

**Tělovýchovná jednota Slezan Frýdek-Místek, z. s.,
Statutární město Frýdek-Místek**

pořádají mezinárodní silniční běžecký závod



HORNICKÁ DESÍTKA 31. ROČNÍK



V loňském roce bylo na startu rekordních 2860 běžců



FRÝDEK-MÍSTEK 5. 11. 2016

MLÁDEŽ 10.30 HODIN

HLAVNÍ ZÁVOD 14.00 a 15.15 HODIN



Moravskoslezský
kraj



REVÍRNÍ
BRATŘSKÁ
POKLADNA

Vážení sportovní přátelé.

Po loňském jubilejním, a troufám si tvrdit velice úspěšném ročníku, se Hornická desítka dočká svého dalšího pokračování. Vaše reakce, kterých bylo opravdu obrovské množství, a nabídka pomoci od řady lidí, mě „nahlodaly“ a nakonec jsem se do náročné přípravy opět pustil. Tentokrát s trošku větším týmem a tak věřím, že to opět všechno zvládneme k vaší plné spokojenosti.

Ještě se malinko vrátím k loňskému jubilejnímu ročníku. Na start se postavilo rekordních 2860 běžců a osobně jsem velice rád, že z toho počtu byla téměř tisícovka dětí v závodech mládeže! Závod byl popáté zařazen do TOP 10 v České republice a oceněn Zlatou plaketou Českého atletického svazu. Za to patří hlavní poděkování vám všem!

Ani letos nepořádáme žádnou „run show“, jak je to dnes velice moderní. Nabízíme kvalitní běžecký závod s nadstandardním zajištěním pro všechny běžce, od dětí až po veterány a nevidíme žádný důvod to měnit. Rovněž startovné zůstává ve stejné výši jako vloni. Za poskytované služby zcela jistě přijatelné ☺.

Za to musíme poděkovat všem sponzorům. Hlavním sponzorem je opět statutární město Frýdek-Místek a letos naši akci výrazně podpořili také Moravskoslezský kraj a Nadace OKD. Nechybí Revírní bratrská pokladna a řada dalších místních firem.

Letošní ročník přichází pouze s jednou novinkou. Každoročně se nám zvyšuje zájem mládeže startovat v závodech na 10 km a v mílařích. Tyto tratě ovšem chceme prioritně nechat dospělým. Proto jsme připravili závod na 10 km pro mládež, ovšem jako štafetu. Proběhne současně se závodem žen a se závodem mílařů. Je tedy jasné, že každý člen štafety poběží jeden okruh. Přípraveny budou i další drobné změny a úpravy, které jsou vedeny snahou o hladký průběh celé akce.

Na závěr Vás chci opět co nejsrdečněji pozvat první listopadovou sobotu do našeho města na 31.ročník Hornické desítky. Těším se na setkání a přeji Vám příjemný sportovní zážitek.

Josef Nejezchleba, ředitel závodu

OBECNÉ INFORMACE

POŘADATEL

Tělovýchovná jednota Slezan Frýdek-Místek, z. s. - oddíl atletiky

DATUM KONÁNÍ

Sobota 5. listopadu 2016

ČAS KONÁNÍ

9.30 hodin - zahájení prezence

10.30 hodin - start 1. závodu

MÍSTO STARTU

Frýdek-Místek, Národní dům, Palackého ulice



ČASOVÝ POŘAD

9.30 Zahájení prezence v Národním domě v Místku

Prezence pro dětské kategorie končí 15 minut před startem příslušné kategorie

Prezence k závodu mílařů a k závodu na 10 km končí 30 minut před startem!

10.30	Start rodičů s dětmi	2013 a mladší	80 m
10.40	Start dětí ročník	2011/2012 /bez doprovodu/	150 m
10.50	Start dětí ročník	2010	300 m
11.05	Start dětí ročník	2009	300 m
11.20	Vyhlášení vítězů závodu dětí 2011/2012, 2010, 2009		
11.45	Start dětí ročník	2008	836 m
12.00	Start dětí ročník	2007	836 m
12.15	Start dětí ročník	2006	836 m
12.30	Start dětí ročník	2005	836 m
12.40	Start dětí ročník	2004	836 m
12.50	Start dětí ročník	2003	836 m
13.00	Start dětí ročník	2002	836 m
13.10	Start dětí ročník	2001	836 m
13.20	Start dorostu	1999/2000	836 m
13.40	Start Běhu pro zdraví		1000 m
14.00	Start závodu žen na 10 km		10000 m
	Start závodu mílařů		3333 m
	Start štafet 3x 1 okruh		10000 m
15.15	Start závodu mužů na 10 km		10000 m
15.45	Vyhlášení vítězů mládežnických kategorií, losování dětské tomboly		
16.30	Vyhlášení soutěže škol, losování tomboly Běhu pro zdraví		
17.15	Vyhlášení vítězů závodu štafet, mílařů, závodu na 10 km a losování tombol		

