

# Dobývání Dívčích hradů

Běh zařazený do seriálu Běhy do kopců v Praze a okolí  
**21. ročník**

**Termín:** neděle 14. 6. 2020 od 09:00

**Místo:** Restaurace Na Cvičišti, Na Placích 25, Hlubočepy, Praha 5

**Pořadatel:** Miroslav Fliegl, za spolupořadatelství Městské části Praha 5

**Přihlášky:** elektronicky na: [https://prihlasky.4timing.cz/kopce/prihlaska.php?id\\_zavodu=108](https://prihlasky.4timing.cz/kopce/prihlaska.php?id_zavodu=108)  
nebo na místě nejpozději 20 min před startem kategorie. Závodí se dle pravidel atletiky.

**Startují: Junioři a juniorky 2001 a mladší**

**Ženy 2000–86, Veteránky Z35, Z45, Z55**

**Muži 2000–81, Veteráni M40, M50, M60, M70**

*Každý startuje na vlastní zodpovědnost. Pořadatel neručí za újmu na zdraví a za odložené věci.*

**Časový pořad:** 10:30 hromadný start.

11:40 vyhlášení výsledků

11:55 tombola, volný program

**Popis tratě: 2 000 m, převýšení 135 m.** Start v ulici Hlubočepská u mateřské školky, mírné stoupání asi 500 m, pak prudce do kopce kolem cvičiště lesem – vše asi 1 500 m po asfaltu. Závěr postupně se zmírňující stoupání polní cestou na vrchol kopce.

**Ceny: Diplomy a věcné ceny dle možností pořadatele.**

**Startovné:** 50 Kč, duatlon 100 Kč

**Šatny a občerstvení:** plocha před restaurací – stoly, slunečníky, toalety, voda

**Doprava:** Z Knížecí autobusem č. 120. Výstup na 10. zastávce – Nádraží Hlubočepy.

Vlakem ze Smíchovského nádraží do st. Praha-Hlubočepy.

K závodní kanceláři po trati závodu 750 m. Bude značeno.

## Vložený cyklistický závod

Závodníci startující v duatlonu po proběhnutí cílem běžeckého závodu (výkon zařazen do běžeckého závodu) seběhnou do depa na cvičišti a s kolem přejedou po pěšině v terénu na start cyklistické části na silnici v Prokopském údolí u domu č. 480 (asi 500 m. V 30metrovém nebezpečném úseku je povinnost sesednout s kola. Bude značen. Nerespektování bude penalizováno 1 minutou). Zde budou do 5 vteřin odstartováni. Trať vede po silnici (asi 600 m) směrem do Hlubočep. U bufetu Jedová Chýše odbočuje vlevo do kopce na trať běžeckého závodu. Cíl je shodný, délka tratě 2100 m. Výsledný čas duatlonu tvoří čas běhu + čas jízdy na kole + polovina času od cíle běhu ke startu kola. Duatlon bude vyhodnocen zvlášť. Přilba je povinná, doporučeno horské kolo.

**Informace podává i přijímá:** Miroslav Fliegl: 736 169 219, mirek.atlet@centrum.cz

**Na Vaši účast se těší pořadatelé**