

PROPOZÍCIE

LENDACKÝ DUATLON 2023

18.6.2023

ŠTART o 15:00 hod

Lendacký duatlon sú preteky v behu na 7 km a cyklistike na 24 km. Preteky sú organizované v troch disciplínach + tento rok bude rozšírení o beh detí.:

1. duatlon (beh+ cyklistika)
2. beh
3. cyklistika.
4. beh – deti

Behať sa bude prevažne po nespevnených cestách a chodníkoch v lesnom teréne. Upozorňujeme účastníkov na zvolenie vhodnej obuvi. Deti budú behať po miestnych komunikáciách.

Cyklistika bude prebiehať po miestnych a štátnych komunikáciách za plnej premávky.

Každý účastník musí dodržiavať pravidlá cestnej premávky.

Každý účastník musí mať v čase jazdy bicyklom, na hlave prilbu.
Štart, depo aj cieľ bude v jednom a tom istom mieste.

Trasa

Beh – štart bude v priestore pri Kultúrnom dome v Lendaku (ul. Revolučná 2), následne sa bude prechádzať ulicami obce až na ul. Pod Kicorou odkiaľ sa pokračuje po poľnej ceste až na lesnú cestu vedúcu ponad obec. Na začiatku behu je cca 1,5 km stúpanie, preto odporúčame účastníkom dobrú rozcvičku pred štartom. Trasa bude značená páskami. Za posledným bežcom pôjde zdravotná služba.

Beh - deti

Súčasťou duatlonu sú aj detské bežecké preteky po miestnych komunikáciách cez ulice Tatranská, Na Kosorku a Revulučná.

Dĺžky tratí:

B5: 1x50 m – asfaltové ihrisko vo Dvore

B6: 1x 300 m okruh

B8: 1x 500 m okruh

B12: 1x 900 m okruh

B17: 1x 1700 km okruh

Cyklistika – po ukončení behu v mieste štartu, si každý z účastníkov vezme svoj bicykel a pôjde smerom po ul. Tatranskej a následne po ul. Hlavnej smerom na obec Výborná. Následne cyklisti vchádzajú do obce Slovenská Ves a pokračujú smerom na mesto Spišská Belá. V Spišskej Belej sa cyklisti napoja na cyklochodník vedúci do Tatranskej Kotliny. Z Tatranskej Kotliny sa následne dostanú do obce Lendak a tou istou trasou povedie cesta do

cieľa. Pre uzáveru mosta v Tatranskej Kotline sa tento rok bude odbočovať pri Čarde na miestny chodník vpravo a následne cez pešiu lávku ponad vodu Biela, vyjde sa v Starej Kotline.

Odporúčame počas jazdy na bicykli mať pri sebe dostatok vody, nakoľko občerstvovacia stanica na cyklo trati nebude. Takisto nebude občerstvovacia stanica ani na bežeckej trati. Občerstvenie bude čakať bežcov až v cieľi, resp. duatlonistov v depe a v cieľi.

Vyhlásenie výsledkov je predpokladaný o 17:00 h, resp. po ukončení pretekov posledným štartujúcim. Časový limit preteku nie je stanovený.

Preberanie štartových čísel od 13:00 -14:30 h pri Kultúrnom dome v Lendaku, Revolučná 2.

Štartovné

Pri registrácii do 15. júna 2023 do polnoci 10 Eur (online platba cez portál pretekaj.sk). Pri registrácii na mieste v hotovosti 15 Eur.

Detské bežecké preteky 0 Eur.

Uzatvorenie registrácie bude 18. júna 2023 o 14:00 hod.

Prihlasovanie

Účastníci sa môžu prihlasovať prostredníctvom webu www.pretekaj.sk.

Kategória duatlon (beh + cyklistika):

M/Ž do 29 rokov (nar. od 1994)

M/Ž do 39 rokov (nar. 1993 – 1984)

M/Ž do 59 rokov (nar. 1983 – 1964)

M/Ž nad 60 rokov (nar. do 1963)

Kategórie beh:

M/Ž do 39 rokov (nar. 1984 a viac)

M/Ž nad 39 rokov (nar. 1983 a menej)

Kategória beh - deti:

B5

deti do 5 rokov na odrážadlách, štart o 15:30 h 50 m (bez registrácie)

B6

Chlapci do 6 rokov (v doprovode zákonného zástupcu)

Dievčatá do 6 rokov (v doprovode zákonného zástupcu)

B8

Chlapci od 6 – 8 rokov

Dievčatá od 6- 8 rokov

B12

Chlapci od 9 – 12 rokov

Dievčatá od 9 – 12 rokov

B17

Chlapci od 13 – 17 rokov

Dievčatá od 13 – 17 rokov

Kategórie cyklistika:

M/Ž do 39 rokov (nar. 1984 a viac)

M/Ž nad 39 rokov (nar. 1983 a menej)

Duatlon je určený pre osoby staršie ako 18 rokov, v prípade, že sa pretekov chce zúčastniť osoba mladšia ako 18 rokov je potrebný písomný súhlas zákonného zástupcu.

Možnosť zúčastniť sa pretekov majú aj osoby mladšie ako 15 rokov, ale iba za prítomnosti a v sprievode plnoletej osoby počas celých pretekov, a s písomným súhlasom zákonného zástupcu.

Pre deti vo veku od 0 – 17 rokov budú pripravené krátke bežecké trate v areáli Kultúrneho domu v Lendaku.

Každý účastník bude ocenený medailou a vecnými cenami od sponzorov. Občerstvenie pre bežcov bude zabezpečené po ukončení pretekov (guláš a nápoj pivo/kofola v cene štartovného). Prvé tri miesta v každej kategórii budú ocenené vecnými cenami.

Meranie času bude zabezpečené profesionálnou časomierou: www.casomierapt.com

Kontaktná osoba pre preteky:

Mgr. Ján Neupauer

tel.: +421 905 772 998

e-mail: jan.neupauer@lendak.sk