

PUCOVSKÁ DESIATKA

1.ročník
charitatívneho behu

PUCOV 14.6.2025 14:00

10/5 /2 KM

detské trate, canicross,
nordicwalking, chôdza

DEŇ DETÍ

skákacie hrady, zmrzlina, maľovanie na tvár,
a veľa iného

**PO SKONČENÍ JÁNSKA VATRA
ZÁBAVA V PRÍRODE**



DHZ Pucov, Rozbeháme Oravu a OBL vás srdečne pozývajú na prvý ročník charitatívneho behu **Pucovská desiatka**.

Dátum: **14.6.2025**

Štart, cieľ, prezentácia - **Pucov**, hokejové ihrisko

Registrácia tu: (zverejníme po spustení)

Registrácia možná aj priamo na podujatí.

Mapa a GPS tratí: 5km –

10km -

Prezentácia od 14:00, ukončenie 30 min. pred štartom kategórie.

Na prezentácii si všetci pretekári preberú štartovné čísla a čipy. Každý pretekár je povinný mať štartovné číslo počas celého preteku na viditeľnom mieste a čip umiestnený na nohe. Čip je potrebné vrátiť organizátorom v priestoroch cieľa. Pri strate čipu pretekár uhradí sumu 50€.

Štartovné pre kategórie mužov a žien je 10,-€, on-line registrácia vopred. 12,-€ registrácia na mieste. Platba pri prezentácii na mieste. (deti, žiaci a stredoškoly do 18r. neplatia, ale musia sa on-line registrovať, pri registrácii na mieste 5,-€). **Celý výťažok zo štartovného pôjde pre Lukáša na liečebné procedúry a zdravotné pomôcky.**

Trať: asfalt, lesné cesty, lúky, zväžnice

ZOZNAM KATEGÓRIÍ :

1. Deti do 5 rokov - možnosť behať s rodičmi
2. Žiaci I. / Žiačky I. 6 – 8 rokov (r.n. 2019 – 2017)
3. Žiaci II. / Žiačky II. 9 – 11 rokov (r.n. 2016 – 2014)
4. Žiaci III. / Žiačky III. 12 – 15 rokov (r.n. 2013 – 2010)
5. Dorastenci / Dorastenky 16 – 18 rokov (r.n. 2009 – 2007)
6. Muži I. / Ženy I. 19 – 39 rokov (r.n. 2006 – 1986)
7. Muži II. / Ženy II. 40 – 49 rokov (r.n. 1985 – 1976)

8. Muži III. / Ženy III. 50 – 59 rokov (r.n. 1975 – 1966)
9. Muži IV. / Ženy IV. 60 a viac rokov (r.n. 1965 a starší)
10. Chôdza - Nordicwalking 5km
11. Canicross 2km

Časový rozpis:

15:30 BEH 100 m TRAŤ

Deti do 5 rokov - možnosť behať s rodičmi

15:40 BEH 350 m TRAŤ

Žiaci I. / Žiačky I. 6 – 8 rokov (r.n. 2019 – 2017)

15:50 BEH 700 m TRAŤ

Žiaci II. / Žiačky II. 9 – 11 rokov (r.n. 2016 – 2014)

16:00 BEH 2 km TRAŤ

Žiaci III. / Žiačky III. 12 – 15 rokov (r.n. 2013 – 2010)

16:20 CANICROSS 2 km TRAŤ

BEZ VEKOVÝCH KATEGÓRIÍ (štartovať sa bude jednotlivo v 30 sekundových intervaloch)

17:00 BEH 5 km TRAŤ

Dorastenci / Dorastenky 16 – 18 rokov (r.n. 2009 – 2007)

Muži I. / Ženy I. 19 – 39 rokov (r.n. 2006 – 1986)

Muži II. / Ženy II. 40 – 54 rokov (r.n. 1985 – 1971)

Muži III. / Ženy III. 55 a Viac rokov (r.n. 1970 a starší)

17:00 BEH 10 km TRAŤ (na 6 km občerstvovačka)

Muži I. / Ženy I. 19 – 39 rokov (r.n. 2006 – 1986)

Muži II. / Ženy II. 40 – 49 rokov (r.n. 1985 – 1976)

Muži III. / Ženy III. 50 – 59 rokov (r.n. 1975 – 1966)

Muži IV. / Ženy IV. 60 a viac rokov (r.n. 1965 a starší)

17:30 CHÔDZA , NORDICWALKING 5 km TRAŤ

BEZ VEKOVÝCH KATEGÓRIÍ

Cca. 19:00 vyhodnotenie

Každý účastník dostane účastnícku medailu, jedlo, nápoj. Prví traja v každej kategórii víťazné medaily a vecné ceny. (neplatí pre deti do 5 rokov a nordicwalking, chôdza)

Celé podujatie je spojené s dňom detí ktorý začína už o 13:00. Pre deti máme pripravené rôzne atrakcie skákacie hrady, maľovanie na tvár, zmrzlina. Od 14:00 začínajú bežecké preteky pre všetky deti od dvoch rokov. Každé dieťa ktoré sa zúčastní pretekov dostane účastnícku medailu, džús, kofolu, sladkosť, párky a všeličo iné. Štart hlavných pretekov 17:00, cca. 19:00 vyhodnotenie. O 20:00 vystúpenie ľudového súboru, o 21:00 zapálenie Jánskej Vatry a pokračujeme zábavou v prírode.

Účastník akcie by mal vopred zvážiť svoju fyzickú zdatnosť a zdravotné predpoklady.

Účasť na podujatí je na vašu vlastnú zodpovednosť.

UPOZORNENIE: Usporiadateľ si vyhradzuje právo zmeny rozpisu pretekov o čom budú všetci účastníci informovaní. Účastníci pretekov a obecnosť sa zúčastňujú pretekov na vlastné nebezpečie.

Prihlásením na preteky dávam dobrovoľný súhlas na spracovanie poskytnutých údajov pre evidenciu na športovom podujatí podľa zákona č. 18/2018 o ochrane osobných údajov. Organizátor podujatia informuje všetkých pretekárov a širokú verejnosť, že počas tohto podujatia plánuje vyhotovovať fotografie a zvukovo-obrazové záznamy, ktoré budú slúžiť na propagačné a dokumentačné účely a budú zverejnené na sociálnych sieťach a webových stránkach organizátora.

Preteká sa podľa pravidiel atletiky a týchto propozícií, pretekári štartujú na vlastné nebezpečie, organizátor nezabezpečuje žiadne poistenie účastníkov pretekov. Organizátor nepreberá zodpovednosť za škody na majetku alebo na zdraví súvisiace s cestou, pobytom a s účasťou pretekárov na podujatí. Každý účastník štartuje na vlastnú zodpovednosť.

Info: tu v diskusii, alebo ustanikm@gmail.com tel: **0915 307 146**