

**TJ SLEZAN FRÝDEK-MÍSTEK ODDÍL ATLETIKY  
STATUTÁRNÍ MĚSTO FRÝDEK-MÍSTEK**



# **HORNICKÁ DESÍTKA**

**26. ROČNÍK**



**ROKD PASKOV**

**V loňském roce bylo na startu rekordních 1943 běžců**



**FRÝDEK-MÍSTEK**

**5.11.2011**

**MLÁDEŽ 12.00 HODIN**

**HLAVNÍ ZÁVOD 15.00 HODIN**



**REVÍRNÍ  
BRATŘSKÁ  
POKLADNA**

Vážení sportovní přátelé.

Již celou řadu let patří první listopadová sobota ve Frýdku-Místku běžeckému závodu, který je neodmyslitelně spjat s hornictvím v našem regionu. Silniční běžecký závod Hornická desítka oslavil vloni velice úspěšně čtvrt století a já doufám, že stejně dobře vstoupíme do čtvrtstoletí dalšího.

26. ročník Hornické desítky je po všech stránkách připraven! Z loňského ročníku jsme se snažili poučit a vyvarovat se chybiček, které se samozřejmě na takové akci vždy nějaké vyskytnou. Rovněž došlo k některým úpravám vyvolaných obrovským počtem startujících v loňském roce. Je to například zkrácení tratě pro dorost a měření mládeže čipy. Závod se koná tradičně pod záštitou Statutárního města Frýdek-Místek a OKD, a.s. Důl Paskov zůstal generálním sponzorem. Podařilo se zajistit také další významné sponzory, což pro vás opět znamená naprosto nadstandardní podmínky celého zajištění.

Takže vás co nejsrdečněji zveme do našeho města na 26. ročník Hornické desítky. Za organizátory z atletického oddílu Tělovýchovné jednoty Slezan Frýdek-Místek mohou prohlásit, že jsme udělali maximum pro zdárný průběh celé akce.

Těším se na setkání, přeji Vám příjemný sportovní zážitek a věřím, že budete z našeho města odjíždět tradičně spokojeni jak se svým výkonem, tak s celým zabezpečením závodu.

Josef Nejezchleba, ředitel závodu

# ČASOVÝ POŘAD

## 11.00 Zahájení prezence v Národním domě v Místku

Prezence pro všechny mládežnické kategorie končí 15 minut před startem příslušné kategorie

12.00	Start dětí ročník	2004/2005	300 m
12.15	Start dětí ročník	2003	836 m
12.25	Start dětí ročník	2002	836 m
12.35	Start dětí ročník	2001	836 m
12.45	Start dětí ročník	2000	836 m
12.55	Start dětí ročník	1999	836 m
13.05	Start dětí ročník	1998	836 m
13.15	Start dětí ročník	1997	836 m
13.25	Start dětí ročník	1996	836 m
13.35	Start dorostu	1994/1995	836 m
13.45	Start dětí ročník	2006/2007 /bez doprovodu/	150 m
14.00	Start rodičů s dětmi	2008 a mladší	80 m
14.10	Vyhlášení vítězů závodu dětí 2006/2007		
14.30	Start Běhu pro zdraví		1000 m
15.00	Start hlavního závodu		10000 m
15.01	Start Kondičního běhu		3333 m
15.45	Vyhlášení vítězů mládežnických kategorií, losování dětské tomboly		
16.45	Vyhlášení soutěže škol, losování tomboly Běhu pro zdraví a Kondičního běhu		
17.30	Vyhlášení výsledků hlavního závodu, předání cen nejlepším a losování tomboly		

# **OBEČNÉ INFORMACE**

## POŘADATEL

TJ Slezan Frýdek-Místek - oddíl atletiky

## DATUM KONÁNÍ

**SOBOTA 5. LISTOPADU 2011**

## MÍSTO STARTU

**FRÝDEK-MÍSTEK**, Národní dům, Palackého ulice

## ORGANIZAČNÍ POKYNY

### ■ Parkoviště jsou k dispozici

- bývalé autobusové stanoviště (50 m od startu),
- u restaurace Ještěr (100 m od startu),
- u kina P.Bezruče (300 m od startu).

K místu startu nebudou žádná auta puštěna - ulice Palackého bude uzavřena!

### ■ Šatny a sprchy jsou připraveny na Obchodní akademii v Místku cca 100 m od startu. Věci si je možno odložit bezplatně v hlídaných šatnách Národního domu!

