

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

## **PROPOZICE**

**4. ročník podzimního lesního běhu na Lhotách 11. září 2011  
Krajský pohár žactva /2003-1998/ Libereckého kraje**

**„Salomon Cross Cup 2011“**

**závod dorostu a dospělých je zařazen do seriálu XpowerCup 2011**

- 1. Pořadatel :** SVČDM Semily, Sportovní centrum Semily a TJ Semily-oddíl lyžování  
**2. Místo :** Lhota - Komárov /směr Semily Kozákov 5 km/  
**3. Termín :** **neděle 11. září 2011**

**4. Kategorie : start od 9,30**

**kategorie : start od 10,30**

Předškolní děti	2006 a ml.	100 m	dorostenky mladší	97 - 96	2000 m
mini žákyně	2005	500 m	dorostenci mladší	97 - 96	3000 m
	2004	500 m	dorostenky starší	94 - 95	3000 m
mini žáci	2005	500 m	dorostenci starší	94 - 95	6000 m
	2004	500 m	junioři	92 - 93	6000 m
žákyně nejmladší	2003	500 m	juniorky	92 - 93	3000 m
	2002	500 m	ženy	91 a starší	3000 m
žáci nejmladší	2003	1000 m	muži	91 a starší	9000m
	2002	1000 m	veteráni A-50-59 let		6000m
žákyně mladší	01 - 00	1000 m	veteráni B- 60 let a starší		6000 m
žáci mladší	01 - 00	1500 m			
žákyně starší	99 - 98	1500 m			
žáci starší	99 - 98	2000 m			

**Žákovské kategorie do r. nar. 1997 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 8.9.11 na adr. SVČDM Semily, Tyršova 380/513 01/  
e-mail : [ddm@semily.cz](mailto:ddm@semily.cz)  
www stránky : [www.seddma.ic.cz](http://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