



## PROPOZÍCIE 21. ročníka verejných bežeckých pretekov V HORSKOM PARKU

**Milá Míľa** sú verejné bežecké preteky pre všetkých, ktorí majú radi beh a prírodu. Poskytujú každému záujemcovi príležitosť v pohode si zašportovať v nádhernom prostredí chráneného areálu Horský park v centre Bratislavy.

Hromadný spôsob štartu umožňuje trénovaným bežcom vychutnať si pocit víťazstva a na druhej strane začínajúcim alebo rekreačným bežcom športový zážitok z pretekárskeho napätia. Týmto pretekmi by sme chceli zväčšiť okruh priaznivcov aktívneho behu, ochrancov Horského parku a prírody vôbec.

**Dátum:** 15. mája 2016, nedeľa

**Miesto:** Horáreň Horský park, Lesná 1, Bratislava (zhromaždisko, štart, cieľ).

**Usporiadateľ:** TJ Rapid Bratislava, Oddiel orientačného behu, Hrachová 4, Bratislava, [www.tjrapid.sk](http://www.tjrapid.sk)  
Nadácia Horský park, Majakovského 13, 811 04 Bratislava,  
Magistrát hlavného mesta SR Bratislavy, Primaciálne nám.1, 814 99 Bratislava  
v spolupráci s Miestnym úradom MČ Bratislava Staré Mesto,  
v spolupráci s FIT PLUS, s.r.o., Carni Herba a Exe, s.r.o.,  
s povolením Štátnej ochrany prírody.

**Prihlášky:** - do 9.5.2016 e-mailom na adresu [formanko@t-zones.sk](mailto:formanko@t-zones.sk), platí až po spätnom potvrdení  
- priamo na zhromaždisku, pri prezentácii, najneskôr 45 minút pred štartom príslušnej kategórie.  
V prihláške uveďte celé meno, svoj rok narodenia, príp. športový klub.

**Štartovné:** - do 9.5.2016: deti, žiaci a Lama =3,- € juniory/ky, muži, ženy =6,- €

**Platba:** na účet číslo IBAN: SK91 8360 5207 0042 0401 5296, SWIFT (BIC) kód: BREXSKBX.  
V správe pre prijímateľa uveďte meno pretekára/pretekárov.

- pri prezentácii: deti, žiaci a Lama =5,- € juniory/ky, muži, ženy =8,- €

- iba preteky Šprint do schodov: 50% z pôvodného štartovného podľa termínu prihlášky.

**Prezentácia:** Od 8.30 hod. do doby 45 minút pred štartom príslušnej kategórie.

**Spôsob štartu:** Štart každej kategórie bude hromadný.

**Funkcionári pretekov:** riaditeľ pretekov: Dušan Formanko, infotelefón: 0903 514 492  
hlavný rozhodca: Marián Mikluš

**Protesty:** Podávajú sa hlavnému rozhodcovi s vkladom =10,- € do 30 minút od ukončenia pretekov v príslušnej kategórii.

**Ceny:** Vecnými cenami budú odmenení prví traja v každej kategórii.

### **Pohár Nadácie Horský park získajú:**

- absolútny víťaz kategórie mužov na trati 4065 m
- absolútna víťazka kategórie žien na trati 2710 m

### **Pohár starostu m.č. Staré mesto, pána Radoslava Števíčka získajú:**

- víťazi pretekov Šprintu do schodov v mužskej a ženskej kategórii

### **Pohár EXE získa:**

víťazné trojčlenné družstvo v ľubovoľnom zastúpení kategórií, okrem Lama, zložené na jednotnej báze (firma, škola, rodina, športový klub a pod.)

**Družstvá treba nahlásiť pri prezentácii.** Výsledok družstva bude daný súčtom umiestnení jeho členov. Poradie družstiev zostavíme od najnižšieho súčtu bodov po najvyšší súčet bodov.

### **Súťaž družstiev:**

trojčlenné družstvo sa vytvorí v ľubovoľnom zastúpení kategórií, zložené na jednotnej báze: (firma, škola, rodina, športový klub a pod.). Každý člen družstva získa body rovnajúce sa jeho umiestneniu v behu v jeho kategórii. Zvíťazí družstvo s najmenším počtom bodov.

