**Oddíl lyžování TJ Sokol Stará Paka pořádá 44. ročník přespolního běhu**

# STAROPACKÝ KROS 2023

Závod je zařazen do seriálu
„Pohár běžce Českého ráje"

**Termín:** **sobota 22. dubna 2023**

**Místo:** **Stará Paka na sportovním hřišti „Sokolák" nad základní školou**

**Přihlášky:** **- osobně v den závodu v klubovně na „Sokoláku" od 8:00 hod. do 9:00 hod.**
**- ženy a hlavní závod do 10:30 hod.**

**Startovné:** **děti a dorost zdarma** **dospělí 100,- Kč**

**Odměny:** **první tři v každé kategorii obdrží věcnou cenu a upomínkový diplom**

**Upozornění:** **doprovod rodičů je dovolen pouze u dětí narozených v roce 2022.**

## Tratě, kategorie a startovní časy:

**Od 9:30 hodin postupně navazují starty:**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **mlíčňáci I.** | 2021-2022 | 40 m | **nejmladší žáci** | 2013-2014 | 600 m |
| **mlíčňáci II.** | 2019-2020 | 60 m | **mladší žákyně** | 2011-2012 | 1000 m |
| **předškolní dívky** | 2017-2018 | 150 m | **mladší žáci** | 2011-2012 | 1000 m |
| **předškolní chlapci** | 2017-2018 | 150 m | **starší žákyně** | 2008-2010 | 1000 m |
| **mini žákyně** | 2015-2016 | 300 m | **starší žáci** | 2008-2010 | 1500 m |
| **mini žáci** | 2015-2016 | 300 m | **dorostenky** | 2006-2007 | 1500 m |
| **nejmladší žákyně** | 2013-2014 | 600 m | | | |

**Závod rodičů s kočárky bude odstartován po startu závodu st. žáků a dorostenek.**

**Od 10:30 hodin vyhlášení vítězů dětských kategorií**

**V 11:00 hodin start:**

| | | |
|---|---|---|
| **ženy** | 1984-2005 | 2000 m |
| **ženy 40** | 1983 a starší | 2000 m |

**V 11:15 hodin start hlavního závodu:**

| | | |
|---|---|---|
| **dorostenci** | 2006-2007 | 4400 m |
| **muži** | 1984-2005 | 4400 m |
| **veteráni 40** | 1974-1983 | 4400 m |
| **veteráni 50** | 1964-1973 | 4400 m |
| **veteráni 60** | 1954-1963 | 4400 m |
| **veteráni 70** | 1953 a starší | 4400 m |

Běhy do 1500 m budou odstartovány plynule za sebou po doběhu předchozí kategorie. Barevné značení a plánek tratí budou vyvěšeny v místě konání závodu. Závodí se podle pravidel atletiky pro běhy mimo dráhu. Závod je veřejný, přístupný registrovaným i neregistrovaným závodníkům. Doporučujeme lékařskou prohlídku.
Po doběhu bude pro závodníky zajištěno občerstvení.

Výsledky budou zveřejněny na adrese: **www.ski-starapaka.cz/staropackykros**