

# Rabčakros 2024 | propozície



13.07.2024 sobota v Rabči (futbalové ihrisko)

## Prihlásenie na udalosť

Online prihlásenie: <https://forms.gle/BAE9PNidFBVTBb8t9>

Termín online prihlásenia do 12. 07. 2024 do 19:00 hod

Dospelí – 7 EUR online / 10 EUR na mieste

Ostatné kategórie - ZADARMO

Registrácia prebieha na futbalovom štadióne v Rabči od 14:00 do 15:30

Dá sa prihlásiť aj na mieste

Štartovné sa platí na mieste v hotovosti.

Povrch tratí: 10% asfalt, 90% lesný terén

Limit účastníkov je 200.

## Časový harmonogram pretekov

14:00 | Začiatok registrácie

15:45 | Koniec registrácie

16:00 | Štart 200m beh

16:10 | Štart 400m beh

16:20 | Štart 800m beh

16:30 | Štart 1500 m

16:45 | Štart 5,8 km a 10 km

18:30 | Vyhlásovanie výsledkov, odovzdávanie cien

## Trate

### Predškoláci a Žiaci 1,2

Povrch: Trávnik

Dĺžka: 200 m, 400 m, 800 m

Výškové prevýšenie: 0 m

Občerstvovačka: NIE

Kategórie: Predškoláci, Žiaci 1, Žiaci 2

### Žiaci 3 trať

Povrch: Asfalt

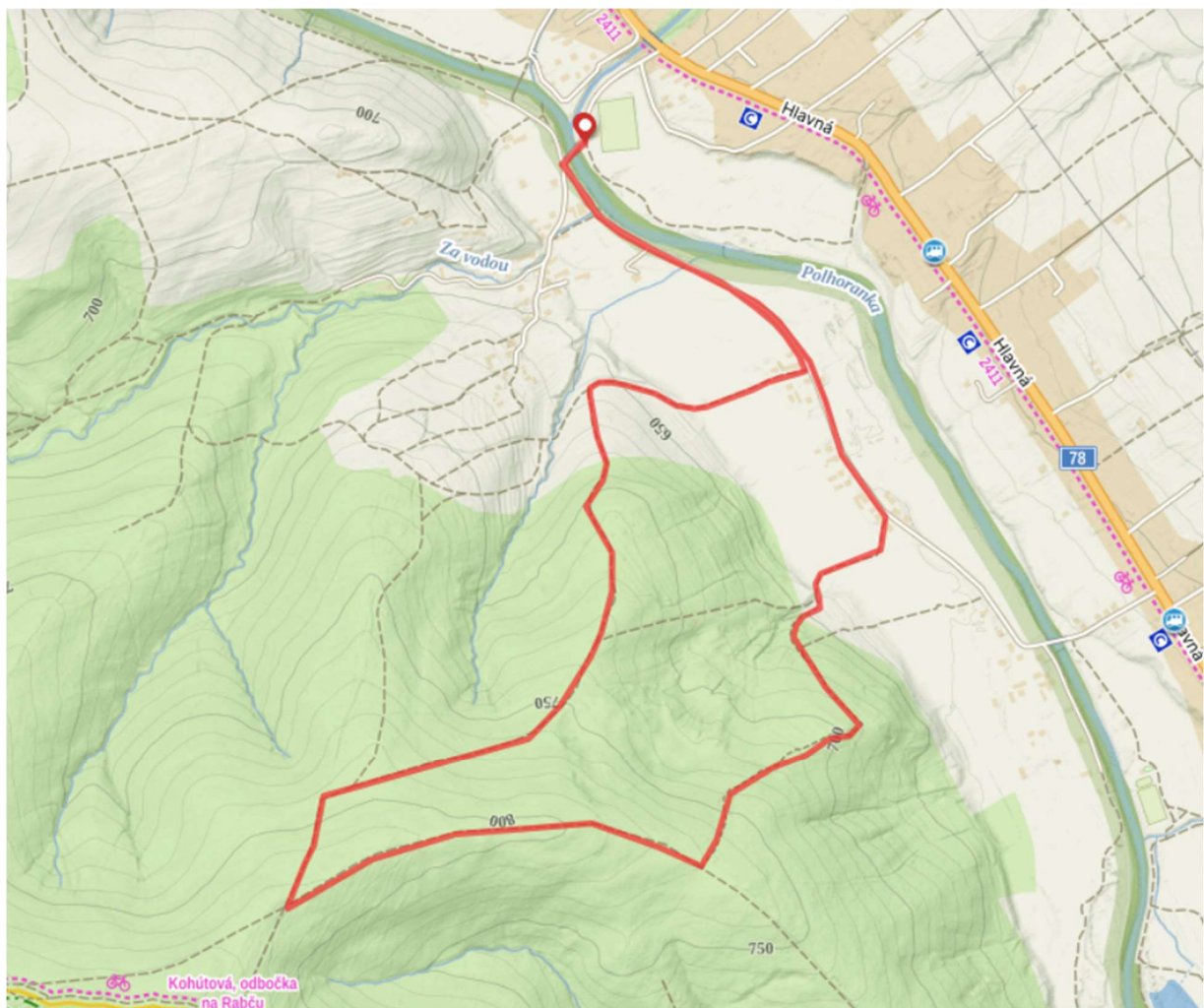
Dĺžka: 1,5 km

Výškové prevýšenie: 0 m

Občerstvovačka: NIE

Kategórie: Žiaci 3

## Trasa Krátka 5,8 km



Povrch: 1800m asfalt / 4000m trail

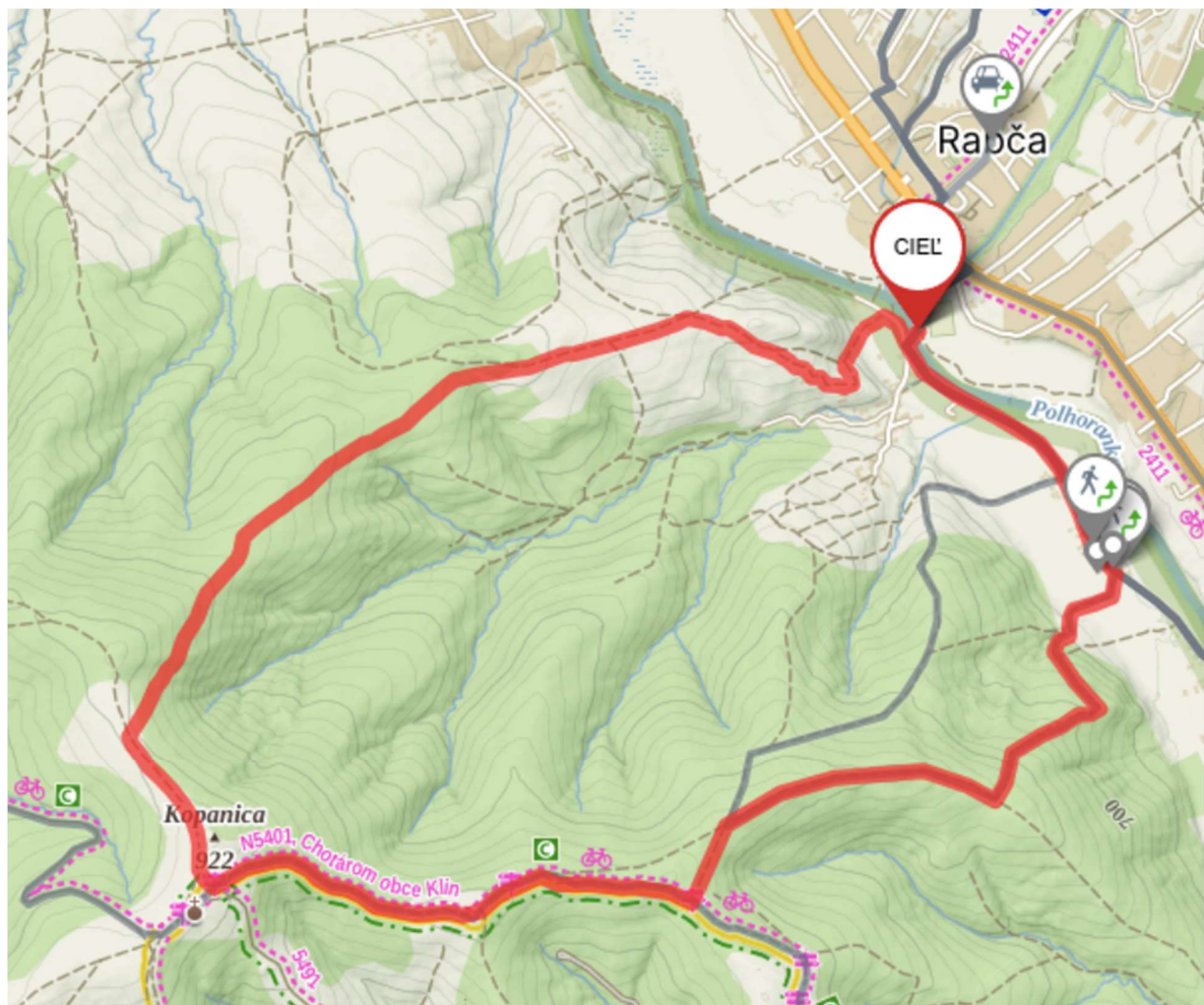
Dĺžka: 5,8km

Výškové prevýšenie: 190m

Občerstvovačka: NIE

Kategórie: Dorastenci, Juniori, Muži, Ženy

## Trasa Dlhá 10km



Povrch: 1000m asfalt / 9000m trail

Dĺžka: 10km

Výškové prevýšenie: 310m

Občerstvovačka: ÁNO na 4,5km na Kapanici

Kategórie: Juniori, Muži, Ženy

| Por. č. kat. | Kategória            | Vek           | Rok narodenia   |
|--------------|----------------------|---------------|-----------------|
| 1            | Predškoláci<br>200m  | Do 5r vrátane | Do 2019 vrátane |
