



Specializovaná prodejna pro běžecké lyžování-Na Maninách 50, 170 00 Praha 7
Tel/fax: 220 809 908, mobil:602 850 073, e-mail:servis@lbs-sport.cz

TJ.SOKOL SENOHRABY-LYŽAŘSKÝ ODDÍL
pořádá

PODZIMNÍ BĚH LYŽAŘŮ

54.ročník lesního běhu
akce „SPORTUJ S NÁMI“ Sdružení TJ/SK Praha-východ

SENOHRABY - „Vávrův palouk“
NEDĚLE 28.11 2010 od 10.hodin

Přihlášky: Pouze v den závodu od **8 do 9,45 hod.** Pro žákovské ktg. Pro ostatní do **10,30**
v označených oknech závodní kanceláře u startu na Vávrově palouku

Vklady: dospělí 30Kč, dorost 20Kč, žactvo 10Kč

Podmínky: účastníci akce stvrzují svojí přihláškou ke startu vlastní zdravotní způsobilost,
obdobnou zárukou je hromadná přihláška mládeže jejich vedoucím.

Šatny: omezená možnost u startu v ohřívárně suterénu chaty od 8hod.

Tratě: členitý lesnatý terén prostoru Žlábky a Obora, trasy uklizené,
tretry s hřeby doporučeny

PROGRAM:

500m minižáci, minižákyně 2000,01,02... hromadné starty od 10hod.

1km žáci mlad. Žákyně mlad. 1998,99
žákyně star. 1996,97 hromadné starty od cca 10,25hod.

1,2km žáci star. 1996,97
dorostenky mlad. 1994,95 hromadné starty od cca 10,45hod.

1,6km dorostenci mlad. 1994,95
dorostenky star. 1992,93 hromadné starty od cca 11hod.

4km ženy A/do 35 let/ 1991-1975
ženy B/nad 35 let/ 1974,73,72...
dorostenci star. 1992,93 dvojice intervalově a30s. Od cca 11,05hod.

8km muži A/do 35let/ 1991-1975
muži B/do 49let/ 1974-1961
muži C/nad 50let/ 1960,59,58... dvojice intervalově od cca11,15hod.

Výsledky: Vyhlášení pořadí a časů na tratích 500m a 1km do 30min.po doběhu těchto ktg.
Ostatní tratě po výpočtu ktg.
Výsledkové listiny s oficiálními časy je možné objednat při prezentaci po složení příplatku 10Kč

Vlakové spojení: Trati' 221 Praha hl.n. 7,20 8,20 9,20
Senohraby příj. 8,04 9,04 10,04

zpáteční odjezdy 12,21 13,21 14,21 14,51 15,21 15,51 16,21

Silniční doprava: Dálnice D1 do Mirošovic, dále odboč.na Benešov, po cca 2km odboč.
do Senohrab, následuje průjezd po hl.silnici horní částí obce k Hasič.
Domu/cca 1km/,zde odboč.do prava-ul.Školní a při první příležitosti
opět doprava-ul.Nad stráněmi a Pětihostská. Zde je možnost parkování.

Kontakt: Tel. 323 655 556
774 417 044
e-mail skise@centrum.cz

ředitel závodu: Ing.Vladimír Syrovatský