Modřany Ravine Run (letošní tratě jedinečně v opačném směru)

zahajuje Modřanský běžecký trojboj 2023. Dalšími závody jsou Běh Modřanskou roklí ve čtvrtek 31. 8. 2023 a Běh Sokola Modřany – Modřanský kolotoč v sobotu 4. 11 2023. Více o poháru **zde**.

20. ročník se bude konat v neděli 23. 4. 2023

Závod je pořádán za finanční podpory MČ Praha 12.

Zaregistrovat se je třeba **do 19. 4. 2023**. Při on-line registraci budete mít **nižší startovné**, registraci **naleznete zde**. Maximální počet je 400 běžců.
Budeme rádi, když si přineste vlastní hrnek na čaj. Závodníky, ale hlavně rodiče nejmladších dětí prosíme, aby si vyzvedli svá startovní čísla s dostatečným předstihem.

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!**

Časy, čísla hromadných startů, kategorie podle ročníku narození a tratě:

9:30	1 - žáci starší 14–15 let	(2009–2008)	↑90 m	3 400 m
9:30	2 - dorostenky 16–17 let	(2007–2006)		3 400 m
9:30	3 - juniorky 18–19 let	(2005–2004)		3 400 m
9:35	4 - děti do 4 let (samy nebo s rodičem)	(2019 a později)		50 m
9:55	5 - benjamínky mladší 5 let	(2018)		320 m
10:05	6 - benjamínci mladší 5 let	(2018)		320 m
10:15	7 - benjamínky starší 6–7 let	(2017–2016)		320 m
10:25	8 - benjamínci starší 6–7 let	(2017–2016)		320 m
10:40	9 - dorostenci 16–17 let	(2007–2006)	↑110 m	6 100 m
10:40	10 - junioři 18–19 let	(2005–2004)		6 100 m
10:40	11 - ženy D 60 a více let	(1963 a dříve)		6 100 m
10.40	12 - muži D 60–69 let	(1963–1954)		6 100 m
10:40	13 - muži E 70 a více let	(1953 a dříve)		6 100 m
10:40	14 - ženy 20–59 let 6,1 km	(2003–1964)		6 100 m
10:40	15 - muži 20–59 let 6,1 km	(2003–1964)		6 100 m
10:40	16 - děvčata mladší 8–9 let	(2015–2014)		640 m
10:50	17 - kluci mladší 8–9 let	(2015–2014)		640 m
11:40	18 - kluci starší 10–11 let	(2013–2012)		1 000 m
11:50	19 - děvčata starší 10–11 let	(2013–2012)		1 000 m
12:00	20 - žákyně mladší 12–13 let	(2011–2010)		1 000 m
12:20	21 - ženy A 20–39 let	(2003–1984)	↑215 m	10 000 m
12:20	22 - ženy B 40–49 let	(1983–1974)		10 000 m
12:20	23 - ženy C 50–59 let	(1973–1964)		10 000 m
12:20	24 - muži A 20–39 let	(2003–1984)		10 000 m
12:20	25 - muži B 40–49 let	(1983–1974)		10 000 m
12:20	26 - muži C 50–59 let	(1973–1964)		10 000 m
12:20	27 - žáci mladší 12–13 let	(2011–2010)		2 000 m
12:20–12:40	28 - žákyně starší 14–15 let	(2009–2008)		2 000 m

Registrace: on-line nebo v den závodu u startu a cíle, nejpozději 20 minut 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 (pozor výluky/změny trasy). Do zastávky Sídliště Modřany tramvaj 17, do Nádraží Modřany vlak (trať 210).

Šatny a toalety: ve stanu u startu a cíle, mobilní WC budou na parkovišti PBIS.

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 3 400 m výše nedoporučujeme. Za odložené věci pořadatel neručí (ani v šatnách). Parkoviště školy bude otevřeno do 15 hodin.

Informace: **modranyravinerun.cz/**, **www.praha12.cz/modrany-ravine-run** nebo
Jiří Kalista, Machuldova 13/ 575, 142 00 Praha 12, E: **jirikalista@seznam.cz**, M: 604 972 334.

Výsledky: vyhlášení vítězů bude 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 Slavoje 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.

Žně na Babech: *Snímek ze srpna 1956 zachycuje žně na Babech nad Modřanskou roklí. Československý státní statek pěstoval pšenici, takže o žních se kousek za bytovkami projížděly kombajny a traktory. Místní národní výbor v říjnu 1950 zřídil Statek lidové správy, který zabral neobhospodařovanou půdu a půdu z druhé pozemkové reformy. V roce 1954 ho do správy dostaly Československé státní statky, farma Zbraslav. Obhospodařovala všechnu zemědělskou půdu v Modřanech do roku 1961, kdy došlo k reorganizaci zbraslavského statku a Modřany se osamostatnily. Po připojení Modřan k Praze orná půda ustoupila rozsáhlé výstavbě sídlišť.*



(z naučné stezky)

Sponzoři závodu:

…Váš interier s.r.o.
http://vasinterier.com/

TOI TOI

Dalibor Eliáš
techconsulting.cz

Pavel Matějovský



