas pretekov.

Usporiadateľ zabezpečí odvoz pretekárov v kategórii dorastu a žiakov z cieľa na Tatranskej Polianke a pri Hoteli Hubert do miesta vyhlásenia výsledkov v Gerlachove.

Pretekár prostredníctvom prihlášky udeľuje súhlas organizátorovi pretekov (HK Gerlach) so spracovávaním a správou svojich osobných údajov v súlade so zákonom č. 428/2002 Z.z o ochrane osobných údajov pre uvedený ročník HK Gerlach.

Pravidlá Nordic Walking:

Preteká sa podľa pravidiel Nordic Walking (<http://www.snwa.sk/>).

1. Technika Nordic Walking založená na štandarde INWA®.
2. Použitie palíc Nordic Walking (nie trekových a iných). Dĺžka palice zvierá max. pravý uhol v lakti.
3. Pohyb je striedavý. Pravá ruka s ľavou nohou a naopak.
4. Pohyb je z ramena, nie z lakt'a. Lakeť sa nekrčí.
5. Putko sa vypúšťa za telom. Prsty paličku vpredu zvierajú a vzadu uvoľňujú.
6. Povolená je len chôdza. Vždy je na zemi súčasne jedna noha a jedna palička.
7. Fair play!

Šatňa: Obecný úrad Gerlachov

Informácie: Ing. Martin Mlynár: tel.: 0904 548 260, e-mail: info@distance-sport.sk, www.horskykros.gerlach.sk

ORGANIZAČNÝ VÝBOR:

PRESEDA: Martin Mlynár, **RIADITEĽ PRETEKOV:** Jozef Homola, **HLAVNÝ ROZHODCA:** Juraj Majlát, **SEKRETARIÁT:** Viera Homolová, **ČASOMIERA:** Vladimír Boža, Michal Nikerle st., **ORG. ZABEZPEČENIE:** Marián Gaj **ZDRAVOTNÉ ZABEZPEČENIE:** Tatranská horská služba - dobrovoľný zbor Vysoké Tatry, **HOSPODÁR:** Michal Ryša ml., **HL. UPORIADATEĽ:** Peter Gánovský, **VELITEĽ TRATÍ:** Peter Gánovský, **HLÁSATEĽ:** Michal Malák, **OBČERSTVENIE:** Ján Hroboň ml.

Jozef Homola v.r.
riaditeľ pretekov

Martin MLYNÁR v.r.
predseda OV