ORGANIZAČNÍ POKYNY

- **Parkoviště.** Jsou k dispozici v blízkém okolí Národního domu.
K místu startu nebudou žádná auta vpuštěna - ulice Palackého bude uzavřena!
- **Silniční provoz je zastaven.** Přesto dbejte pravidel silničního provozu. Každý běží na vlastní nebezpečí.
- **Šatny a sprchy.** Jsou připraveny v omezeném rozsahu v Obchodní akademii v Místku, cca 200 m od startu. Následně je možno si věci odložit bezplatně v hlídaných šatnách Národního domu.
- **Zdravotní stav.** Za zdravotní stav u všech závodů zodpovídá vysílající oddíl, případně každý závodník osobně. U dětí mladších patnácti let pak rodiče. Přihlášením k závodu závodník současně prohlašuje, že mu jeho zdravotní stav nebrání absolvovat závod.
- **Výsledky.** Budou zveřejněny na stránkách www.atletikafm.cz www.atletika.cz
- **Vyhlášení vítězů.** Tři nejmladší kategorie dětí budou vyhlášeny ihned po doběhu. Všechny ostatní kategorie budou vyhlášeny ve velkém sále Národního domu ve stanovených časech. Veškeré ceny nutno převzít osobně při vyhlášení!!

ZÁVODY MLÁDEŽE

ORGANIZAČNÍ POKYNY

- U všech kategorií je start i cíl před Národním domem. Pouze tři nejmladší kategorie a běh rodičů s dětmi bude odveden na start, cíl již mají stejný.
- Na startu obdrží od pořadatelů všichni závodníci čip, který si připevní na nohu a po doběhu jim bude odebrán. Čip se bude vydávat v označeném stanu u startu. **Přístup do stanu a vymezeného prostoru mají pouze závodníci!** U kategorií, které nemají start před Národním domem (2011/2012, 2010, 2009), se bude vydávat čip přímo na startu. Nesoutěžní běh rodičů s dětmi se běží bez čipů.

KATEGORIE

Dívky roč. 2011/12, 2010, 2009, 2008, 2007, 2006, 2005, 2004,2003,2002,2001,1999/00

Chlapci roč. 2011/12, 2010, 2009, 2008, 2007, 2006, 2005, 2004,2003,2002,2001,1999/00

Rodiče s dětmi 2013 a mladší - nesoutěžní běh - ocenění budou všichni ihned po doběhu

DÉLKA TRATÍ

Rodiče s dětmi roč. 2013 a mladší	80 m	- rodiče s dětmi budou odvedeni na start
Děti ročník 2011/2012	150 m	- děti budou odvedeny na start
Děti ročníky 2009 a 2010	300 m	- děti budou odvedeny na start
Ostatní kategorie roč. 2008 až 1999	836 m	- 1 okruh parkem

CENY

- Tři nejlepší ve všech kategoriích obdrží medaili a diplom při vyhlásování
- Vítězové všech kategorií obdrží dort
- Šest nejlepších v žákovských kategoriích obdrží věcné ceny a tričko s emblémem závodu
- Šest nejlepších v dorostu obdrží finanční odměnu 700 - 500 - 400 - 300 - 200 - 100 Kč a tričko s emblémem závodu.
- Všichni předem přihlášení závodníci obdrží startovní číslo se svým jménem.
- Od 4. do 40. místa obdrží závodníci v každé kategorii v cíli pamětní medaili.
- Losována bude tombola s cenami v celkové hodnotě minimálně **30.000 Kč**.
- Běh rodičů s dětmi je nesoutěžní. Děti obdrží po doběhu pozornosti od sponzorů.

