

**TJ SLEZAN FRÝDEK-MÍSTEK ODDÍL ATLETIKY
STATUTÁRNÍ MĚSTO FRÝDEK-MÍSTEK**

pořádají mezinárodní silniční běžecký závod



**HORNICKÁ
DESÍTKA
30. ROČNÍK**



V loňském roce bylo na startu rekordních 2682 běžců



FRÝDEK-MÍSTEK 7. 11. 2015

MLÁDEŽ 10.30 HODIN

HLAVNÍ ZÁVOD 14.00 a 15.15 HODIN


newline

 **INTERSPORT**[®]
SPORT TO THE PEOPLE

 **REVÍRNĚ
BRATŘSKÁ
POKLADNA**

Vážení sportovní přátelé.

Hornická desítka oslaví letos své třicáté pokračování. Každé jubileum vede k malému hodnocení, nebo chcete-li zamyšlení. V roce 1980 se poprvé běžel silniční běžecký závod mezi dvěma blízkými doly Paskovem a Staříčem. Závod měřil 15 km a stával se velice populárním, ovšem rok 1989 jeho další rozvoj ukončil. Po sedmileté odmlce se v roce 1996 podařilo tradici obnovit a proběhl jedenáctý ročník. Oživení ovšem trvalo pouze tři ročníky. V roce 1999 byl totiž uzavřen Důl Paskov a vypadalo to, že se tím definitivně uzavře i historie závodu.

Naštěstí padl nápad přesunout závod do blízkého Frýdku-Místku a pokusit se tradici udržet. Trať se zkrátila na 10 km a s ohledem na vztah k dolům našeho regionu, vznikl název Hornická desítka. Nápad se uchytil a z Hornické desítky se stal postupně jeden z největších a nejpopulárnějších běhů v České republice. Vloni se na start jednotlivých závodů postavilo rekordních 2682 běžců a osobně jsem velice rád, že z toho počtu byla téměř tisícovka dětí v závodech mládeže!

Já bych chtěl touto cestou poděkovat všem, kteří náš závod celou dobu podporovali. V první řadě dlouholetému generálnímu sponzorovi firmě OKD a potom statutárnímu městu Frýdek-Místek, které pomyslnou štafetu generálního sponzora převzalo. Samozřejmě, že velký dík patří všem dalším sponzorům, kteří pomohli Hornickou desítku nejen zachovat, ale neustále zlepšovat a zkvalitňovat. Hlavně chci však vyslovit velký dík a uznání všem svým kolegům, kteří mi ta dlouhá léta pomáhali s organizací a zajištěním celé akce.

Ale dost historie. Je zde jubilejní 30. ročník a ten přichází s několika novinkami. Tou nejzásadnější je samostatný závod na 10 km pro ženy. V prvním kole to bude sice společně se Závodem mílařů, ale potom již bude tradiční trať patřit pouze jim. Připraveny budou i další drobné změny a úpravy, které jsou vedeny snahou o hladký průběh celé akce.

Závěrem tohoto malého úvodu Vás co nejsrdečněji zvu do Frýdku-Místku na jubilejní 30.ročník Hornické desítky. Těším se na setkání a přeji Vám příjemný sportovní zážitek.

Josef Nejezchleba, ředitel závodu

OBECNÉ INFORMACE

POŘADATEL

TJ Slezan Frýdek-Místek - oddíl atletiky

DATUM KONÁNÍ

SOBOTA 7. LISTOPADU 2015

ČAS KONÁNÍ

9.30 HODIN - ZAHÁJENÍ PREZENCE

10.30 HODIN - START 1. ZÁVODU

MÍSTO STARTU

FRÝDEK-MÍSTEK, Národní dům, Palackého ulice



ČASOVÝ POŘAD

9.30 Zahájení prezence v Národním domě v Místku

Prezence pro všechny kategorie končí 15 minut před startem příslušné kategorie

10.30	Start rodičů s dětmi	2012 a mladší	80 m
10.40	Start dětí ročník	2010/2011 /bez doprovodu/	150 m
10.50	Start dětí ročník	2009	300 m
11.05	Start dětí ročník	2008	300 m

11.20 Vyhlášení vítězů závodu dětí 2010/2011, 2009, 2008

11.45	Start dětí ročník	2007	836 m
12.00	Start dětí ročník	2006	836 m
12.15	Start dětí ročník	2005	836 m
12.30	Start dětí ročník	2004	836 m
12.40	Start dětí ročník	2003	836 m
12.50	Start dětí ročník	2002	836 m
13.00	Start dětí ročník	2001	836 m
13.10	Start dětí ročník	2000	836 m
13.20	Start dorostu	1998/1999	836 m

