














Modřany Ravine Run

(dříve Přespolní běh nad Modřanskou roklí) je součástí Poháru pražských běžeckých nadějí 2020.

17. ročník se bude konat v neděli 31. 5. 2020.

Zaregistrovat se je třeba **do 27. 5. 2020**. Při on-line registraci budete mít **nižší startovné**. Registraci naleznete na: <http://results.bezeckenadeje.cz/events/modrany-ravine-run-17-rocnik/>. Max. 400 běžců. Na nižší startovné se můžete těšit i v případě, že si přineste vlastní hrnek na čaj. Závodníky a hlavně rodiče nejmladších dětí prosíme, aby si vyzvedli svá startovní čísla s dostatečným předstihem.

Časy, čísla hromadných startů, kategorie (rozhoduje ročník narození) a délky tratí:

9:30	1 - žáci starší 14–15 let	PPBN	(2006–2005)		3 300 m
9:30	2 - dorostenky 16–17 let	PPBN	(2004–2003)		3 300 m
9:30	3 - juniorky 18–19 let		(2002–2001)		3 300 m
9:30	4 - děti 4 roky (samy nebo s rodičem)		(2016)		50 m
9:35	5 - nejmladší děti do 3 let (samy n. s rodičem)		(2017...)		50 m
9:55	6 - benjamínky mladší 5 let		(2015)		320 m
10:05	7 - benjamínci mladší 5 let		(2015)		320 m
10:15	8 - benjamínky starší 6–7 let		(2014–2013)		320 m
10:25	9 - benjamínci starší 6–7 let		(2014–2013)		320 m
10:40	10 - dorostenci 16–17 let	PPBN	(2004–2003)		6 000 m
10:40	11 - junioři 18–19 let		(2002–2001)		6 000 m
10:40	12 - ženy C 45–54 let		(1975–1966)		6 000 m
10:40	13 - ženy D 55–84 let		(1965–1936)		6 000 m
10:40	14 - muži E 65–74 let		(1955–1946)		6 000 m
10:40	15 - muži F 75–84 let		(1945–1936)		6 000 m
10:40	16 - děvčata mladší 8 let		(2012)		640 m
10:50	17 - kluci mladší 8 let		(2012)		640 m
11:00	18 - děvčata 9 let		(2011)		640 m
11:10	19 - kluci 9 let		(2011)		640 m
11:40	20 - kluci starší 10–11 let	PPBN	(2010–2009)		1 000 m
11:50	21 - děvčata starší 10–11 let	PPBN	(2010–2009)		1 000 m
12:00	22 - žákyně mladší 12–13 let	PPBN	(2008–2007)		1 000 m
12:20	23 - ženy A 20–34 let		(2000–1986)		10 000 m
12:20	24 - ženy B 35–44 let		(1985–1976)		10 000 m
12:20	25 - muži A 20–34 let		(2000–1986)		10 000 m
12:20	26 - muži B 35–44 let		(1985–1976)		10 000 m
12:20	27 - muži C 45–54 let		(1975–1966)		10 000 m
12:20	28 - muži D 55–64 let		(1965–1956)		10 000 m
12:20	29 - žáci mladší 12–13 let	PPBN	(2008–2007)		2 000 m
12:20–12:40	30 - žákyně starší 14–15 let	PPBN	(2006–2005)		2 000 m

Start a cíl je na louce U Liščích děr, za areálem Prague British International School (PBIS), (Brunelova 960/12), nad retenční nádrží a bývalým lomem. **Čísla a špendlíky se vracejí!**

Registrace: on-line nebo v den závodu v PBIS, nejpozději 20 min. před startem své kategorie.

Startovné: registrace on-line: dospělí 50 Kč, dorost 30 Kč, žactvo (do 15 let) 0 Kč. Na místě: 80 Kč.

