



**OBEC RAŠKOVICE**  
Region Slezská brána | TJ Slezan Frýdek-Místek



# RAŠKOVICKÝ ČTVRTMARATON

**NEDĚLE 10. ZÁŘÍ | 8:30 - 13:00**

**SPORTOVNÍ HALA PŘI ZŠ RAŠKOVICE**

# 2017

**FRÝDECKO-MÍSTECKÝ BĚŽECKÝ POHÁR 2017**  
**BĚŽECKÁ CENA MLÁDEŽE FRÝDECKO-MÍSTECKA 2017**

**1. ROČNÍK**

#### MÍSTO PREZENTACE:

**Sportovní hala při ZŠ Raškovice**

(včetně šaten, sprch, výdeje občerstvení, zdravotnické služby)

#### START ZÁVODŮ MLÁDEŽE A HLAVNÍHO ZÁVODU:

**Sportovní hala při ZŠ Raškovice**

**MOŽNOSTI PARKOVÁNÍ:** Areál ZŠ Raškovice, Areál MŠ Raškovice a další místa dle navigace pořadatelské služby

#### ČASOVÝ HARMONOGRAM:

**Závodů mládeže: prezentace 8:30 - 9:15 | zahájení závodů od 9:30**

**Hlavní závod: prezentace 8:30 - 10:45 | start 11:00**

#### KATEGORIE:

**HLAVNÍ ZÁVOD - ČTVRTMARATON - 10 548 M** (2 okruhy po 5,28 km)

<b>Muži:</b>	C - 45 - 54 let	<b>Ženy:</b>
A - do 34 let	D - 55 - 64 let	E - do 34 let
B - 35 - 44 let	E - nad 65 let	F - nad 35 let

V každé kategorii bude vyhlášen při účasti alespoň tři Raškovjanů také nejrychlejší občan Raškovice.

#### ZÁVODY MLÁDEŽE (jeden až tři okruhy po 500m, popř. jeden okruh cca 150 m)

<b>Žáci a žákyně - ročníky:</b>	2006-2007	1000 m	
2002-2003	1000 m	2008-2009	500 m
2004-2005	1000 m	2010 a mladší	cca 150 m

#### Dorostenci a dorostenky - ročníky:

2000-2001 1500 m

V každé kategorii bude při účasti alespoň tři Raškovjanů vyhlášen nejrychlejší žák/žákyně a nejrychlejší dorostenec/dorostenka Raškovice.

#### Startovné:

**ZÁVODY MLÁDEŽE - ZDARMA | HLAVNÍ ZÁVOD - 70,- Kč**  
**CENY**

- medaile pro první tři v každé kategorii mládeže
- poháry pro první tři v každé kategorii hlavního závodu
- věcné ceny pro tři nejrychlejší muže a tři nejrychlejší ženy v absolutním pořadí hlavního závodu
- věcné odměny pro vyhlášené nejrychlejší Raškovjany v jednotlivých kategoriích dle podmínek uvedených výše
- pamětní medaile pro prvních 100 účastníků hlavního závodu
- losování šťastných čísel závodníků, kteří dokončili závod, a to samostatně pro závody mládeže a samostatně pro hlavní závod

#### OBČERSTVENÍ:

Bude poskytnuto všem účastníkům hlavního závodu a závodů mládeže.

#### Popis tras hlavního závodu a závodů mládeže:

Trasa hlavního závodu - okruh v délce 5,28 km (běží se 2 okruhy)

- 100 % asfalt, celkové převýšení cca 190 m

Trasa závodů mládeže - okruh v délce 500 m (běží se 1 až 3 okruhy)

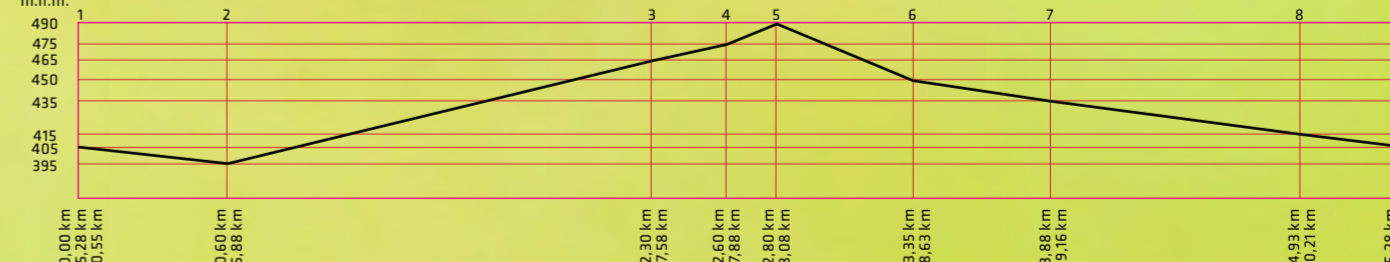
- 90 % asfalt, 10 % tráva

Trasa závodů žáků r. 2010 a mladší okruh cca 150 m - 100 % tráva



Místo	km		n.m.m.	Převýšení
	1. okruh	2. okruh		
1 Sportovní hala (start)	0,00	5,28	405	0
2 Obecní úřad	0,60	5,88	395	-10
3 Hlavní cesta Raškovice - Frýdlant	2,30	7,58	465	70
4 Odbočka z hlavní cesty k Husinci	2,60	7,88	475	10
5 Červená turistická značka - kulminační bod stoupání	2,80	8,08	490	15
6 Husinec - odbočka k Folvarku	3,35	8,63	450	-40
7 Křížení s hlavní cestou Raškovice - Frýdlant	3,88	9,16	435	-15
8 Hlavní cesta na Dobrou - kaple	4,93	10,21	415	-20
9 Sportovní hala (cíl)	5,28	10,55	405	-10

#### PROFIL TRASY HLAVNÍHO ZÁVODU



#### REALIZAČNÍ TÝM:

**Nad'a Koperová** (Obec Raškovice)

- organizační zajištění zázemí závodů (sprchy, občerstvení atd.)

**Jaroslav Mikoláš** (Obec Raškovice) - vytyčení a vyznačení tratí

**Miroslav Lysek** (Dobrovolný svazek obcí Region Slezská brána)

- propozice a propagace akce

**Josef Nejezchleba** (TJ Slezan Frýdek-Místek) - hlavní rozhodčí

**UPOZORNĚNÍ: KAŽDÝ ZÁVODNÍK STARTUJE NA VLASTNÍ NEBEZPEČÍ**