13.40 Start Běhu pro zdraví 1000 m

14.00 Start závodu žen na 10 km 10000 m
Start závodu mílařů 3333 m

15.15 Start závodu mužů na 10 km 10000 m

15.45 Vyhlášení vítězů mládežnických kategorií, losování dětské tomboly

16.30 Vyhlášení soutěže škol, losování tomboly Běhu pro zdraví

17.15 Vyhlášení vítězů závodu mílařů, závodu na 10 km a losování tombol

ORGANIZAČNÍ POKYNY

■ **Parkoviště.** Jsou k dispozici v blízkém okolí Národního domu.

K místu startu nebudou žádná auta vpuštěna - ulice Palackého bude uzavřena!

■ **Šatny a sprchy.** Jsou připraveny v omezeném rozsahu v Obchodní akademii v Místku, cca 200 m od startu. Následně je možno si věci odložit bezplatně v hlídaných šatnách Národního domu.

■ **Silniční provoz je zastaven.** Přesto dbejte pravidel silničního provozu. Každý běží na vlastní nebezpečí.

■ **Zdravotní stav.** Za zdravotní stav u všech závodů zodpovídá vysílající oddíl, případně každý závodník osobně. U dětí mladších patnácti let pak rodiče. Přihlášením k závodu závodník současně prohlašuje, že mu jeho zdravotní stav nebrání absolvovat závod.

■ **Výsledky.** Budou zveřejněny na stránkách www.atletikafm.cz www.atletika.cz

■ **Vyhlášení vítězů.** Tři nejmladší kategorie dětí budou vyhlášeny ihned po doběhu. Všechny ostatní kategorie budou vyhlášeny ve velkém sále Národního domu ve stanovených časech. Veškeré ceny nutno převzít osobně při vyhlášení!!

ZÁVODY MLÁDEŽE

ORGANIZAČNÍ POKYNY

- U všech kategorií je start i cíl před Národním domem. Pouze tři nejmladší kategorie a běh rodičů s dětmi bude odveden na start, cíl již mají stejný.
- Na startu obdrží od pořadatelů všichni závodníci čip, který si připevní na nohu a po doběhu jim bude odebrán. Čip se bude vydávat v označeném stanu u startu. **Přístup do stanu a vymezeného prostoru mají pouze závodníci!** U kategorií, které nemají start před Národním domem (2010/2011, 2009, 2008), se bude vydávat čip přímo na startu. Nesoutěžní běh rodičů s dětmi se běží bez čipů.

KATEGORIE

Dívky roč. 2010/11, 2009, 2008, 2007, 2006, 2005, 2004, 2003, 2002, 2001, 2000, 1998/99

Chlapci roč. 2010/11, 2009, 2008, 2007, 2006, 2005, 2004, 2003, 2002, 2001, 2000, 1998/99

Rodiče s dětmi 2012 a mladší - nesoutěžní běh - ocenění budou všichni ihned po doběhu

DÉLKA TRATÍ

Rodiče s dětmi roč. 2012 a mladší	80 m	- rodiče s dětmi budou odvedeni na start
Děti ročník 2010/2011	150 m	- děti budou odvedeny na start
Děti ročníky 2008 a 2009	300 m	- děti budou odvedeny na start
Ostatní kategorie roč. 2007 až 1998	836 m	- 1 okruh parkem

PŘIHLÁŠKY

- **Přihlašování v den závodu.** Bude probíhat ve velkém sále Národního domu. Každý účastník dětských kategorií obdrží po zaplacení startovního kartu, kterou čitelně vyplní. Dítě s ní poběží a v cíli mu bude odebrána. Karta následně slouží pro losování tomboly.
- **Přihlášky předem.** Zasílají se na email josef.nej@seznam.cz, s uvedením jména a příjmení, data narození, oddílu, nebo školy případně bydliště (obec), nejpozději do 20.10.2015. Předem přihlášení závodníci obdrží kromě startovní karty navíc startovní číslo se svým jménem, které si připevní na hrud'.

STARTOVNÉ

Všechny kategorie - 30 Kč, rodiče s dětmi roč. 2012 a mladší - zdarma. Startovné za závody mládeže se hradí až v den závodu u přihlašování!

