

Tělocvičná jednota SOKOL PRAŽSKÝ

odbor všestrannosti

Vás zve k účasti v otevřeném závodě - zúčastnit se mohou i nečlenové Sokola

ŠPLH SCHODIŠTĚM XX. ročník



Závod je zařazen do série Velkých cen ve šplhu na 8 m laně a je zařazen do seznamu kvalifikačních závodů pro mistrovství republiky ve šplhu na 8 m laně

Pořadatel: SOKOL PRAŽSKÝ

Místo: sokolovna Sokola Pražského, Praha 2, Žitná 42

Datum: **sobota 5. 3. 2016**

PROPOZICE

Organizační výbor:
Ředitel závodu - Jiří Poes
Rozhodčí u lana - Pavel Niezgodzky
Startér - Miroslav Vrána
Technický úsek - Pavel Kroupa

System soutěže: Závod probíhá na jednom laně čtyřkolově, v každém kole má závodník jeden pokus. Pořadí startujících v prvním kole bude sestaveno podle časů uvedených v přihlášce. Startovní pořadí v druhém, třetím a čtvrtém kole bude sestaveno podle času dosaženého v 1. kole.

Soutěží se podle pravidel schválených výkonným výborem šplhu na 8 m laně.

| Kategorie | | Délka lana [m] |
|-------------------------------------|--|----------------|
| I.kat. – muži a senioři | rok narození 1997 a starší (senioři rok narození 1975 a starší) | 8,0 |
| II. kat. – dorostenci a starší žáci | rok narození 1998 a mladší | 4,5 |
| III. kat. – ženy | dorostenky a ženy | 4,5 |

Zdravotní podmínky: Každý závodník startuje na vlastní odpovědnost, nezletilí se souhlasem rodičů.

Startovné: 50,- Kč (u prezence ve vestibulu sokolovny)

Materiální zabezpečení: Náklady na cestovné a stravu si hradí každý sám (případně přispěje vysílající složka). Možnost občerstvení v tradiční Šplh hospůdce přímo v areálu sokolovny není jistá.

Ubytování (pro mimopražské závodníky/ce): Ubytování **na objednání** můžeme poskytnout z pátku na sobotu, v tělocvičně. Spací pytel si každý vezme vlastní. Jako podložka na spaní jsou k dispozici žíněnky a gymnastický koberec. Sociální zařízení bude k dispozici. Cena za jeden nocleh je 50 Kč/osobu. Nocleh rezervujte min. 3 dny předem.

Časový plán závodu:

| | |
|--|----------------------------|
| Prezence | 9.00 – 9.45 hod. |
| Nástup závodníků, slavnostní zahájení | 10.00 - 10.15 hod. |
| Začátek závodu | 10.15 hod. |
| Předpokládané ukončení závodu | 12.00 – 13.00 hod. |
| Nástup závodníků, vyhlášení výsledků a zakončení | 30 min. po ukončení závodu |

Odměny: První tři závodníci v každé kategorii obdrží diplom a každý závodník obdrží výsledkovou listinu a pamětní list. Závodník, který dosáhne poprvé (ve Šplhu schodištěm) mety 8 m (muži a senioři) a 4,5 m (ženy a dorostenky) - čas nerozhoduje - obdrží pamětní medaili a automaticky se stane členem KLUBU ŠPLHAVCŮ Sokola Pražského. Na medaili, kterou vyhotovil na základě fotografie Marie Brunerové výtvarník Drahoslav Klement, je v siluetě ztvárněn Martin Masár z Bratislavy, který byl dlouhodobým držitelem rekordu ve šplhu na osmimetrovém laně a jeho výkon 5,58 s byl zapsán do Guinnessovy knihy rekordů.

Doprava: K tělocvičně SOKOLA PRAŽSKÉHO se dostanete metrem trasy A a C ze stanice „Muzeum“ nebo metrem trasy C a tramvají č. 4, 10, 11, 16 a 22 ze stanice „I.P.Pavlova“. Vzhledem k vyhlášenému placenému parkování na Praze 2, upozorňujeme na zhoršené možnosti parkování v okolí sokolovny.

Přihlášky: Závodníky prosíme o předběžné elektronické či telefonní nahlášení své účasti do středy 2. března (jiri.poes@gmail.com nebo kroupic@seznam.cz), včetně požadavku na ubytování. Písemné přihlášky vyplní a odevzdá závodník u prezence v den závodu.

Informace a aktuality ze světa šplhu: www.svetsplhu.cz

Na Vaši účast se těší SOKOL PRAŽSKÝ !

Za organizační výbor: Mirek Vrána
Pavel Kroupa
Jan Štěpánek 604 370 914
Jirka Poes 724 475 798