Doprava: GPS souřadnice: 50.003567°N 14.451234°E. Do zastávky Sídliště Libuš bus 215 (konečná) z metra KačeroV, bus 165 z metra Háje / Opatov, ze směru Zbraslav / Komořany / Modřany. Do zastávky Jirčanská bus 197 z metra Smíchovské nádraží/ Háje. Do zastávky Sídliště Modřany tramvaj 17. Do Nádraží Modřany vlak (trať 210).

Šatny, sprchy a toalety: v Prague British International School.

Občerstvení po závodě: čaj, voda, sušenky (podle možností pořadatele).

Upozornění: Závod probíhá v chráněném území, od všech vyžadujeme ohleduplné chování. Přírodní památka Modřanská rokle a přírodní park Modřanská rokle – Cholupice podléhají ochrannému režimu. Nechoďte mimo stávající cesty. Každý účastník závodu startuje na vlastní nebezpečí se všemi důsledky z toho plynoucími a nese odpovědnost za svůj zdravotní stav, ověřený lékařem v posledním roce. Za mládež zodpovídají trenéři, resp. rodiče. Tretry od tratě 3300 m výše nedoporučujeme. Za odložené věci pořadatel neručí (ani v šatnách). Parkoviště školy bude otevřeno do 15 hodin.

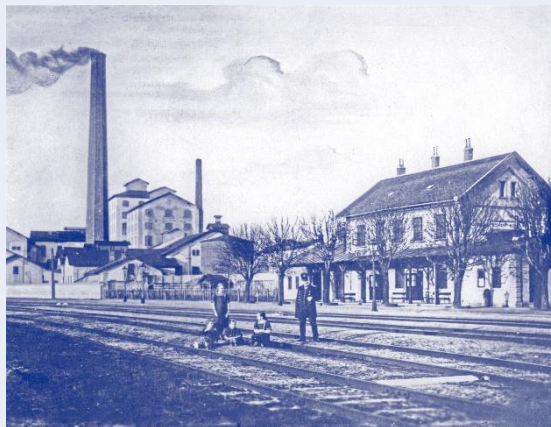
Informace: <http://www.praha12.cz/modrany-ravine-run>,
nebo Jiří Kalista, Machuldova 13/ 575, 142 00 Praha 411, e-mail: jirikalista@seznam.cz,
telefony: Mobil: 604 972 334, zaměstnání: 261 132 783.

Výsledky: vyhlášení vítězů budou probíhat u startu průběžně po doběhnutí jednotlivých kategorií a zpracování výsledků, které pak najdete na internetu.

Traťové rekordy: na trati 10 000 m kraluje Václav Janoušek z SK Spartak Praha 4 výkonem 34:08 (2012). V kategorii žen rekord výrazně zlepšila Petra Kotlíková ze Slavojce Pacov na 42:46 (2019). Kamila Gregorová (Kerteam) zaběhla nejrychleji trať 8 000 m za 30:46 (2013).

Ceny: první tři závodníci v kategorii získají diplom, medaili a malou odměnu dle možností pořadatele.

Z historie rokle a okolí: Až do 19. století se obec Modřany zásadně nezvětšovala ani rozlohou ani počtem obyvatel a nijak zvlášť nevzrůstal ani její význam. Stále žila jakoby ve stínu sousední Zbraslavi a Vyšehradu. Po založení cukrovaru roku 1861 se situace obrátila a z malé zemědělské vesničky se v historicky krátké době stalo průmyslové centrum, v němž hledalo práci stále více dělníků a techniků. Příliv nových občanů si vynutil větší výstavbu, více školských zařízení, provozoven, služeb a všeho, co lidé potřebovali. V roce 1936 tak byla obec povýšena na městys, po sloučení s Komořany v roce 1963 na město, které se v r. 1968 stalo součástí hlavního města Prahy. (z naučné stezky).



Cukrovar u stanice dráhy kolem roku 1900

Sponzoři závodu

praha12

...Váš interier s.r.o.
<http://vasinterier.com/>

SoucekFoto
fotografické a video služby
SOUCEKFOTO.COM