# **ZÁVODY MLÁDEŽE**

## **BĚHÁME S TISEM**

## ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Při prezenci obdrží každý účastník dětské kategorie startovní kartu, kterou čitelně vyplní. Dítě s ní poběží a v cíli mu bude odebrána. Na startu obdrží všichni závodníci čip, který si připevní na nohu a po doběhu jim bude odebrán. Předem přihlášení závodníci dále obdrží startovní číslo se svým jménem, které si připevní na hrud'
- U všech kategorií je start i cíl před Národním domem. Pouze dvě nejmladší kategorie a běh rodičů s dětmi bude odveden na start, cíl již mají stejný.

## KATEGORIE

**Dívky** roč. 2006/2007, 2004/05, 2003,2002, 2001, 2000, 1999,1998, 1997,1996,1994/95

**Chlapci** roč. 2006/2007, 2004/05, 2003,2002, 2001, 2000, 1999,1998, 1997,1996,1994/95

**Rodiče s dětmi 2008 a mladší** - nesoutěžní běh - ocenění budou všichni ihned po doběhu





## DĚLKA TRATÍ

Rodiče s dětmi roč. 2008 a mladší	80 m	- rodiče s dětmi budou odvedeni na start
Děti ročník 2006/2007	150 m	- děti budou odvedeny na start
Děti ročník 2004/2005	300 m	- děti budou odvedeny na start
Ostatní kategorie roč. 1994 až 2003	836 m	- 1 okruh parkem

## STARTOVNÉ

Všechny kategorie - 20 Kč, rodiče s dětmi roč. 2008 a mladší - zdarma

## OBČERSTVENÍ

Všechny děti obdrží po doběhu tašku s občerstvením (oplatek, pitíčko, ovoce)

## CENY

- Tři nejlepší v dětských kategoriích obdrží medaili a diplom, vítěz dort
- Tři nejlepší v dorostu obdrží medaili, diplom a finanční odměnu 500 - 300 - 200 Kč
- Šest nejlepších ve všech kategoriích obdrží věcné ceny a tričko s emblémem závodu
- V běhu rodičů s dětmi obdrží všichni účastníci ihned po doběhu pozornosti od sponzorů
- Všichni předem přihlášení závodníci obdrží startovní číslo se svým jménem
- Losována bude tombola s cenami v hodnotě 30.000 Kč

# SOUTĚŽ ŠKOL

## ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Účastnit se mohou všechny základní a střední školy.
- Žáci startují v závodech mládeže, u prezence je nutno nahlásit školu, za kterou startují.
- Do soutěže škol se počítá umístění 10 nejlepších závodníků za danou školu.
- Do soutěže o nejpočetnější výpravu se započítává rovněž start v Běhu pro zdraví.

## CENY

- Školy s nejpočetnější výpravou obdrží poukázku na sportovní vybavení v hodnotě:  
1. místo - 5.000,- Kč 2. místo - 3.000,- Kč 3. místo - 2.000,- Kč 4. místo - 1.000 Kč  
Minimální účast pro obdržení poukázky je 30 dětí. V případě více než 80 účastníků ze školy se hodnota poukázky zvyšuje o 100 %!
- Pro první tři školy s nejlepším umístěním závodníků jsou připraveny poháry a diplomy.
- Pro žáky tří nejlepších škol sladká odměna 5 kg - 3 kg - 2 kg bonbonů

# ZÁBAVNÉ ODPOLEDNE

Pro dětské účastníky je připraveno zábavné odpoledne, které jim zpříjemní čekání na vyhlášení nejlepších a na losování tomboly.

- Bude se konat v Národním domě v sále v 1. patře a je určeno pouze dětem startujícím v běžeckém závodě. Vstupenku obdrží každé dítě při prezentaci.
- Připraveny jsou různé hry a soutěže, odměněné sladkostmi
- Program začne v 13.00 hodin a ukončen bude v 15.30 hodin.

# BĚH PRO ZDRAVÍ

## BĚHÁME S REVÍRNÍ BRATŘSKOU POKLADNOU

### ORGANIZAČNÍ POKYNY

Běh je určen pro všechny věkové kategorie, rodiny s dětmi a je nesoutěžní - nebude dělána výsledková listina. Všichni účastníci obdrží při prezenci startovní kartu, se kterou poběží, odevzdají v cíli a následně bude zařazena do tomboly. Po doběhu obdrží všichni účastníci tašku s občerstvením a prvních 500 tričko s emblémem závodu a pozornost od Revírní bratřské pokladny.

### DĚLKA TRATĚ

1000 m - 1 okruh parkem

### STARTOVNÉ

Jednotné ve výši 50 Kč

### OBČERSTVENÍ

Všichni účastníci obdrží po doběhu občerstvení (oplatek, ovoce), čaj bude k dispozici.