SOUTĚŽ ŠKOL

ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Soutěž je vypsána o nejpočetnější výpravu - za každý start jeden bod.
- Účastnit se mohou všechny základní a střední školy.
- Žáci startují v závodech mládeže, u prezence je nutno nahlásit školu, za kterou startují.
- Do soutěže se započítává rovněž start v Běhu pro zdraví.

CENY

- Školy s nejpočetnější výpravou obdrží sportovní vybavení v hodnotě:
1. místo - 10.000,- Kč 2. místo - 7.000,- Kč 3. místo - 5.000,- Kč
4. místo - 3.000,- Kč 5. místo - 2.000,- Kč
Minimální účast pro obdržení vybavení je 50 startů. Při menším počtu se vybavení krátí na polovinu.
- Pro nejpočetnější výpravy připravena dále odměna 5 kg- 4 kg- 3 kg- 2 kg- 1 kg bonbónů.

ZÁBAVNÉ ODPOLEDNE

Pro dětské účastníky (ročníky 2005 – 2012) je připraveno zábavné odpoledne, které jim zpříjemní čekání na vyhlášení nejlepších a na losování tomboly.

- Bude se konat v 1. patře Národního domu a je určeno pouze dětem startujícím v běžeckém závodě. Vstupenku obdrží každé dítě při přihlášení k závodu.
- Připraveny jsou různé hry a soutěže, za které děti obdrží sladkou odměnu.
- Program začne v 12.00 hodin a ukončen bude v 14.30 hodin.



BĚH PRO ZDRAVÍ

ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Běh je určen pro všechny věkové kategorie a je nesoutěžní.
- Všichni účastníci obdrží při prezenci startovní kartu, se kterou poběží.
- Další zájemci nad počet 700 hradí snížené startovné a obdrží po doběhu občerstvení.
- Všechny odevzdané startovní karty budou zařazeny do losování tomboly.

DĚLKA TRATĚ

1000 m - 1 okruh parkem

CENY

- Prvních 700 účastníků obdrží tričko s emblémem závodu.
- Prvních 700 účastníků obdrží pozornost od zdravotní pojišťovny RBP.
- Losována bude tombola s cenami v minimální hodnotě **25.000 Kč**.

ŠTAFETA 3x 3333 m

ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Závod je určen pro tříčlenná družstva mládeže (roč.1999-2005). Složení štafet je libovolné (hoši-dívky, věk). Minimální věk je však stanoven na 11 let (roč. 2005), u osob mladších 15-ti let pouze s písemným souhlasem rodičů. Štafeta se přihlašuje najednou!
- Start i cíl je před Národním domem společně se závodem mílařů a žen.

CENY

- Všichni předem přihlášení závodníci obdrží po řádném absolvování závodu funkční sportovní tričko s emblémem závodu (do počtu 30 štafet).
- Všichni obdrží startovní číslo se svým jménem.
- Všichni obdrží v cíli pamětní medaili.
- Všichni, kteří závod dokončí, budou zařazeni do tomboly s cenami v hodnotě **20.000 Kč**.
- Pro všechny členy 3 nejlepších štafet jsou připraveny poháry a hodnotné věcné ceny



ZÁVOD MÍLAŘŮ

ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Závod je určen pro všechny věkové skupiny. Minimální věk je však stanoven na 11 let (roč. 2005), u osob mladších 15-ti let pouze s písemným souhlasem rodičů!
- Každý účastník obdrží SMS se svým umístěním a časem. Podmínkou je uvedení čísla mobilního telefonu do přihlášky!
- Každý z účastníků obdrží při prezenci čip, který je povinen si před startem připevnit dle pokynů pořadatelů.

KATEGORIE

A - muži do 39 let, B - muži nad 40 let, C - ženy do 34 let, D - ženy nad 35 let

DÉLKA TRATĚ

3333 m - 1 okruh závodu na 10 km

CENY

- Všichni předem přihlášení závodníci obdrží po řádném absolvování závodu funkční sportovní tričko s emblémem závodu (do maximálního počtu 300 závodníků).
 - Všichni předem přihlášení obdrží startovní číslo se svým jménem.
 - Prvních 300 závodníků v cíli obdrží pamětní medaili.
 - Všichni, kteří závod dokončí, budou zařazeni do tomboly s cenami v hodnotě **20.000 Kč**.
 - Pro nejlepší jsou připraveny finanční odměny
- | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|------|---|-----|---|-----|---|-----|---|-----|
| Muži do 39 let, ženy do 34 let | 1000 | - | 700 | - | 500 | - | 300 | - | 200 |
| Muži nad 40 let, ženy nad 35 let | 1000 | - | 500 | - | 300 | - | | - | |

