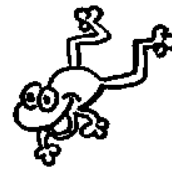


Žabí běh



– na odhadnutý čas, 30. běh, podzimní

Pohyb s odhadem času nebo-li proti času. Běžet, jít, skákat či jinak se pohybovat po vyznačené trase může každý s tím, že si dopředu odhadne čas, v jakém trasu překoná. Vítězí ten, kdo se nejpřesněji trefí do odhadu.

Hodnocena je i možná účast v žabím převleku nebo s žabími doplňky.

„Říjen je období, kdy se příroda začíná ukládat k zimnímu spánku. Žáby opouštějí svá letní stanoviště a stahují se včas do zimních úkrytů“

Datum: 9. 10. 2022

Hlavní pořadatel: Spolek Cipísek

Místo konání: Prachov (okres Jičín)

Muzeum přírody Český ráj (MPČR), Prachov 37, u vstupu do Prachovských skal

Běh je zařazen do poháru BEJK (Běžec Jičínské kotliny) a poháru BONBON (Běžecký oddíl neambiciózních běžců).

Trasa: cca **7 km**, členitá, povrch – asfalt, lesní cesty, terén; doprovodný závod cca **2 km**

Časový limit: 70 minut!!!

Přihlášky: předem na mpr@seznam.cz, mobil 732 858 380, nebo v den konání při prezenci

Prezence: 10:00 – 10:45 (restaurace v místě konání)

Startovné: 50 Kč na 7 km a 30 Kč na 2 km

Start: 11:00

Vyhlášení: krátce po dosažení cíle všemi účastníky

Ceny: první tři obdrží medaile, diplomy a drobné věcné ceny; ohodnocen bude nejlepší či nejoriginálnější žabí doplněk

Startující mají vstup do Muzea přírody Český ráj zdarma.

Občerstvení: čaj a tatranka

Kategorie: účastníci druhu *Homo sapiens* bez rozdílu výkonnosti, ras, pohlaví a věku, 1. hlavní závod na 7 km, 2. doprovodný závod na 2 km, 3. pracovníci MPČR, 4. žáby – ocenění žabích převleků a doplňků (nutno takto absolvovat běh)

Na trati není dovoleno mít hodinky či jiné zařízení měřící čas. Porušení tohoto pravidla je automatickou diskvalifikací.

Nejde o trhání traťových rekordů. Důležité je správně odhadnout své možnosti a zvolit správné tempo. Správně načasovat přesun podobně jako žáby, když migrují na jaře k vodě na místa rozmnožování nebo na podzim na místa zimování. Přitom musí cestou necestou překonávat různé nástrahy. Tou nejrizikovější jsou silnice. Takže i trasa Žabího běhu vede po různých površích – po asfaltu, po cestách i necestách.

Trasa jednotlivých předsezónních i posezónních běhů (ročníků) je obměňována, aby nebyli zvýhodněni pravidelní účastníci. Míněna je sezóna vegetační.

Akce se koná v rámci projektu „Běhej s námi“ podpořeného Královéhradeckým krajem. Ceny věnuje Spolek Cipísek.

Závodníci a jejich doprovod se účastní akce na vlastní nebezpečí.

