

13.ročník Beh do neba 2023 Schody pod Hájikom v Žiline



BEH DO NEBA

powered by ZILINA.RUN

FINÁLE SLOVENSKÉHO POHÁRA
V BEHU DO SCHODOV

13. ROČNÍK

PROPOZÍCIE

Dátum: 21.10.2023, sobota

Disciplína: Výbeh vopred stanoveného množstva schodov po vyznačenej trase.

Pravidlá: Preteká sa podľa platných pravidiel TWA (www.towerrunning.com). Základné pravidlo je prekonať výškový rozdiel vlastnými silami (behom, krokom, plazením). Kvalifikácia-Štartuje sa jednotlivo v 30 s intervaloch. Kategória "Karneval" má rovnaké pravidlá, ale účastníci bežia v originálnych kostýmoch, najlepší budú vyhodnotení sčítaním hlasov od ostatných pretekárov. **Klokan-** rodič, potomok, alebo dvaja rodinný príslušníci, či spriaznené duše. Rozhodujúci je čas, ale podľa koeficientu hmotnosti súčtu váh oboch členov. 100kg základ- Každé kilo navyše znamená odpočet pol sekundy a každé kilo menej sa rovnaký čas pripočítava.

Kategória klokan nebeží vyradovací beh. Len Kvalifikáciu. Samostatná súťaž je následne vyradovacím spôsobom v systéme najpomalší beží proti najrýchlejšiemu z

kvalifikácie. atď tzv pavúkom. Celkový víťaz je len jeden v každej disciplíne.

Bezpečnosť: Organizátor zabezpečí zdravotníka pripraveného podať prvú pomoc, bežec preteká na vlastné nebezpečenstvo.

Ceny: Ceny budú vyhlásené, upravené a doplnené na internetových stránkach, facebooku a na mieste preteku.

Registrácia: Vopred na stránke **www.pretekaj.sk** alebo na mieste preteku 8:00-11:00

Štart: Podľa štartovej listiny (max. 250 bežcov). Prvý bežec vybieha cca 30 min. po ukončení registrácie, najneskôr 12:00.

Výsledky: Cca 20 min. po dobehnutí posledného pretekára.

Prezentácia: Na mieste preteku **10:00 - 12:00**, Schody pod Hájikom. Pri podchode.

Štartovné: Jednotlivec **12€** pri registrácii a zaplatení do 16.10.2023

Jednotlivec **15€** pri registrácii a zaplatení na mieste v deň preteku

Kategórie:

Karneval (od 15 rokov)

Klokan- rodič potomok, alebo dvaja rodinny príslušníci, či spriaznené duše. Rozhodujúci je čas, ale podľa koeficientu hmotnosti súčtu váh oboch členov. 100kg základ- Každé kilo na vyše znamená odpočet pol sekundy. a Každé kilo menej sa rovnaký čas pripočítava.

Kategória klokan nebezi vyradovací beh. Len Kvalifikáciu.

Vekové kategórie:

Juniori a juniorky

0-18r tzn ročník narodenia 2005 a mladší
Muži a ženy
19-49r tzn 2004 a 1974
Seniori a seniorky
50r+ tzn 1973 a starší