### CENY

- Prvních 500 účastníků obdrží tričko s emblémem závodu
- Prvních 500 účastníků obdrží pozornost od zdravotní pojišťovny RBP
- Losována bude tombola s cenami v hodnotě 30.000 Kč

# KONDIČNÍ BĚH

### ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Závod je určen pro všechny zájemce, kteří si netroufnou na desetikilometrovou trať a Běh pro zdraví se jim zdá příliš krátký. Start i cíl je před Národním domem.
- Každý z účastníků obdrží při prezenci čip, který je povinen si před startem připevnit dle pokynů pořadatelů.
- Startující v Kondičním běhu se na startu postaví za účastníky hlavního závodu a startovat budou 1 minutu po startu hlavního závodu!

### KATEGORIE

Bez rozdílů věku a pohlaví. Jedná se o nesoutěžní běh, kde každý soupeří pouze sám se sebou a s nástrahami tratě, všem bude změřen čas.

### DĚLKA TRATĚ

3333 m - 1 okruh hlavního závodu.

### STARTOVNÉ

- |              |  |
|--------------|--|
| 50 Kč        | - pro předem přihlášené občany Frýdku-Místku (prokáží se OP) |
| 100 Kč /4 €/ | - pro předem přihlášené                                      |
| 150 Kč /6 €/ | - pro přihlášky na místě                                     |

## **OBČERSTVENÍ**

Všichni účastníci obdrží po doběhu tašku s občerstvením (oplatek, ovoce, čokoláda), čaj bude k dispozici.

## **PŘIHLÁŠKY**

- Písemně na adresu pořadatele, nebo na uvedený email **nejpozději do 1. 11. 2011 !!**
- Rovněž je možno se přihlásit u prezence v den konání závodu za zvýšené startovné.
- Vzhledem k měření časů prostřednictvím čipů se nám snažte usnadnit práci a **přihlaste se předem a dodržte termín** pro předběžné přihlášky! Ušetříte a obdržíte startovní číslo se svým jménem. Rovněž předejdete náporu u prezence. **DĚKUJEME!**

## **GENY**

- Všichni předem přihlášení závodníci obdrží startovní číslo se svým jménem.
- Prvních 200 účastníků kondičního běhu po vrácení čipu obdrží funkční sportovní tričko od fy NEWLINE s emblémem závodu.
- Bude losována tombola s cenami v hodnotě 10.000 Kč.

# **HLAVNÍ ZÁVOD**

## **ORGANIZAČNÍ POKYNY**

- **Zpracování výsledků:** Časy budou měřeny plně automatizovaným systémem. Každý z účastníků obdrží při prezenci čip, který je povinen si před startem připevnit dle pokynů pořadatelů.
- **Výsledky budou:** zveřejněny na stránkách **[www.slezanfm.naproti.cz](http://www.slezanfm.naproti.cz)**  
**[www.atletika.cz](http://www.atletika.cz)** **[www.bezvabeh.cz](http://www.bezvabeh.cz)**
- **Každý účastník obdrží SMS se svým umístěním a časem.** Podmínkou je uvedení čísla mobilního telefonu do přihlášky!
- **Vyhlášení vítězů** proběhne v Národním domě - veškeré ceny nutno převzít osobně!
- Silniční provoz je zastaven, přesto dbejte pravidel silničního provozu. Každý běží na vlastní nebezpečí.
- Za zdravotní stav zodpovídá vysílající oddíl, případně každý závodník osobně. Přihlášením k závodu závodník současně prohlašuje, že mu jeho zdravotní stav nebrání absolvovat závod.

## **KATEGORIE**

**Muži A** - do 35 let, **B** - 35-39, **C** - 40-44, **D** - 45-49, **E** - 50-54, **F** - 55-59, **G** - 60-64,  
**H** - 65-69, **I** - 70-74, **J** - nad 75 let,

**Ženy K** - do 35 let, **L** - 35-44, **M** - nad 45 let

**Junioři, juniorky** - ročníky 1992 a mladší

**Kategorie Z** - zaměstnanci OKD, a. s. (musí být doloženo zaměstnavatelem)

## TRATĚ

Délka závodu je 10 000 m. Závodníci absolvují 3 okruhy po ulicích, po nábřeží a parkem, vždy s průběhem kolem Národního domu. Povrch tratě je asfaltový, na nábřeží dlažba. Trať je značena šipkami na vozovce a usměrňována pořadateli na všech křižovatkách.

