

3D Fitness Race Team a SVČ Animo pořádají



# Duathlon Žamberk

## 29. ROČNÍK

**Termín závodu:** Sobota, 21. září 2019

**Statut závodu:** Veřejný závod v duatlonu.  
Mistrovství České republiky pro kategorie žactva, dorostu, juniorů, dospělých a pro kategorii klubů.

**Místo závodu:** Žamberk, zámecký park. **Parkování a vstup do parku od SVČ Animo (ul. 28.října)**  
Parkování aut ulice Lukavská - 50°4'55.467"N, 16°27'59.263"E

**Prezentace v SVČ Animo:** Pátek 20.9. pro všechny kategorie 17.00 – 18.00  
Sobota 21.9. žactvo 8.00 - 8.30 hlavní závod 8.00 - 9.30

**Rozprava v místě startu:** žactvo 8.45 hlavní závod 10.25 štafety 10.25

**Start:** žactvo mladší a starší (M12, W12, M14, W14) 8.50 žáci 8.52 žákyně  
žactvo nejmladší (M8, W8, M9, W9, M10, W10) 9.30 žáci 9.32 žákyně  
hlavní závod 10.30 10.35 ženy, juniorky, dorostenky  
štafety 10.40

**Startovné:** Pro předem přihlášené závodníky: **400,- Kč** dorost **350,- Kč**  
Pro předem přihlášené členy ČTA s platnou licencí: **350,- Kč** dorost **300,- Kč**  
Pro předem přihlášené štafety: **800,- Kč (za štafetu)**  
Toto startovné platí pro přihlášení a zaplacení startovného převodem na účet 269324585/0300 do **17.9.2019!**  
Pro platbu převodem použijte variabilní symbol, který Vám přijde v potvrzovacím e-mailu.  
**Za platnou se přihláška považuje až ve chvíli, kdy je k ní přiřazena platba!**  
Při přihlášení a zaplacení v den závodu při prezentaci je startovné **500,- Kč**, pro štafety **1.000,- Kč**.

Závod žactva: **100,- Kč** pro členy ČTA **80,- Kč** (startovné je možno zaplatit i při prezentaci)

V ceně startovného je finišerské tričko z funkčního materiálu od firmy **ELEVEN**, ale pouze pro závodníky přihlášené do **1.9.2019** a s předem zaplaceným startovným. Pro žákovské kategorie trika bavlněná.

### Kategorie a tratě:

Kategorie	Ročník narození	1.běh	Kolo	2.běh
Žáci 8 (M8, W8)	2011	350 m	2 km	450 m
Žáci 9 (M9, W9)	2010	350 m	2 km	450 m
Žáci 10-11 (M10, W10)	2009 – 2008	350 m	2 km	450 m
Žáci 12-13 (M12, W12)	2007 – 2006	1 km	6 km	1,1 km
Žáci 14-15 (M14, W14)	2005 – 2004	1 km	6 km	1,1 km
Dorost 16-17 (M16, W16)	2003 – 2002	5 km	20 km	3 km
Junioři 18-19 (M18, W18)	2001 – 2000	5 km	20 km	3 km
K 23 (M23, W23)	1999 – 1996	5 km	20 km	3 km
24-39 (M24, W24)	1995 – 1980	5 km	20 km	3 km
40-49 (M40) muži	1979 – 1970	5 km	20 km	3 km
50-59 (M50) muži	1969 – 1960	5 km	20 km	3 km
60 a starší (M60) muži	1959 a starší	5 km	20 km	3 km
40 a starší (M40) ženy	1969 a starší	5 km	20 km	3 km
Štafety – muži, mix	2001 a starší	5 km	20 km	3 km
Štafety - ženy	2001 a starší	5 km	20 km	3 km

Závod 2-členných štafet – běžec (5 km + 3 km) a cyklista (20km). Závod štafet má samostatný start. Po absolvování prvního běhu 5km, předá v depu běžec číslo a čip cyklistovi. Ten po odjetí kola (20km) předá opět v depu číslo běžci, který doběhne druhý běh (3km).

**Žactvo** Běh - 350 (450) m – nenáročná trať po parkových cestách - 1 okruh.  
Kolo - 2 km - trať vede po asfaltové cestě v zámeckém parku. 1 okruh (tam a zpět)

Běh - 1 (1,1) km – nenáročná trať po parkových cestách - 1 okruh.  
Kolo - 6 km - trať vede po asfaltové cestě v zámeckém parku. 2 okruhy (tam a zpět)

#### Hlavní závod

Běh – nenáročná trať po parkových cestách a asi 600 m po asfaltu. 5km trať se skládá ze tří okruhů, bude viditelně označena. Druhý běh 3km - dva okruhy.

Kolo - 20 km – průjezd parkem směr Lukavice. Přes Lukavici do Letohradu, u SPŠ odbočit doprava do Písečné. Otočka v Písečné před kruhovým objezdem a stejnou cestou zpět do Žamberka.