OBČERSTVENÍ

Všechny děti obdrží po doběhu tašku s občerstvením (oplatek, nápoj, ovoce)

CENY

- Tři nejlepší ve všech kategoriích obdrží medaili a diplom při vyhlášení
- Šest nejlepších v žakovských kategoriích obdrží věčné ceny a tričko s emblémem závodu
- Šest nejlepších v dorostu obdrží finanční odměnu 700 - 500 - 400 - 300 - 200 - 100 Kč, a tričko s emblémem závodu.
- Všichni předem přihlášení závodníci obdrží startovní číslo se svým jménem.
- Od 4. do 30. místa obdrží závodníci v každé kategorii v cíli pamětní medaili.
- Losována bude tombola s cenami v celkové hodnotě minimálně **30.000 Kč**.
- Běh rodičů s dětmi je nesoutěžní. Děti obdrží po doběhu pozornosti od sponzorů.

SOUTĚŽ ŠKOL

ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Účastnit se mohou všechny základní a střední školy.
- Žáci startují v závodech mládeže, u prezence je nutno nahlásit školu, za kterou startují.
- Do soutěže o nejpočetnější výpravu se započítává rovněž start v Běhu pro zdraví.

CENY

- Školy s nejpočetnější výpravou obdrží sportovní vybavení v hodnotě:
1. místo - 10.000,- Kč 2. místo - 7.000,- Kč 3. místo - 5.000,- Kč
4. místo - 3.000,- Kč 5. místo - 2.000,- Kč
Minimální účast pro obdržení vybavení je 50 startů. Při menším počtu se vybavení krátí na polovinu.
- Pro nejpočetnější výpravy připravena dále odměna 5 kg- 4 kg- 3 kg- 2 kg- 1 kg bonbónů.

ZÁBAVNÉ ODPOLEDNE

Pro dětské účastníky ročníky 2004 - 2011 je připraveno zábavné odpoledne, které jim zpříjemní čekání na vyhlášení nejlepších a na losování tomboly.

- Bude se konat v 1. patře Národního domu a je určeno pouze dětem startujícím v běžeckém závodě. Vstupenku obdrží každé dítě při přihlášení k závodě.
- Připraveny jsou různé hry a soutěže, za které děti obdrží sladkou odměnu.
- Program začne v 12.00 hodin a ukončen bude v 14.30 hodin.



BĚH PRO ZDRAVÍ



ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Běh je určen pro všechny věkové kategorie a je nesoutěžní.
- Všichni účastníci obdrží při prezenci startovní kartu, se kterou poběží.
- Prvních 700 účastníků obdrží tričko, tašku s občerstvením a pozorností od RBP
- Další zájemci nad počet 700, hradí snížené startovné a obdrží po doběhu občerstvení.
- Všechny startovní karty budou zařazeny do losování tomboly.

DĚLKA TRATĚ

1000 m - 1 okruh parkem

STARTOVNÉ

- 80 Kč - tričko s emblémem závodu, pozornost od RBP, občerstvení, lístek do tomboly.
- 30 Kč - občerstvení, lístek do tomboly.

OBČERSTVENÍ

Všichni účastníci obdrží po doběhu občerstvení (oplatek, ovoce), čaj bude k dispozici.

CENY

- Prvních 700 účastníků obdrží tričko s emblémem závodu.
- Prvních 700 účastníků obdrží pozornost od zdravotní pojišťovny RBP.
- Losována bude tombola s cenami v minimální hodnotě **25.000 Kč**.

ZÁVOD MÍLAŘŮ

ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Závod je určen pro všechny věkové skupiny. Minimální věk je však stanoven na 11 let (roč. 2004), u osob mladších 15-ti let pouze s písemným souhlasem rodičů !
- Start i cíl je před Národním domem.
- Každý z účastníků obdrží při prezenci čip, který je povinen si před startem připravit dle pokynů pořadatelů.

KATEGORIE

A - muži do 39 let, B - muži nad 40 let, C - ženy do 34 let, D - ženy nad 35 let

DÉLKA TRATĚ

3333 m - 1 okruh závodu na 10 km

STARTOVNÉ

- 350 Kč /13 €/ - předem přihlášení závodníci
- 250 Kč - občané Frýdku-Místku (při prezenci doloží OP)
V případě, že se běžec nemůže z jakéhokoli důvodu závodu zúčastnit, nemá nárok na náhradu startovního. Přenos registrace na jiného závodníka se neumožňuje.

