



# POKYNY

Ahoj běžci,

toto jsou **průběžné pokyny** na sportovní akci „ŠTERNBERSKÝ ½ MARATON“, jejíž součástí je půlmaraton, běh na 10,5 km, nově kondiční běh a chůze s holemi "Nordic walking" na 6,5 km a kondiční běh na 1,2 km.

**Pořádající orgán:** Sportovní klub SKI-OB Šternberk, z.s.

**Datum:** 28. 9. 2024 (sobota – státní svátek)

**Centrum:** parkoviště areálu společnosti MJM, a.s.

**Příjezd a parkování:** pro parkování je možno využít parkoviště u nákupních center **Lidl** a **TESCO**, případně **u vlakového nádraží** (z důvodu státního svátku mají obchodní centra Lidl a TESCO zavřeno). **Vzdálenosti:**

Parkování – centrum: 650 m, **viz přiložená mapa\***

**Neparkujte na místech, která k tomu nebudou určena** (např. vjezdy k rodinným domům).

**Prezentace:** v centru závodu\*\*

Na prezentaci proběhne kontrola údajů a budou vydávány startovní balíčky s následujícím obsahem:

- startovní číslo a čip pro elektronické měření času,
- sdružená poukázka se startovním číslem a provázkem (**slouží jako šatní blok pro úschovu zavazadel a následně jako poukázka na jídlo**).

**Časový harmonogram:**

Prezentace	9:00 – 10:00
Start 1,2 km	10:00
<b>Start 10,5 km, půlmaraton, kondiční běh a Nordic walking 6,5 km</b>	<b>10:30</b>
Doběh prvních závodníků	11:10 (10,5 km) / 11:45 (půlmaraton)
Doběh posledních závodníků	11:50 (10,5 km) / 13:00 (půlmaraton)
Vyhlášení vítězů	13:30

**Zázemí pro závodníky:**

V centru závodu jsou pro závodníky k dispozici:

- lavice a stoly (pivní sety) umístěné pod party stany,
- mobilní WC a cisterna s pitnou vodou,
- hlídaná úschovna zavazadel (sdružená poukázka se startovním číslem a provázkem je součástí startovního balíčku)
- stánek s občerstvením (pro registrované závodníky je zajištěno teplé jídlo - sdružená poukázka se startovním číslem a provázkem je součástí startovního balíčku).

**Prostor závodu:** Šternberk a přilehlé obce Lhota a Lužice viz přiložená mapa\*\*\*

**Popis trati:**

Trasa ½ maratonu a Běhu na 10,5 km vede od areálu společnosti MJM, a.s. přes místní část Lhota do Lužic. Z Lužic po cyklostezce do Šternberka a dále po cyklostezce „Hvězdná“ směr Šternov s obrátkou (půlmaraton dva okruhy, běh na 10,5 km jeden okruh).

Trasa kondičního běhu a Nordic walking na 6,5 km vede od areálu společnosti MJM, a.s. přes místní část Lhota do Lužic. Z Lužic po cyklostezce do Šternberka.

Závody probíhají za běžného provozu. Povrch: asfalt, šotolina a zámková dlažba.

**První pomoc:** Závodníci startují na vlastní nebezpečí, první pomoc bude poskytnuta v cíli.

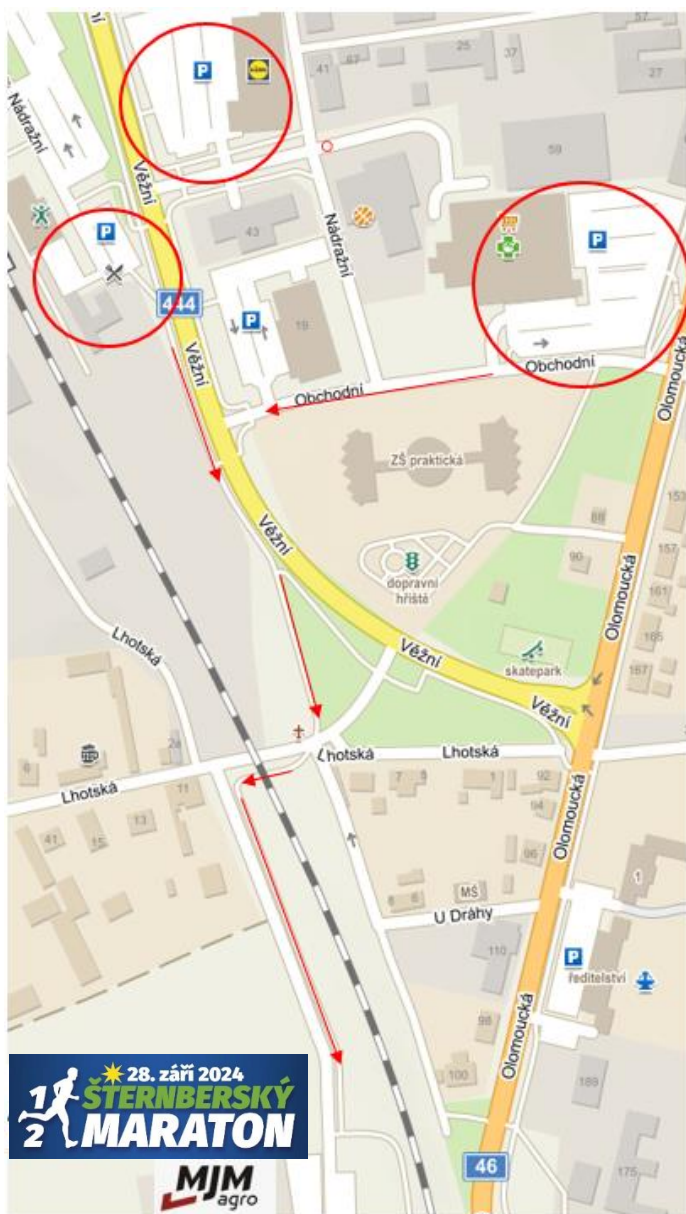
**Odpadky:** Prosíme o důsledné třídění odpadu do barevně odlišených pytlů: žluté na plasty a černé na ostatní odpad. Jednorázové misky na jídlo znečištěné zbytky jídla prosím vhadzujte do směsného odpadu (černé pytle).