**Mapy jednotlivých tratí najdete na webu závodu.**

**Přihlášky:** on-line na [duatlonzamberk.cz](http://duatlonzamberk.cz) nebo [www.czechtriserries.cz](http://www.czechtriserries.cz). **Pro hlavní závod je limit 170 startujících a 20 štafet!**

**Depo:** Pro cyklistickou část je depo před startem otevřeno:  
závod žactva 8.00 – 8.40  
hlavní závod 9.45 - 10.20  
V tento čas je povolen vstup do depa pouze pro závodníky se startovním číslem. Mimo tento čas je depo uzavřeno.  
**Žádáme závodníky v kategorii žactva, aby si vyzvedli kola z depa ihned po dokončení závodu.**

**Ceny:** Mistrovské medaile a diplomy pro první tři v každé kategorii a další věcné ceny pro nejlepší v kategoriích a štafetách.

**Občerstvení:** V průběhu závodu bude na běžecké části připravena voda, cola nebo čaj (dle počasí a teploty). Po závodě pak následuje **GULÁŠ PÁRTY** pro všechny závodníky v hlavní kategorii – výborný gulášek, buchty, koláče,...  
Možnost zakoupení dalšího občerstvení.

**Ubytování:** Pořadatel nezajišťuje.

**Vyhlášení výsledků všech kategorií:** Po ukončení miniduatlonu. Výsledky budou uvedeny na [www.duatlonzamberk.cz](http://www.duatlonzamberk.cz) a [www.czechtriserries.cz](http://www.czechtriserries.cz)

**Protesty** Písemně s vkladem 300,- Kč u hlavního rozhodčího. V případě neuznání protestu propadá vklad ve prospěch pořadatele.

**Podmínky účasti:** Dobrý zdravotní stav. Pro cyklistickou část závodu je **povinná pevná homologovaná cyklistická přilba (při nepoužití přilby diskvalifikace závodníka)**. Jsou povoleny pouze silniční kola, splňující bezpečnostní kritéria a pravidla triatlonu a duatlonu. Pro závod žactva platí omezení převodů – maximálně 6,55m na jednu otáčku kliky na nejtěžším převodu. Jízda v háku povolena. Pro vybavení závodníků a průběh závodu platí pravidla ČTA a ustanovení tohoto rozpisu.

#### Z pravidel:

7.2.1 Kolo musí odpovídat následujícím požadavkům:.....

e) pro závod s povolenou jízdou v háku je nutné silniční kolo, ....

7.2.3 Řídítka při povolené jízdě v háku: .....

a) jako základ smějí být použita pouze klasická cyklistická řídítka (berany) a musí být ukončena zátkami.

c) přídavná triatlonová řídítka jsou povolena pouze za předpokladu, že nepřesahují o víc než 15cm střed otáčení předního kola, a zároveň nepřesahují přední linii brzdových páček,

d) přídavná triatlonová řídítka musí být vpředu pevně spojena.

**To znamená, že není povolena jízda na trekovém nebo horském kole. Toto neplatí pro závody žactva!**

**Při porušení pravidel v hlavním závodě si závodník odpyká trest 10" v běžeckém penalty boxu.**

**Pro závod platí zákaz běhu v cyklistické přilbě! Přilbu bude mít každý závodník připravenou v depu vedle svého kola a po cyklistické části ji závodník opět zanechá v depu vedle svého kola! Tento zákaz neplatí pro kategorie M8, M9, W8, W9, které mohou startovat s přilbou na hlavě a také s ní doběhnout do cíle.**

**Každý účastník je povinen se řídit platnými předpisy pro účastníky silničního provozu a dodržovat bezpodmínečně pokyny organizátorů závodu. Každý závodník startuje na vlastní nebezpečí.** Účastníci nebudou sami ani prostřednictvím svých právních zástupců vymáhat náhradu škody či újmy na zdraví a majetku způsobenou třetími osobami. Pořadatel si vyhrazuje právo nutných technických změn oproti rozpisu závodu z důvodů nepředvídatelných okolností.

**Informace:** [www.duatlonzamberk.cz](http://www.duatlonzamberk.cz) , e-mail: [tomas@duatlonzamberk.cz](mailto:tomas@duatlonzamberk.cz)

Tomáš Strnad tel.: 777 771 681

# 19. MINI DUATLON – pro předškolní děti a malé školáky

## Závod pro budoucí sportovce bez vyhlášení pořadí.

- Prezentace:** od 11:30 na asfaltovém hřišti
- Start:** 12:00 nebo po doběhu posledního závodníka
- Startovné:** 0,- Kč :-)
- Kategorie:** Předškoláci – ročník narození 2014 a mladší  
Školáci – ročník narození 2012 a 2013
- Tratě:** Předškoláci – 30m běh, chůze, 30m jízda na kole, koloběžce, tříkolce, ...  
Školáci – 200m běh, 300m kolo

**Každého závodníka čeká v cíli perníková medaile a tričko pro vylosované**

---