| 2            | Predškoláčky<br>200m | Do 5r vrátane | Do 2019 vrátane |
| 3            | Žiaci 1 400m         | 6-8 r.        | 2018-2016       |
| 4            | Žiaci 2 800m         | 9-11 r.       | 2015-2013       |

|    |                                 |           |                 |
|----|---------------------------------|-----------|-----------------|
| 5  | Žiaci 3 1500m                   | 12-15 r.  | 2012-2009       |
| 6  | Žiačky 1 400m                   | 6-8 r.    | 2018-2016       |
| 7  | Žiačky 2 800m                   | 9-11 r.   | 2015-2013       |
| 8  | Žiačky 3 1500m                  | 12-15 r.  | 2012-2009       |
| 9  | Dorastenci 5km                  | 16-18 r.  | 2008-2006       |
| 10 | Dorastenky 5km                  | 16-18 r.  | 2008-2006       |
| 11 | Muži 1 5,8 km                   | 19-39 r.  | 2005-1985       |
| 12 | Muži 2 5,8 km                   | 40 a viac | 1984 a starší   |
| 13 | Ženy 1 5,8 km                   | 19-39 r.  | 2005-1985       |
| 14 | Ženy 2 5,8 km                   | 40 a viac | 1984 a staršie  |
| 15 | Muži 1 10 km                    | 19-39 r.  | 2005-1985       |
| 16 | Muži 2 10 km                    | 40-49 r.  | 1984-1975       |
| 17 | Muži 3 10 km                    | 50-59 r.  | 1974-1965       |
| 18 | Muži 4 10 km                    | 60 a viac | Od 1964 vrátane |
| 19 | Ženy 1 10 km                    | 19-39 r.  | 2005-1985       |
| 20 | Ženy 2 10 km                    | 40-49 r.  | 1984-1975       |
| 21 | Ženy 3 10 km                    | 50-59 r.  | 1974-1965       |
| 22 | Ženy 4 10 km                    | 60 a viac | Od 1964 vrátane |
|    |                                 |           |                 |