**Lekárska prehliadka:** Odporúčame ju všetkým štartujúcim pretekárom.

Každý pretekár štartuje na vlastné nebezpečenstvo a osobnú zodpovednosť, bez nároku na odškodné pri zranení alebo úraze spôsobenom počas alebo následkom týchto pretekov.

Kategoríe:	štart	trať	rekordné časy tratí	
			CH	D
* chlapci a dievčatá do 6 r. (ročník 2010 a ml.)	10.00	630 m	2:47	2:57
* žiaci, žiačky do 10 r. (ročník 2006 a ml.)	10.15	1355 m	5:15	5:30
* žiaci, žiačky do 15 r. (ročník 2001 a ml.)	10.15	1355 m	4:29	5:06
* juniorky do 19 r. (ročník 1997 a mladšie)	10.30	2710 m	10:46	
* ženy do 34 r. (ročník 1982 a mladšie)	10.30	2710 m	10:06	
* ženy nad 35 r. (ročník 1981 a staršie)	10.30	2710 m	11:19	
* juniori do 19 r. (ročník 1997 a mladší)	11.00	4065 m	14:29	
* muži do 39 r. (ročník 1977 a mladší)	11.00	4065 m	13:15	
* muži do 49 r. (ročník 1967 a mladší)	11.00	4065 m	14:18	
* muži do 59 r. (ročník 1957 a mladší)	11.00	4065 m	15:26	
* muži nad 60 r. (ročník 1956 a starší)	11.00	4065 m	16:32	
* Lama - open (pre nešportujúcich)	11.30	630 m	2:41	

**Šprint do schodov, 242 schodov, 38 m prevýšenie,** štart je zmiešaný, intervalový po 30. sekundách.

* muži ľubovoľného veku	12.00	242 schodov	0:32,8
* ženy ľubovoľného veku	12.00	242 schodov	0:46,9

**Vyhlasenie výsledkov:** Všetky kategórie pretekov Milá míľa a Šprintu do schodov predpokladáme asi okolo 12.30 hod. Veríme že zotrváte v príjemnom prírodnom prostredí do tejto vrcholnej chvíle.

#### Osobitné upozornenia:

- Preteká sa v chránenom areáli Horský park, v území s vysokým, štvrtým stupňom ochrany prírody.
- **Je zakázané pretekať v tretrách alebo v obuvi s hrotmi.**
- Preteká sa **iba** po vyznačených tratiach a cestičkách.
- Preteká sa za každého počasia pokiaľ budú trate regulárne a bezpečné, každý štartuje na vlastnú zodpovednosť. Na zhromaždisku bude k dispozícii verejná šatňa.

#### Spojenie MHD:

- Viacerými linkami MHD
- Trolejbusom č. 207 alebo č. 203 po Mudroňovej ulici až na začiatok Búdkovej cesty, odtiaľ pešo po Majakovského ulici a schodoch, asi 10 min. k horárni na Lesnej ul. 1.
- Pešo z hlavnej železničnej stanice na križovatku ulíc Šancová - Štefánikova a odtiaľ Hlbokou cestou a Nekrasovovou ulicou asi 13 min. k horárni na Lesnej ul. 1.
- Pešo od jediného nadchodu nad Brnianskou ulicou po Gorazdovej a Lesnej ulici asi 10 min. k horárni.
- Mikrobusem č. 147 na zastávku Kalvária a odtiaľ pešo po Nekrasovovej ulici asi 4 min. k horárni.

#### Príjazd autom:

Ku kostolu Kalvária a odtiaľ po Nekrasovovej ulici asi 200 m k horárni na Lesnej ul. 1. Pri horárni je obmedzená možnosť parkovania, iba po okrajoch uličiek Nekrasovova, Lesná a Novosvetská.

#### Partneri podujatia:



1966-2016 "50 rokov OOB"



**TJ RAPID BRATISLAVA**  
ODDIEL ORIENTAČNÉHO BEHU