ZÁVOD NA 10 KM

ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Každý z účastníků obdrží při prezenci čip, který je povinen si před startem připevnit dle pokynů pořadatelů.
- Každý účastník obdrží SMS se svým umístěním a časem. Podmínkou je uvedení čísla mobilního telefonu do přihlášky!
- **Upozornění. Není povolen běh se sluchátky na uších!** Je to v rozporu s pravidly a hlavně se jedná o ohrožení bezpečnosti a propustnosti na trati !

KATEGORIE

Muži A - 20-34 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 - 20-34 let, **L** - 35-44, **M** - 45-54, **N** - nad 55 let

Junioři, juniorky - ročníky 1997 a mladší. Minimální věk je stanoven na 14 let (roč.2002), u osob mladších 15-ti let možný start pouze s písemným souhlasem rodičů !

DÉLKA TRATĚ

Délka závodu je 10 000 m. Závodníci absolvují 3 okruhy po ulicích, po nábřeží a parkem, vždy s proběhnutím kolem Národního domu. Povrch tratě je asfaltový, na nábřeží dlažba.

Ostatní závody

- Na předepsaném formuláři - na email: josef.nej@seznam.cz
 - písemně na níže uvedenou adresu - **NE doporučeně!**
 - osobně na jiných závodech

nejpozději do 27. 10. 2016, nebo do naplnění kapacity závodu.

Přihláška bude zaevidována až po úhradě startovného!! Úhrada musí být provedena do týdne od zaslání přihlášky!

- Rovněž je možno se přihlásit u prezence v den konání závodu za zvýšené startovné (bez garance velikosti trička). Nelze přihlásit štafetu na 10 km.

👉 **STARTOVNÉ** 👈

Závody mládeže

Všechny kategorie - 30 Kč, rodiče s dětmi roč. 2013 a mladší - zdarma.

Startovné za závody mládeže se hradí až v den závodu u přihlašování!

Běh pro zdraví

- 80 Kč - tričko s emblémem závodu, dárek od RBP, občerstvení, lístek do tomboly.
- 30 Kč - občerstvení, lístek do tomboly.

Startovné na běh pro zdraví se hradí až v den závodu u přihlašování!

Závod mílařů, závod štafet, závod na 10 km

- 250 Kč - předem přihlášení občané Frýdku-Místku (při prezenci doloží OP)
- 350 Kč /14 €/ - předem přihlášení závodníci
- 400 Kč /15 €/ - přihlášky na místě /rezervováno 30 startovních čísel/ - nelze štafety

Startovné je možno uhradit:

- z ČR na účet **2300459541/2010**, var.sym. datum narození DDMMRR
- z jiných zemí IBAN CZ7120100000002300459541,
BIC/SWIFT: FIOBCZPPXXX

var.sym. datum narození DDMMRR

- složenkou na adresu Josef Nejezchleba, Na příkopě 1159, Frýdek-Místek
- osobně na akcích TJ Slezan Frýdek-Místek

Při odhlášení závodníka do pátku 30.9.2016 se vrací celé startovné, při odhlášení do pátku 28.10.2016 se vrací 250 Kč (u občanů FM 150 Kč). Při pozdějším odhlášení se startovné nevrací! V případě, že se přihlášený závodník nezúčastní závodu z jakéhokoli důvodu, nemá nárok na náhradu startovného. Přenos registrace na jiného závodníka se neumožňuje.

👉 **ORGANIZAČNÍ VÝBOR** 👈

Klára Maštaliřová, Josef Nejezchleba, Zdeněk Martinák, Lucie Krtková, Alice Pišová, Kateřina Klepáčová, Eva Kopcová, Daniel Moškoř, Magdaléna Mynářová, Marcel Pardík, Tomáš Martinák, Peter Mikulenká.

Přihlášky zasílejte na adresu :



JOSEF NEJEZCHLEBA

Na příkopě 1159

738 01 FRÝDEK-MÍSTEK

Telefon : **+420 606 257 453**

Email : **josef.nej@seznam.cz**

Další informace : **www.atletikafm.cz**