| 1A | Najrýchlejší<br>bežec 5 km      | n/a       | n/a             |
| 1B | Najrýchlejšia<br>bežkyňa 5 km   | n/a       | n/a             |
| 2A | Najrýchlejší<br>bežec 10 km     | n/a       | n/a             |
| 2B | Najrýchlejšia<br>bežkyňa 10 km  | n/a       | n/a             |
| 3A | Najrýchlejší<br>Rabčan 5 km     | n/a       | n/a             |
| 3B | Najrýchlejšia<br>Rabčianka 5 km | n/a       | n/a             |
| 4A | Najrýchlejšia<br>bežkyňa 10 km  | n/a       | n/a             |

|    |                              |     |     |
|----|------------------------------|-----|-----|
| 4B | Najrýchlejší<br>Rabčan 10 km | n/a | n/a |
|----|------------------------------|-----|-----|

Pretekári, činovníci a obecnosť sa zúčastňujú pretekov na vlastné nebezpečenstvo.  
Usporiadateľ si vyhradzuje právo na príp. zmenu v rozpise pretekov.

V prípade zlých poveternostných podmienok, budú zmeny oznámené na stránkach [www.obl.sk](http://www.obl.sk)

Sme súčasťou Oravskej Bežeckej ligy, ktorá združuje viacej behov na Orave. Odoslaním prihlášky pretekár udeľuje dobrovoľný súhlas so spracovaním osobných údajov v rozsahu (meno, priezvisko, rok narodenia, obec/mesto) pre internetovú stránku [www.obl.sk](http://www.obl.sk), kde budú tieto výsledky - bodovanie zverejňované. Tento súhlas je možné kedykoľvek odvolať emailom na: [info\(zavináč\)obl\(bodka\)sk](mailto:info(zavináč)obl(bodka)sk). Pretekár, ktorý neudelí súhlas so zaradením do Oravskej bežeckej ligy nebude do celkového bodovania započítaný.

Zástupcovia organizátora:

Milan Wilson | [mwilsonkudjak@gmail.com](mailto:mwilsonkudjak@gmail.com) | 0951329640

Peter Havlíček | [peko.havlicek@gmail.com](mailto:peko.havlicek@gmail.com) | 0949716883