## Štefánik 100 / beh .

**21.04.2019** o  10,00 hod. Jahodná

**Vláda Slovenskej republiky vyhlásila rok 2019 za rok M. R. Štefánika.**

Spoločnosť M. R. Štefánika klub Košice v spolupráci s partnermi, pri tejto príležitosti pre Vás pripravili výnimočné bežecké podujatie pod názvom Štefánik 100.

ORGANIZÁTOR: Spoločnosť M. R. Štefánika a partneri

Miesto a čas konania: Štart o 10,00 hod. pri chate Jahodná

Trasa: Trasa vedie čiastočne po starej židovskej ceste. Informácie o stavbe tejto lesnej cesty, ktorá bola súčasťou vojenského výcvikového strediska dostane každý účastník v štartovnom balíčku.

8,5km – krátka

17km – dlhá

3km – Nordic walking (NW možný aj bez palíc) - NESÚŤAŽNE

Kategórie: Ceny získavajú prví traja pretekári v bežeckých disciplínach medzi ženami a medzi mužmi v celkovom poradí.

Registrácia Limit pre odznak, čelenku a pamätnú medailu je 100 účastníkov!

Štartovné a spôsob platby: Štartovné je 15,- pre všetky kategórie. Limit je obmedzený na 100 pretekárov. Registrácia je spustená na [www.pretekaj.sk](http://www.pretekaj.sk) a prihlásiť sa je možné do 12.04.2019. Štartovný poplatok je konečný a nevratný. V prípade neúčasti je možné registráciu previesť na inú osobu.

Harmonogram:
8:00 – 9:30 hod. prezentácia a vyzdvihnutie štartovného balíčka v čajovni Jahodná

9:30 hod. tombola (na základe štartovného čísla)

10:00 hod. štart všetkých troch disciplín beh na 8,5km, 17km a 3km NW

Od 11:00 hod. predpokladané dobehnutie prvých pretekárov do cieľa a následné občerstvenie (zeleninové rizoto, kofola)

11:30 hod. vyhlasovanie výsledkov krátkej trate

12:00 – 12:30 hod. vyhlasovanie výsledkov dlhej trate

Každý zaregistrovaný pretekár (bežec aj chodec) s vyplateným štartovným do 12.04.2019 dostane štartovný balíček, ktorého súčasťou bude pamätná medaila s podobizňou M. R. Štefánika po dobehu, občerstvenie (rizoto a kofola), odznak MRŠ a technická čelenka.

Nezabudnite si vytlačiť a priniesť so sebou podpísaný Súhlas dotknutej osoby.
Vyzdvihnutie štartových čísiel, ktorí boli registrovaní online na preteky bude možné len na základe uvedeného dokumentu.

Na podujatí bude k dispozícii záchranná služba.

Organizátor má právo, a to aj počas samotnej registrácie, stanoviť limit počtu registrovaných účastníkov z kapacitných, bezpečnostných, logistických, alebo iných dôvodov a tiež právo kedykoľvek ukončiť registráciu, alebo upraviť termín jej ukončenia.

Organizátor nepreberá zodpovednosť za škodu na majetku, alebo na zdraví súvisiacou s cestou, pobytom alebo účasťou na podujatí.

Organizátor má právo na zmeny v propozíciách v priebehu príprav podujatia v prípade potreby.

Každý pretekár je v zmysle novej legislatívy povinný oboznámiť sa s Kódexom bežca. Nachádza sa v propozíciách, no bude k dispozícii aj na mieste registrácie.

**Kódex bežca**

1. Pred samotným prihlásením sa na preteky si dôkladne preštuduj pokyny a propozície, ktoré sú nastavené pre dané preteky, rešpektuj a dodržiavaj ich.

2.    Nenechávaj si veci na poslednú chvíľu. Neskorá registrácia, vyzdvihnutie si štartových balíkov tesne pred štartom, parkovanie na podujatí na poslednú chvíľu či neskorý príchod, to všetko spôsobuje organizátorom aj tebe zbytočný stres a problémy.

3.    Dostatočne zváž riziká spojené s nadmernou fyzickou záťažou na pretekoch, ak nie si úplne fit radšej neštartuj. Dbaj o svoje zdravie a absolvuj aspoň raz ročne „skutočnú“ všeobecnú zdravotnú prehliadku.

4.    Dodržuj pravidlá fair play. Užívanie zakázaných látok a skracovanie trate je zakázané. Štartuj z pridelených štartových koridorov a nadmerne nevynášaj občerstvenie z cieľového servisu.

5.     Štartové číslo a čip sú neprenosné. Číslo maj vždy umiestnené na viditeľnom mieste a patrí len tebe. Ak je na zadnej strane čísla možnosť vyplniť zdravotné údaje, urob tak.

6.     Pravidelne a rovnomerne využívaj občerstvovanie a osviežovacie stanice. Odpadky vyhadzuj na miestach na to určených, mysli na životné prostredie a okolie v ktorom všetci žijeme.

7.    Počas behu vnímaj okolie okolo seba. Slúchadlá v ušiach na preteky nepatria! V prípade nevyhnutného prejazdu záchranných zložiek ohrozíš život a zdravie seba aj niektorého spolubežca a v neposlednom rade ti zabránia vychutnať si krásy prírody, či povzbudzovanie divákov.

8.    Uži si preteky, ale mysli pri tom aj na ostatných. Ktokoľvek na trati potrebuje tvoju pomoc, pomôž mu.

9. Dodržuj a rešpektuj pokyny organizátorov, aj dobrovoľníkov na podujatí.  Ak máš nejaký postreh, prípadne sťažnosť, kontaktuj priamo organizátora. Organizátor bude vďačný za tvoj postreh a podnet smerujúci k zlepšeniu jeho podujatia, pokiaľ je podaný korektnou formou.

10. Rešpekt a úcta, by mali byť základom vzťahu organizátora k účastníkovi, ale aj účastníka k organizátorovi. Neurážaj a neosočuj organizačný tím, komunikácia medzi účastníkom a organizátorom musí byť vecná, korektná a vždy v rovine slušnosti.