9. ročník ***neděle 1.4.2012***

Přespolní běh nad Modřanskou roklí

veřejný závod a Pohár Pražských Běžeckých Nadějí 2012

Pořádají:

Radnice Prahy 12

ZŠ a MŠ Smolkova v Praze 12

Úvodem zmíníme důležité organizační změny. Od letošního ročníku se přihlašování i šatny stěhují blíže startu a cíli, do The English International School, Prague. Budova se nachází na louce naproti stanu pořadatelů. Podél jejího areálu vedou tratě dětských kategorií. K dispozici je i velké parkoviště. Prosíme o ohleduplnost ke školnímu vybavení, abychom si udrželi přízeň školy do dalších ročníků. Hezké sportovní dopoledne Vám přeje tým pořadatelů.

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

9:30	***1*** *žáci starší 14 – 15 let*	*(1998 – 1997)*	*2 900 m*
9:30	***2*** *dorostenky 16 – 17 let*	*(1996 – 1995)*	*2 900 m*
9:30	***3*** *nejmladší děti do 3 let*	*(2009…..)*	*50 m*
9:35	***4*** *benjamínky, benjamínci mladší 4 roky*	*(2008)*	*50 m*
9:40	***5*** *benjamínky, benjamínci starší 5 – 6 let*	*(2007 – 2006)*	*320 m*
10:05	***6*** *dorostenci 16 – 17 let*	*(1996 – 1995)*	*6 000 m*
10:05	***7*** *juniorky 18 – 19 let*	*(1994 – 1993)*	*6 000 m*
10:05	***8*** *veteránky 55 – 84 let*	*(1957 – 1928)*	*6 000 m*
10:05	***9*** *veteráni 65 – 74 let*	*(1947 – 1938)*	*6 000 m*
10:05	***10*** *veteráni 75 – 84 let*	*(1937 – 1928)*	*6 000 m*
10:10	***11*** *děvčata mladší, kluci mladší 7 – 8 let*	*(2005 – 2004)*	*640 m*
10:30	***12*** *kluci starší 9 – 11 let (do poháru*	*(2003 – 2001)*	*1 000 m*
10:30 – 10:40	***13*** *děvčata starší 9 – 11 let také mladší)*	*(2003 – 2001)*	*1 000 m*
10:30 – 10:50	***14*** *žákyně mladší 12 – 13 let*	*(2000 – 1999)*	*1 000 m*
11:10	***15*** *junioři 18 – 19 let*	*(1994 – 1993)*	*8 000 m*
11:10	***16*** *ženy 20 – 34 let*	*(1992 – 1978)*	*8 000 m*
11:10	***17*** *veteránky 35 – 44 let*	*(1977 – 1968)*	*8 000 m*
11:10	***18*** *veteránky 45 – 54 let*	*(1967 – 1958)*	*8 000 m*
11:15	***19*** *muži 20 – 34 let*	*(1992 – 1978)*	*10 000 m*
11:15	***20*** *veteráni 35 – 44 let*	*(1977 – 1968)*	*10 000 m*
11:15	***21*** *veteráni 45 – 54 let*	*(1967 – 1958)*	*10 000 m*
11:15	***22*** *veteráni 55 – 64 let*	*(1957 – 1948)*	*10 000 m*
11:20	***23*** *žáci mladší 12 – 13 let*	*(2000 – 1999)*	*2 000 m*
11:20 – 11:40	***24*** *žákyně starší 14 – 15 let*	*(1998 – 1997)*	*2 000 m*

Start *a cíl je na louce U Liščích děr, za areálem The English International School, (Brunelova 960/12), nad retenční nádrží a bývalým lomem.* ***Čísla se vracejí v cíli.***

Přihlášky a startovné: *V den závodu v The English International School, nejpozději 20 minut před startem své kategorie. Dospělí (od 20 let) 25 Kč, dorost 10 Kč, žactvo (do 15 let) 0 Kč.*

Doprava: *Autobusem 215 z metra Kačerov nebo 165 ze směru Zbraslav, Komořany, Modřany do zastávky Sídliště Libuš (konečná pro 215). Autobusem 198 z metra Smíchovské nádraží nebo 165 ze směru Jižní Město, metro Háje, metro Opatov do zastávky Jirčanská. Tramvajemi 3, 17 a 21 na konečnou Sídliště Modřany a jít asi 15 minut pěšky ve stejném směru, nebo autobusem 165. Lze přijet i vlakem (trať 210) do stanice Nádraží Modřany a dále autobusem číslo 165 nebo již zmíněnými tramvajemi.*

Šatny, sprchy a toalety: *V The English 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. Tretry od tratě 2900 m výše nedoporučujeme. Za odložené věci pořadatel neručí (ani v šatnách).*

Informace:
http://www.praha12.cz/vismo/dokumenty2.asp?id_org=80112&id=3116&p1=2050
*nebo Jiří Kalista, Machuldova 13/ 575, 142 00 Praha 411, e-mail: **jirikalista@seznam.cz**, telefony: Byt – 2 5254 4740, mobil – 604 972 334, zaměstnání – 2 6113 2783.*

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

Traťové rekordy: *Rekord Václava Janouška z SK Spartaku Praha 4 na 10 000 m – 34:28 (2007) spolehlivě odolává. Nejlepší čas na 8 000 m drží Lenka Šibravová z Pardubic – 32:15 (2009), o vteřinu pomalejší byl za juniory Milan Prouza – 32:16 (2008, SC Radotín).*

Ceny*: První tři závodníci každé kategorie získají diplom a cenu podle možností pořadatele.*



Modřanská rokle
Dřeviny: Na jižním svahu rokle proto dnes nalezneme převážně akátovou buš, v jejímž podrostu přežívá pouze bez černý a několik plevelných druhů bylin. V rámci dalších zalesňovacích akcí byly použity i jiné, v Modřanech nepůvodní dřeviny jako borovice lesní, smrk ztepilý či modřín opadavý, z cizokrajných druhů dále borovice černá a dub červený. Nepůvodnost těchto dřevin prozradí skutečnost, že tu schází obvyklý bylinný podrost. Z druhů pro Prahu domácích byly použity hlavně habr obecný, dub letní, lípa srdčitá a jasan ztepilý. Umělým zalesněním tak nevznikl les jako ekosystém, ale pouze jako dřevinná kultura na nelesní půdě. V současnosti je na většině území již lesní ekosystém vyvinut a nalezneme zde asi 40 druhů dřevin. Podél Libušského a Písnického potoka se nachází nejcennější porost, tzv. ptačincová olšina, tvořený olší lepkavou, vrbami, jasanem ztepilým, místy také topolem černým, javorem mléčným a javorem horským (klenem). Menší zastoupení má bříza bělokorá a jilm habrolistý. Svahy údolí jsou porostlé již zmíněnými nevhodnými dřevinami, které stále převažují. Proto je do budoucnosti plánována výměna cizích dřevin za původní a obnova stepních společenstev. (z naučné stezky) (pokračování za rok)

Závod sponzorují:

Pavel Matějovský

www.cyklotarant.cz

Dub červený (A) i trnovník bílý (akát) (B) pocházejí z východní části Severní Ameriky. U nás se začali vysazovat ve větší míře až v 19. století jako okrasné dřeviny.

