



PROPOZÍCIE 16. ročníka bežeckých pretekov V HORSKOM PARKU

Milá Míľa sú verejné bežecké preteky pre všetkých, ktorí majú radi beh a prírodu. Poskytujú každému záujemcovi príležitosť v pohode si zašportovať v nádhernom prostredí chráneného areálu Horský park v centre Bratislavy. Hromadný spôsob štartu umožňuje trénovaným bežcom vychutnať si pocit víťazstva a na druhej strane začínajúcim alebo rekreačným bežcom športový zážitok z pretekárskeho napätia. Týmito pretekmi by sme chceli zväčšiť okruh priaznivcov aktívneho behu, ochrancov Horského parku a prírody vôbec.

Dátum: Nedeľa, 29. mája 2011.

Miesto: Horáreň Horský park, Lesná 1, Bratislava (zhromaždisko, štart, cieľ).

Usporiadateľ: TJ Rapid Bratislava, Oddiel orientačného behu, Hrachová 4, 821 05 Bratislava
www.tjrapid.sk,
a Nadácia Horský park, Majakovského 13, 811 04 Bratislava,
v spolupráci s Magistrátom hlavného mesta SR Bratislavy,
v spolupráci s FIT PLUS, s.r.o. a Carni Herba,
s povolením Krajského úradu životného prostredia.

Prihlášky: - do 25.5.2011 e-mailom na adresu formanko@t-zones.sk, platí až po potvrdení
- priamo na zhromaždisku, pri prezentácii, najneskôr 40 minút pred štartom príslušnej kategórie. V prihláške uveďte svoj rok narodenia.

Štartovné: - do 25.5.2011: =2,- € deti, žiaci a Lama, =4,- € juniori/ky, muži, ženy.
- pri prezentácii: =3,- € deti, žiaci a Lama, =5,- € juniori/ky, muži, ženy.
Iba preteky Sprint do schodov: 50% z pôvodného štartovného podľa termínu prihlášky.
Platba štartovného hotovosťou pri prezentácii v deň pretekov podľa prihlášky.

Prezentácia: Od 8.30 hod. do doby 40 minút pred štartom príslušnej kategórie.

Spôsob štartu: Štart každej kategórie bude hromadný.

Funkcionári pretekov: riaditeľ pretekov: Dušan Formanko infotelefon 0903 514 492
hlavný rozhodca: Milan Mazúr

Protesty: Podávajú sa hlavnému rozhodcovi s vkladom =8,- € do 30 minút od ukončenia pretekov v príslušnej kategórii.

Ceny: Vecnými cenami budú odmenení prví traja v každej kategórii:

Pohár predsedu BSK, pána Pavla Freša získajú:

- víťaz kategórie juniori
- víťazka kategórie juniorky

Pohár primátora Bratislavy, pána Milana Ftáčnika získajú:

- víťaz kategórie muži do 39 rokov
- víťazka kategórie ženy do 34 rokov

Pohár starostky m.č. Staré mesto, pani Tatiany Rosovej získajú:

- víťazi pretekov Špritu do schodov v mužskej a ženskej kategórii

Pohár Nadácie Horský park získajú:

- absolútny víťaz kategórie muži do 49 rokov, muži do 59 rokov a muži nad 60 rokov
- víťazka kategórie ženy nad 35 rokov

Pohár ORACLE získa: víťazné trojčlenné družstvo v ľubovoľnom zastúpení kategórií, zložené na jednotnej báze (firma, škola, rodina, športový klub a pod.) Družstvo treba nahlásiť pri prezentácii. Výsledok družstva je daný súčtom bodov jeho členov. Víťaz v kategórii má počet bodov rovnajúci sa počtu hodnotených pretekárov v danej kategórii, mimo diskvalifikovaných. Každé nižšie umiestnenie

má o 1 bod menej, posledný hodnotený pretekár v kategórii získa 1 bod.

Certifikát o absolvovaní trate získajú: všetci klasifikovaní v kategórii Lama - open

Lekárska prehliadka: Odporúčame ju všetkým štartujúcim. Každý štartuje na vlastné nebezpečenstvo.

Kategórie:	štart	trať	rekordné časy tratí
* deti do 6 rokov (ročník 2005 a mladší)	10.00	630 m	2:49
* žiaci, žiačky do 10 r. (ročník 2001 a ml.)	10.15	1355 m	5:15
* žiaci, žiačky do 15 r. (ročník 1996 a ml.)	10.30	1355 m	4:33
* juniorky do 19 r. (ročník 1992 a mladšie)	10.45	2710 m	10:46
* ženy nad 35 r. (ročník 1976 a staršie)	10.45	2710 m	12:15
* ženy do 34 r. (ročník 1977 a mladšie)	11.15	2710 m	10:06
* juniori do 19 r. (ročník 1992 a mladší)	11.45	4065 m	14.29
* muži do 49 r. (ročník 1962 a mladší)	11.45	4065 m	14:18
* muži do 39 r. (ročník 1972 a mladší)	12.15	4065 m	13:15
* muži do 59 r. (ročník 1952 a mladší)	12.45	4065 m	15:35
* muži nad 60 r. (ročník 1951 a starší)	12.45	4065 m	17:41
* Lama - open (pre nešportujúcich)	13.15	630 m	
* Súťaž družstiev: trojčlenné družstvo v ľubovoľnom zastúpení kategórií, zložené na jednotnej báze (firma, škola, rodina, športový klub a pod.)			

Vyhlasenie výsledkov všetkých kategórií pretekov Milá míľa o cca 13,30 hod.

Šprint do schodov: (242 schodov, 38 m prevýšenie)

* muži ľubovoľného veku	14.00	rekord	0:35,37
* ženy ľubovoľného veku	14.00	rekord	0:49,80

Štart je zmiešaný, intervalový po 30. sekundách.

Osobitné upozornenia:

- Preteká sa v chránenom areáli Horský park, v území s vysokým - štvrtým stupňom ochrany prírody.
- Je zakázané pretekať v tretrách alebo v obuvi s kovovými hrotmi.
- Preteká sa iba po vyznačených tratiach a cestičkách.
- Preteká sa za každého počasia pokiaľ budú trate regulérne, každý štartuje na vlastnú zodpovednosť, na štarte bude k dispozícii šatňa.

Spojenie MHD:

- Viacerými linkami MHD
- Trolejbusom č.207 alebo č.203 po Mudroňovej ulici až na začiatok Búdkovej cesty. Odtiaľ pešo po Majakovského ulici a schodoch cca 10 minút k horárni na Lesnej ul. 1
- Pešo z hlavnej železničnej stanice na križovatku ulíc Šancová - Štefánikova a odtiaľ Hlbokou cestou, Nekrasovovou ulicou cca 13 minút k horárni na Lesnej ul. 1
- Pešo od jediného nadchodu nad Brnianskou ulicou po Gorazdovej a Lesnej ulici cca 10 minút k horárni

Príjazd autom:

Ku kostolu Kalvária a odtiaľ po Nekrasovovej ulici cca 200 m k horárni na Lesnej ul. 1. Pri horárni je obmedzená možnosť parkovania po okrajoch uličiek Nekrasovova, Lesná a Novosvetská.