OBČERSTVENÍ

Při prezenci obdrží všichni účastníci Závodu mílařů lístek na guláš, který se bude vydávat po doběhu od 14.30 hodin v označených prostorách Národního domu. Po doběhu bude připravena minerálka a čaj.

PŘIHLÁŠKY

- Písemně na adresu pořadatele - NE doporučeně !! nebo na email: josef.nej@seznam.cz **do naplnění kapacity závodu. Přihláška bude zaevidována až po úhradě startovního ! Úhrada musí být provedena do týdne od zaslání přihlášky!**

Startovné je možno uhradit:

- z ČR na účet **2300459541/2010**, var.sym. datum narození DDMMRR
- z jiných zemí IBAN CZ7120100000002300459541,
BIC/SWIFT: FIOBCZPPXXX
var.sym. datum narození DDMMRR
- složenkou na adresu Josef Nejezchleba, Na příkopě 1159, Frýdek-Místek
- osobně na akcích TJ Slezan Frýdek-Místek

CENY

- Všichni předem přihlášení závodníci obdrží po řádném absolvování závodu funkční sportovní tričko s emblémem závodu (do maximálního počtu 300 závodníků).
- Všichni obdrží startovní číslo se svým jménem.
- Prvních 300 závodníků v cíli obdrží pamětní medaili.
- Všichni, kteří závod dokončí, budou zařazeni do tomboly s cenami v hodnotě **20.000 Kč**.
- Pro nejlepší jsou připraveny finanční odměny
Muži do 39 let, ženy do 34 let 1000 - 700 - 500 - 300 - 200
Muži nad 40 let, ženy nad 35 let 1000 - 500 - 300

👉 ZÁVOD NA 10 KM 👈

ORGANIZAČNÍ POKYNY

- Každý z účastníků obdrží při prezenci čip, který je povinen si před startem připevnit dle pokynů pořadatelů na kotník nohy. Po doběhu se čip odevzdává v cíli.
- Každý účastník obdrží SMS se svým umístěním a časem. Podmínkou je uvedení čísla mobilního telefonu do přihlášky!
- **Upozornění. Není povolen běh se sluchátky na uších!** Je to v rozporu s pravidly a hlavně se jedná o ohrožení bezpečnosti a propustnosti na trati !

KATEGORIE

Muži A - do 34 let, **B** - 35-39, **C** - 40-44, **D** - 45-49, **E** - 50-54, **F** - 55-59, **G** - 60-64,
H - 65-69, **I** - 70-74, **J** - nad 75 let,

Ženy K - 20-34 let, **L** - 35-44, **M** - 45-54, **N** - nad 55 let

Junioři, juniorky - ročníky 1996 a mladší. Minimální věk je stanoven na 14 let (roč.2001), u osob mladších 15-ti let možný start pouze s písemným souhlasem rodičů !

DÉLKA TRATĚ

Délka závodu je 10 000 m. Závodníci absolvují 3 okruhy po ulicích, po nábřeží a parkem, vždy s proběhnutím kolem Národního domu. Povrch tratě je asfaltový, na nábřeží dlažba. Trať je značena šipkami na vozovce a usměrňována pořadatelem na všech křižovatkách.

STARTOVNÉ

- 350 Kč /13 €/ - předem přihlášení závodníci
 - 250 Kč - občané Frýdku-Místku (při prezenci doloží OP)
- V případě, že se běžec nemůže z jakéhokoli důvodu závodu zúčastnit, nemá nárok na náhradu startovního. Přenos registrace na jiného závodníka se neumožňuje.

PŘIHLÁŠKY

- Písemně na adresu pořadatele - NE doporučeně !! nebo na email: josef.nej@seznam.cz **do naplnění kapacity závodu. Přihláška bude zaevidována až po úhradě startovního ! Úhrada musí být provedena do týdne od zaslání přihlášky!**

Startovní je možno uhradit:

- z ČR na účet **2300459541/2010**, var.sym. datum narození DDMMRR
- z jiných zemí IBAN CZ7120100000002300459541,
BIC/SWIFT: FIOBCZPPXXX
var.sym. datum narození DDMMRR
- složenkou na adresu Josef Nejezchleba, Na příkopě 1159, Frýdek-Místek
- osobně na akcích TJ Slezan Frýdek-Místek

OBČERSTVENÍ

Při prezenci obdrží účastníci lístek na guláš, který se bude vydávat od 15 hodin na několika místech Národního domu. Po doběhu bude připraveno ovoce, oplatky, minerálka, čaj.



