

## XTRI Grizzlyman



Distance hl. závodu	Plavání 3800 m    cyklistika 205 km    běh 42,5 km						
Datum	15.-16. června 2019						
Místo, region	Frýdek Místek – vodní nádrž Olešná, Moravskoslezský kraj Centrum závodu v autokempu poblíž restaurace u Toma						
Pořadatel	Libor Uher a pořadatelský tým B7 / LH24						
Ředitel závodu, kontakt	LiborUher,						
Přihlášky	<a href="https://grizzlyman.cz/grizzlyman/registrace.html">https://grizzlyman.cz/grizzlyman/registrace.html</a>						
Limit startujících	100 závodníků v jednom startu,						
Číslo účtu	<a href="https://grizzlyman.cz/grizzlyman/registrace.html">https://grizzlyman.cz/grizzlyman/registrace.html</a>						
Startovné	3 900 Kč / 150 EUR						
Prezentace	Centrum závodu v autokempu poblíž restaurace u Toma						
Kategorie, distance, časy startů	Sobota 15.6.2019, 4:00 <table border="1" data-bbox="673 1534 1281 1675"><thead><tr><th>plavání</th><th>cyklistika</th><th>běh</th></tr></thead><tbody><tr><td>3,8</td><td>205</td><td>42,5</td></tr></tbody></table>	plavání	cyklistika	běh	3,8	205	42,5
plavání	cyklistika	běh					
3,8	205	42,5					

<b>Tratě- popis</b>	
<b>Časový harmonogram pro závod</b>	<p><b>Prezentace</b> Pátek 14.6., 12:00–19:30 hod.</p> <p><b>Odevzdání věcí pro depo Ostravice</b> Pátek 14.6., 12:00–19:30 hod.</p> <p><b>Rozprava</b> Pátek 14.6. 20:00 hod</p> <p><b>Start</b> Sobota 15.6. 4:00 hod</p> <p><b>Předpokládaný doběh prvního závodníka</b> Sobota 15.6. 18:00 hod</p> <p><b>Uzávěra tratí na běh</b> Sobota 15.6. 22:00 hod</p> <p><b>Ukončení závodu</b> Neděle 16.6. 04:00 hod</p>
<b>Časový harmonogram Vyhlášení vítězů,</b>	<b>Vyhlášení výsledků závodu</b> Neděle 16.6. 13:00 hod
<b>Občerstvení</b>	<p><b>Depo Olešná</b></p> <p><b>Lysá Hora, Bezručova chata terasa</b></p> <p><b>Depo Ostravice</b></p> <p><b>Chata Solárka</b></p> <p><b>Cíl</b></p>
<b>Lékařské zajištění</b>	<p><b>Vodní záchranná služba,</b></p> <p><b>Horská záchranná služba Beskydy</b></p> <p><b>Kvalifikovaný zdravotník v místě závodu, sanita</b></p>
<b>Rozhodčí</b>	<b>Kvalifikovaný rozhodčí</b>
<b>Výsledky</b>	<a href="https://grizzlyman.cz/grizzlyman/">https://grizzlyman.cz/grizzlyman/</a>
<p><b>Pro závod jsou platná pravidla ČTA – letní edice 2019</b></p> <p><b>Upozornění na důležité body pravidel a ustanovení platná pro účastníky závodů</b></p>	<p><b>Všichni startující závodí na vlastní nebezpečí, startující jsou povinni dodržovat pravidla silničního provozu a pokyny pořadatelů.</b></p> <p><b>Pro cyklistickou část je povinná pevná homologovaná cyklistická přilba a kolo ve vyhovujícím technickém stavu, obojí bude kontrolováno při přejímce kola do depa.</b></p> <p><b>Cyklistická část se jede jako bezháková, závodníci jsou povinni</b></p>

	<p><b>dodržovat příslušná pravidla ČTA a soutěžní směrnice 2019 letní edice</b></p> <p><b>Na trati cyklistiky se jede za běžného provozu, k dispozici bude mapa a export tratí v GPS.</b></p> <p><b>Každý závodník musí být označen číslem, čipem a je povinný mít tracker. Označení číslem je nutné pro cyklistickou i běžeckou část závodu. Číslo pro běh je umístěno vpředu na pásu k tomu určenému.</b></p> <p><b>Pořadatel si vyhrazuje upřesnit tyto pravidla do rozpravy k závodu.</b></p> <p><b>Další viz Pravidla ČTA a soutěžní směrnice 2019 letní edice</b></p>
<p><b>Další informace :</b></p>	<p><b><a href="https://grizzlyman.cz/grizzlyman/">https://grizzlyman.cz/grizzlyman/</a></b></p>
<p><b>Mapy</b></p>	<p>GPX záznam Kolo 1: <a href="#">Stáhnout GPS</a></p> <p>GPX záznam Kolo 2: <a href="#">Stáhnout GPS</a></p> <p>GPX záznam Kolo 3: <a href="#">Stáhnout GPS</a></p> <p>GPX záznam Trek: <a href="#">Stáhnout GPS</a></p>
<p><b>Pojištění</b></p>	<p>ČUS</p>

# Grizzlyman 2019

*Olešná, Beskydy, 14.-16.6.2019*

## *pokyny pro závodníky*

### **1. Příjezd na závod v pátek 14.6.2019**

Parkoviště pro závodníky a doprovod závodu je v areálu přehrady Olešná. Na parkovišti bude vyznačená zóna pro auta účastníků závodu, bude tam také pořadatel, který Vám poradí.

Na parkovišti bude možnost zdarma uschovat kolo v depu pro kola od 17-21 hodin, pokud si necháte kolo v autě, pořadatel za zcizení kol mimo úschovnu pořadatele **neodpovídá**. Kolo v úschovně i jeho majitel budou opatřeni identifikačním kódem, na základě čeho si kolo opět vyzvednete.

