**PROPOZICE**

**Den**: 17. 6. 2023

**Organizátor**: Sport a kultura Hlučín , příspěvková organizace.

**Místo**: Kulturní dům Hlučín

**Pro přihlášení do závodu použijte online registrační systém na odkazu** [**www.sak-hlucin.cz**](http://www.sak-hlucin.cz) do 13.6.2023.

Závodu je možno se účastnit i bez online registrace.

Na závody dětí do 1 km registrace online neprobíhá.

**Prezence:** od 8:00 do 9:45 v prostorách před Kulturním domem Hlučín, Ostravská 124/18.

**Startovné**: Předprodej do 11.6.2023

Děti do 6 let , dětská trať ZDARMA

Od 7 do 17 let 100 korun

dospělí 200 korun

Štafeta tým 600 korun

**Startovné od 11 -17.6.2023**

Od 7 do 17 let 150 korun

Dospělí 300 korun

Štafeta tým 700 korun

**Povrch:** silnice/chodník, terén

**Kategorie**:

děti do 6 let

junioři do 17 let

ženy a muži od 18 do 29 let

ženy a muži od 30 do 39 let

ženy a muži od 40 do 49 let

ženy a muži od 50 let

**Délka tratě**:

**do 1 km** – děti do 6 let, doprovod

**2,5 km** - junioři, dospělí

**5 km** - junioři, dospělí

**10 km –** junioři, dospělí (2 x 5 km)

**4 x 2,5 km -** štafeta – junioři, dospělí (vytvořit si název týmů)

**Start:**

10:00 – start 10 km

10:15 – děti do 6let, doprovod - vyhlášení

11:00 – závod na 5 km

12:00 – štafeta 4 x 2,5 km

13:00 - vyhlášení běhů

Organizátoři si vyhrazují právo na úpravu.

V kulturním domě bude pro všechny běžce připraveno zázemí. Můžete se tak převléci, občerstvit a věci bez starosti nechat v šatně, která bude hlídaná.

Od 9:30 do 9:50 se uskuteční rozcvičení pod vedením trenérky Oxany.

**Ceny**: Každý účastník obdrží medaili a občerstvení.

**Program:** Pro děti je po celou dobu hlavních závodů zajištěn program ve spolupráci s Domem dětí a mládeže Hlučín, rodiče si tak můžou v klidu zasportovat. O děti bude dobře postaráno.

Na místě je zajištěno občerstvení nejen pro závodníky, ale i veřejnost. Budeme grilovat klobásy, čepovat pivo a limonádu.

Rodinná **kavárna Hrášek** nabídne čerstvé zákusky a kávu pro vaše fanoušky, rodinné příslušníky a také samozřejmě pro vás jako odměna za váš výkon.

**Běží se na vlastní nebezpečí.**

**Závod proběhne dle platných nařízení vlády.**

**Ředitel závodů:** Petra Kozová 733 712 991

Těšíme se na Vás!