

**Semilský dům dětí a mládeže SEDDMA, Sportovní centrum Semily
a TJ Semily - oddíl lyžování**

PROPOZICE

3. ročník podzimního lesního běhu na Lhotách 12. září 2010

- 1. Pořadatel :** SVČDM Semily, Sportovní centrum Semily a TJ Semily-oddíl lyžování
2. Místo : Lhota - Komárov /směr Semily Kozákov 5 km/
3. Termín : **neděle 12.září 2010**

4. Kategorie :

přípravka	2005 a ml.	100 m /bude rozdělena podle přihlášených/			
žákyně nejml. I	2004	500 m			
	2003	500 m	dorostenky mladší	1995	2000 m
žáci nejml. I	2004	500 m	dorostenci mladší	1995	3000 m
	2003	500 m	dorostenky starší	94 - 93	3000 m
žákyně nejml. II	2002	500 m	dorostenci starší	94 - 93	6000 m
	2001	500 m	junioři	92 - 91	6000 m
žáci nejml. II	2002	1000 m	juniorky	92 - 91	3000 m
	2001	1000 m	ženy	90 a starší	3000 m
žákyně nejml. III	2000	1000 m	muži	90 a starší	9000m
žáci nejml. III	2000	1000 m	veteráni A-50-59 let		6000m
žákyně mladší	98 - 99	1000 m	veteráni B- 60 let a starší		6000 m
žáci mladší	98 - 99	1500 m			
žákyně starší	96 - 97	1500 m			
žáci starší	96 - 97	2000 m			

Žákovské kategorie do r.nar. 1996 budou hodnoceny podle ročníků.

Kategorie mužů a veteránů startuje společně. Podle počtu přihlášených poběží od dorostu kategorie se stejnou délkou tratí společně.

- 5. Přihlášky :** písemně do 10.9.10 na adr. SVČDM Semily, Tyršova /513 01/
e-mail : ddm@semily.cz
www stránky : www.seddma.ic.cz /výsledky/
nebo v místě startu do 30 min. před odstartováním kategorie.
- 6. Prezentace :** v buňkách v místě startu : **od 8,30 pro žactvo**
od 9,30 pro dorost a dospělé
- 7. Časový pořad :** 9,30 start žákovských kategorií
10,30 pravděpodobný start dorostu a dospělých
- 8. Tratě :** po lesních a travnatých cestách
- 9. Startovné :** nejmladší žactvo zdarma
ostatní žactvo 10,- Kč, dorost a dospělí 25,- Kč
- 10. Ceny :** závodníci na prvních třech místech obdrží diplom a drobnou cenu
- 11. Ostatní :** v žákovských kat. nejsou povoleny tretry s hřeby
všechny starty jsou hromadné
závodníci a doprovod se zúčastňují na vlastní nebezpečí
občerstvení zajištěno
- 12. Informace:** Josef Zajíc, č.t. 481 623 208
Vladimír Kužel, č.t. 481 622 996

za pořadatele J. Zajíc