### **2. Prezentace**

bude otevřená v pátek od 17:00 do 20:00 hod, po ukončení prezentace bude ihned následovat rozprava.

**Vyzýváme všechny závodníky, aby přijeli včas.**

U prezentace dostanete tašku, která bude obsahovat:

- číslo na kolo k nalepení pod sedlovku
- číslo k nalepení na přilbu
- číslo měkké 2x (1 náhradní na běh), na čísle bude telefonní kontakt na pořadatele, dále zapínací špendlíky, guma
- 3 označené igelitové pytle. Jeden slouží úschově věcí do depa 1 u vody, druhý si vezměte na start, odložíte si do něj na startu oblečení, ve kterém nebudete závodit. Třetí pytel bude odvezen do depa 2, kde budete střídát cyklistiku s během. Všechny použité dále nepotřebné pytle budou následně odvezeny k prezentaci
- dárek od sponzora
- lístky na občerstvení
- energetickou tyčinku, nápoj,
- harmonogram a manuál
- propagační materiály
- mapy
- čip a tracker
- plavecká čepice s číslem
- ubytovací poukaz

Třetí pytel do depa 2 se odevzdává po rozpravě v pátek večer.

#### **Povinný obsah třetího pytle:**

Malý batoh s reflexním prvkem, ve kterém povinně budete mít větrovku, čelovku, mapu na běh, alufolii, pití a mobilní telefon. Ostatní věci, jako běžecké boty, pití, jídlo, náhradní ponožky, jiné oblečení náhradní startovní číslo, čelenku, ručník, energetické nápoje a tyčinky..., záleží na každém závodníkovi.

### **3. Sobota ráno před startem, depo 1**

Depo 1 je na travnaté ploše, 100 m od vody. Depo je průběžné. Kola budou zavěšena podle startovních čísel. Depo je tvořeno hrazdou na zavěšení kola Depo bude hlídáno a oploceno.

Kola označená samolepkou s číslem pod sedlovkou, přilbu s číslem, cyklistické boty a ostatní věci nezbytné pro cyklistickou část, si nachystáte ráno v depu, do kterého vás pustí rozhodčí a který vše zkontroluje včetně funkčnosti brzd. Věci na kolo si uložíte do připravených bedýnek. Nepotřebné věci v označeném pytli odevzdáte v depu pořadateli. Depo se otevře v 3:20 a uzavírá v 3:45. Poté se všichni startující odeberou ke startu plavání. Dle pravidel triatlonu platných pro rok 2019, budou neopreny povoleny nebo zakázány podle teploty vody, což se dozvíte na rozpravě den předem. Povinností závodníka je mít identifikační prvky, plavky/dres, plaveckou čepici, brýle popř. neopren. Ostatní plavecké pomůcky jsou zakázány.

#### **4. Start plavání**

Start plavecké části bude hromadný ve 4:00 hodin. Plave se ve dvou 1900m okruzích, plavecký trojúhelník budou vymezovat bojky, směr plavání a míjení bojek budete znát z rozpravy. Po absolvování celého plavání vyběhnete po koberci do depa ke svému kolu a svým věcem. Limit plavání jsou 2 hodiny. Všechny věci, které necháte v depu, budete mít uloženy v bedýnce nebo pytli. Měkké startovní číslo berete již na cyklistiku, proto je mějte dobře připevněné. Přilbu budete mít zapnutou dřív, než sejmete své kolo z hrazdy, pak běžíte z depa vedle kola a na kolo nasedáte až na asfaltě.

#### **5. Cyklistika bezháková**

Nasedáte na kolo a vyjíždíte na trať. Nezapomeňte na pitný a energetický režim, na trati budou občerstvovací stanice podle přiložené mapy. Pojedete podle šípek, které budou vždy dostatečně velké a v dostatečném předstihu na zemi, viz rozprava. Doprovod a support na cyklistické trati je povolen v tomto rozsahu:

Podání nebo doplnění tekutin a jídla na předem určených místech

Podání informací o trase

Výměna výpletů, oprava defektu, přehazovačky, brzdy, nikoliv celého kola nebo rámu

Podání náhradního oblečení v případě nepřízně počasí

Doprovod nesmí v žádném případě jet těsně před závodníkem ani jinak mu pomáhat. Jede se za běžného provozu, závodník musí dodržovat dopravní předpisy a dbát o svou bezpečnost i bezpečnost ostatních.

Po absolvování celé trasy cyklistiky dorazíte do depa 2 na Ostravici, které je zastřešené. Limit dojezdu kola je 22:00 hodin v sobotu.

#### **6. Depo 2**

Zde odložíte kolo na hrazdu depa, sundáte přilbu. Naleznete zde své věci, které jste předali pořadateli po rozpravě. V depu 2 bude velká občerstvovací stanice s možností odpočinku, sprchy apod. Přezujete se a převlečete se na běh.

#### **7. Běh**

Malý batoh s povinnou výbavou (viz výše), čelovkou a mapou musíte nést s sebou sami, stejně jako startovní číslo, tracker a chip. Pokud budete mít doprovod, může vám nést další věci a občerstvení. Limit celého závodu je 24 hodin. V cíli běhu vás čeká velké občerstvení a odpočinek.

#### **7. Vyhlášení**

proběhne v neděli od xx:yy hod v areálu závodu přehrady Olešná

#### **9. Ubytování**

Pořadatel ubytování **zajišťuje a je součástí startovního balíčku.**

#### **10 Cokoliv**

čemu ještě nerozumíte, napište na:

sledujte pravidelně FB a stránky závodu

**Do závodu Vám přejeme pouze příjemné zážitky a co nejlepší umístění!**

---