**Hlavní funkcionáři:**

Ředitel závodu: Zdenek Poštulka                      Prezentace a vyčítání čipů: Kristýna Skyvová

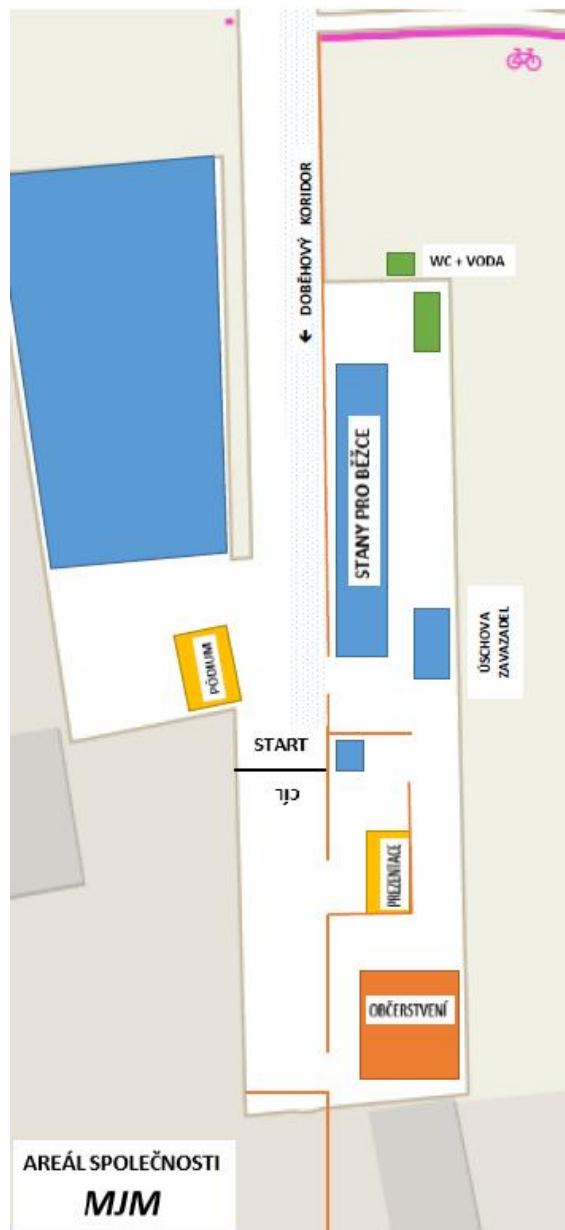
## Příjezd a parkování:

\*



## Plánek centra závodu:

\*\*



## Prostor závodu:

\*\*\*

Trasa ½ maratону, běhu na 10,5 km, kondičního běhu na 6,5 km a chůze Nordic walking na 6,5 km vede od areálu společnosti MJM, a.s. přes místní část Lhota do Lužic.

Z Lužic po cyklostezce do Šternberka, ve Šternberku za vlakovým nádražím směrem k centru závodu.

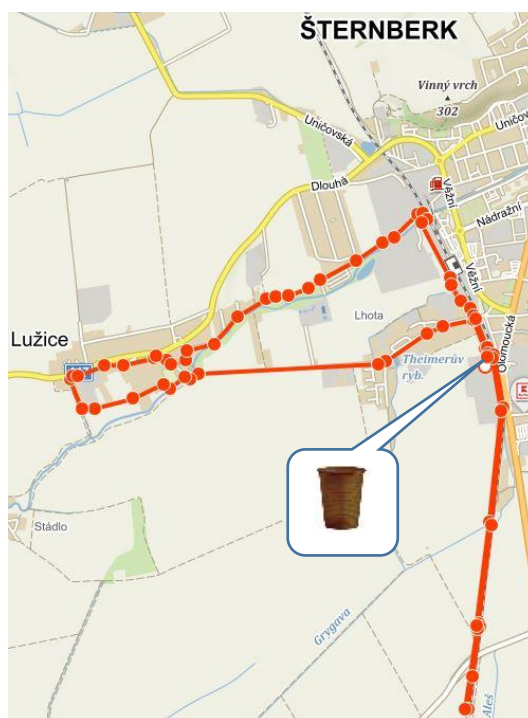
Před centrem závodu bude umístěna občerstvovací stanice.

Trasa ½ maratónu a běhu na 10,5 km dále pokračuje po cyklostezce „Hvězdná“ směr Štarnov s obrátkou a po cyklostezce zpět Šternberk.

Účastníci půlmaratónu běží dva okruhy, běhu na 10,5 km jeden okruh.

Závody probíhají za běžného provozu.

Povrch: asfalt, šotolina a zámková dlažba.





Mapa hlavního okruhu závodu: start → Lhota → Lužice → Šternberk

↓ ulice Pískoviště



Vysvětlivky:

- 1)  kontrolní bod dozorovaný pořadatelskou službou, případně městskou policií
- 2)  vyznačení směru běhu

Detail trasy - ulice Pískoviště – začátek 6. kilometru

