

PROPOZÍCIE
3. ročníka cestného behu

„PORUBSKÁ JEDENÁSTKA“

USPORIADATEĽ: Spider Porúbka
v spolupráci s Obecným úradom Porúbka

TERMÍN: 1. augusta 2015 (sobota)

ŠTART: hlavný beh (11,4 km) a krátky beh (5,7 km) **18.30 hod.**
detský beh o **11.00 hod.**

PREZENTÁCIA: od 16.00 hod. na obecnom ihrisku Porúbka
K dispozícii sú šatne a sprchy na obecnom ihrisku.

ŠTARTOVNÉ: 3 € - v sume je zahrnuté občerstvenie, večera po preteku a každý štartujúci obdrží ponožky

KONTAKT: Jozef Pavúk – tel. č.: 0904 461 873
Martina Stašová – tel. č.: 0902 492 740

KATEGÓRIE

- **hlavný beh:** 11,4 km:
 - **muži** - vek: 18 – 39, 40 – 49, od 50 rokov
 - **ženy** – vek: 18 – 34, od 35 rokov
- **krátky beh:** 5,7 km:
 - muži - bez rozdielu veku
 - ženy - bez rozdielu veku
- **detské behy:** (deti sú rozdelené v každej kategórii na chlapcov a dievčatá)

- predškolský vek
- školský vek: 1., 2., 3. ročník
- 4., 5., 6. ročník
- 7., 8., 9. ročník

OBČERSTVENIE

Občerstvenie na trati: cca po každom druhom kilometri.

PROFIL TRATE

Trasa vedie obcou Porúbka, smerom do Nemcoviec, na otočke späť cez Porúbku do obce Harhaj, kde sa trasa otáča späť do Porúbky.

Hlavný beh - bežia sa dva okruhy

Krátky beh - jeden okruh

VYHODNOTENIE

Vyhodnotenie a ocenenie pretekárov bude po ukončení pretekov. V rámci kategórií budú vyhodnotení traja pretekári, ktorí získajú poháre.

UPOZORNENIE

Každý pretekár štartuje na vlastnú zodpovednosť a vlastné náklady. Svojím podpisom potvrdzuje zodpovedajúci zdravotný stav. Všetci účastníci sa podriaďujú rozhodnutiam hlavného rozhodcu a zaväzujú sa dodržať právne predpisy a pravidlá atletiky.

TRAŤOVÝ REKORD

Muži: **Radovan Tomeček:** 40:48

Ženy: **Ivana Butorácová:** 46:46

„Porubská jedenáctka“ je zaradená do Oblastnej bežeckej ligy Šarišanov 2015.

Spríevodné programy od 14.00 hod.:

Folklórne slávnosti Mikroregiónu Stredná Topľa, Vojenská hudba
Ozbrojených síl Slovenskej republiky

Od 21.00 hod. Benátska noc