## PŘIHLÁŠKY

- Písemně na uvedenou adresu, nebo na uvedený email **nejpozději do 1. 11. 2011 !!**
- U prezence v den konání závodu za zvýšené startovné.
- Vzhledem k měření časů prostřednictvím čipů se nám snažte usnadnit práci a **přihlaste se předem a dodržte termín** pro předběžné přihlášky! Ušetříte, obdržíte startovní číslo se svým jménem. Rovněž předejdete náporu u prezence. **DĚKUJEME !**

## OBČERSTVENÍ

Při prezenci obdrží všichni účastníci hlavního závodu tašku s občerstvením (oplatek, ovoce, čokoláda) a lístek na guláš, který se bude vydávat po doběhu. Po doběhu připraven čaj a iontový nápoj.

## STARTOVNÉ

- 50 Kč - pro předem přihlášené občany Frýdku-Místku (prokáží se OP)
- 150 Kč /6 €/ - pro předem přihlášené
- 200 Kč /8 €/ - pro přihlášky na místě

## CENY

- 500 běžců obdrží funkční sportovní tričko fy Newline s emblémem závodu (všichni předem přihlášení běžci a do počtu 500 dle pořadí v cíli).
- V tombole se budou losovat ceny mezi všechny závodníky, kteří závod dokončí, v celkové hodnotě **30.000 Kč**.
- Všichni účastníci hlavního závodu obdrží při prezenci lístek na guláš, který se bude vydávat od 16 hodin v 1. patře Národního domu.
- **Pro nejlepší jsou připraveny finanční odměny:**

	<u>1.místo</u>	<u>2.místo</u>	<u>3.místo</u>	<u>4.místo</u>	<u>5.místo</u>	<u>6.místo</u>
Muži absolutní pořadí	3000	2500	2000	1500	1000	500
Muži do 35 let	1500	1200	1000	700	500	
Muži 35 - 39, 40 - 44 let	1500	1200	1000	700	500	
Muži 45 - 49, 50 - 54, 55 - 59 let	1000	700	500	300	200	
Muži 60 - 64, 65 - 69, 70 - 74, nad 75 let	1000	500	300			
Junioři	1500	1000	700	500	300	
Ženy absolutní pořadí	3000	2000	1500	1000	500	
Juniorčky, ženy do 35 let, 35-44 let	1500	1000	700	500	300	
Ženy nad 45 let	1000	500	300			
Zaměstnanci OKD, a. s.	1500	1000	700	500	300	

- **Prémie pro nejlepší běžce České republiky:**

muži 3000 - 2500 - 2000 - 1500 - 1000 - 500

ženy 2000 - 1500 - 500

- **Prémie za překonání traťového rekordu:**

2000 Kč

Traťové rekordy muži 29:10 min. Vanko Miroslav /2004/,  
ženy 33:08 min. Kamínková Petra /2001/

## ČINOVNÍCI ZÁVODU

Ředitel závodu - Josef Nejezchleba  
Hlavní rozhodčí - Petr Kaláb  
Technický ředitel - Zdeněk Martinák

### Přihlášky zasílejte na adresu :



**JOSEF NEJEZCHLEBA**  
Na příkopě 1159  
738 01 FRÝDEK-MÍSTEK  
Telefon : 606 257 453  
Email : josef.nej@seznam.cz  
Další informace : www.slezanfm.naproti.cz



# PŘIHLÁŠKA HORNICKÁ DESÍTKA



## FRÝDEK-MÍSTEK

Přihlašuji se na 26. ročník silničního běhu „Hornická desítka“ ve Frýdku-Místku, který se uskuteční v sobotu 5. listopadu 2011.

jméno a příjmení

rok narození

adresa

PSC

email

mobil

sportovní oddíl (firma, město, obec)

státní příslušnost

### PŘIHLAŠUJI SE NA:

Vybraný závod označ křížkem

**HLAVNÍ ZÁVOD** 10 KM

**KONDIČNÍ BĚH** 3333 M

### VELIKOST TRIČKA

pánské XS S M L XL XXL

dámské XS S M L

junior XXS XS

zakroužkuj požadovanou velikost - tričko nebude následně vyměňováno

### ČESTNÉ PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že můj zdravotní stav odpovídá požadavkům tohoto závodu. Zúčastňuji se závodu na vlastní nebezpečí.

datum a podpis

Přihlášku vyplňujte čitelně, vybranou trať označte křížkem. Přihlášky je možno kopírovat.

**Přihlášku nutno odeslat poštou nebo emailem nejpozději do 1. 11. 2011 !!**

  
newline

  
behshop.cz  
vše pro běh

  
new balance

  
asics®