

Pokyny

Kondičné testy reprezentačných výberov SR a CTM v Orientačnom behu
Nominačné preteky na Majstrovstvá sveta dospelých v Orientačnom behu
Nominačné preteky na Majstrovstvá sveta juniorov v Orientačnom behu

Usporiadateľ: Slovenský zväz orientačných športov, Junácka 6, Bratislava

Technické

zabezpečenie: Realizačný tím reprezentácie SR v orientačnom behu

Upozornenie: Akcia sa uskutoční za prísneho dodržiavania aktuálnych opatrení ohľadom COVID-19.
Všetci účastníci sú povinní riadiť sa pravidlami na základe [COVID MANUÁL-u](#) vydaného k tejto akcii, ktorý je zverejnený ako príloha k pokynom.

Dátum: 16. 4. - 18. 4. 2021

Miesto: Banská Bystrica

Ubytovanie: Penzión OLYMPIA, Sládkovičova 34, Banská Bystrica,
<https://www.penzionolympia.sk/>
Platby za ubytovanie je možné riešiť v hotovosti alebo kartou.
Kompletné informácie k procesu ubytovania dostanete pri prezentácii.

Prezentácia: od 16:00 do 17:30 v mieste ubytovania

Na prezentácii sú všetci účastníci povinní odovzdať kópiu negatívneho AG, alebo PCR testu nie staršieho ako 12 hodín pred začiatkom akcie. (oficiálny začiatok akcie je v piatok 16. 4. 2021 o 16:00)

Prezentáciu riešte prosím po kluboch (prípadne po skupinách), čo znamená že jeden človek príde odprezentovať väčšiu skupinu ľudí.

Informácie: všetky potrebné informácie a dokumenty nájdete prostredníctvom informačného systému SZOŠ na stránke akcie <https://is.orienteeing.sk/competitions/1654>

Pre účely presunu na podujatie (cestovanie medzi okresmi) si vytlačte a vyplňte dokument - [Potvrdenie o účasti na hromadnom podujatí](#)

K jednotlivým testom nebudú žiadne mítingy. Všetky informácie sú v Pokynoch a Covid Manuále. Riadte sa nimi a dostavte sa vždy včas na potrebné miesto na základe Vašich štartovných časov uvedených v jednotlivých štartových listinách k danému testu. Štartovné listiny budú vždy v dostatočnom predstihu zverejnené na stránke akcie v IS SZOŠ. (<https://is.orienteeing.sk/competitions/1654>)

Program: Piatok 16. 4. 2021 Test - Dráha

Časomiera - Sport Ident, nezabudnite si čipy!

16:00 - 17:30 **Prezentácia v mieste ubytovania ku komplet celej akcii**

17:30 - 18:30 Individuálne presuny na novú atletickú dráhu
Dukly B. Bystrica na Štiavničkách dľa štartovných časov

Peši - cca 2,5 km vid' priložená mapa. Dodržujte pravidlá cestnej premávky!

Autom - zaparkujte pred športovou halou alebo plavárňou

18:15 Štart 1. rozbeh (W-16) 1500m

18:30 Štart 2. rozbeh (W-18, W19-) 3000m

18:50 Štart 3. rozbeh (M - skupina 1) 3000m

19:10 Štart 4. rozbeh (M - skupina 2) 3000m



Sobota 17. 4. 2021 Test - Výbehy

Časomiera - Sport Ident, nezabudnite si čipy!

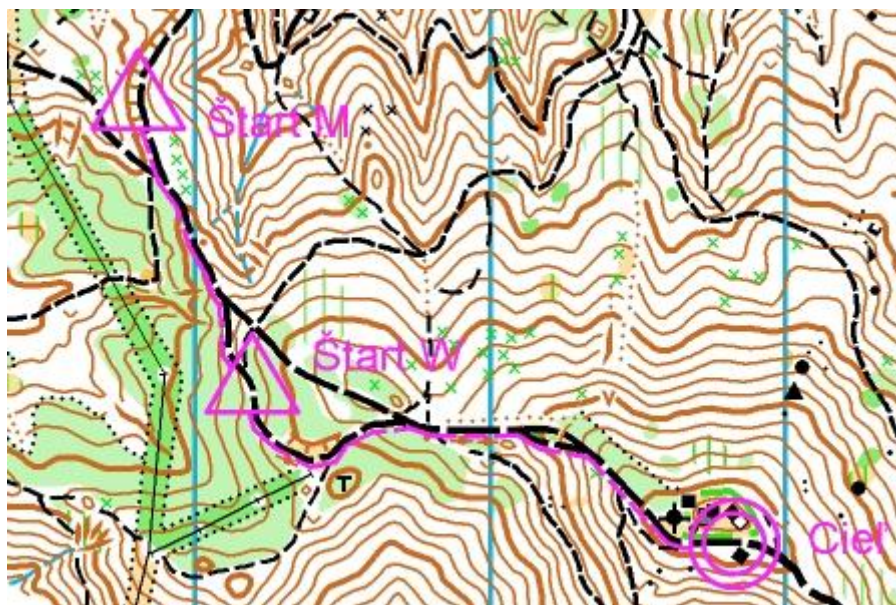
Štart 00 - 10:00 intervalový dľa štartovky

Cesta na štart - vid' mapy na konci pokynov

Parkovanie - železničná stanica Radvaň

Urpín, výbehy na hviezdáreň. Povrch - lesná cesta. **Štart intervalový po dvojiciach, interval 30 sekúnd.** Pretekári štartujú do ďalšieho výbehu vždy 12 minút od štartu predchádzajúceho výbehu. Príklad - štartujúci bežiaci 4 výbehy s úvodným štartom v čase 00, vybiehajú do ďalších opakovaní v časoch 12, 24, a 36.

W-16	2 x 500 m	Štart W (vid' mapka)
M-16	3 x 750 m	Štart M (vid' mapka)
W-18	3 x 500 m	Štart W (vid' mapka)
M-18	4 x 750 m	Štart M (vid' mapka)
W19-	3 x 500 m	Štart W (vid' mapka)
M19-	4 x 750 m	Štart M (vid' mapka)



Nedeľa 18. 4. 2021 Test - Kros

Časomiera - Sport Ident, nezabudnite si čipy!

Štart 00 - 10:00 intervalový dľa štartovky

Cesta na štart - vid' mapy na konci pokynov

Parkovanie - železničná stanica Radvaň

Urpín, krosový beh na vyznačenom okruhu. Povrh - lesné cesty a chodníky.

Štart intervalový po 30 sekundách.

Trať 4,3 km - 1x celý 4,3 km okruh

Trať 5,2 km - začína sa cca 0,9 km okruhom (severná časť okruhu, ktorý je záverečnou časťou celého 4,3 km dlhého okruhu) + jeden celý 4,3 km okruh

Trať 8,6 km - 2x celý 4,3 km okruh

W-16 4,3 km

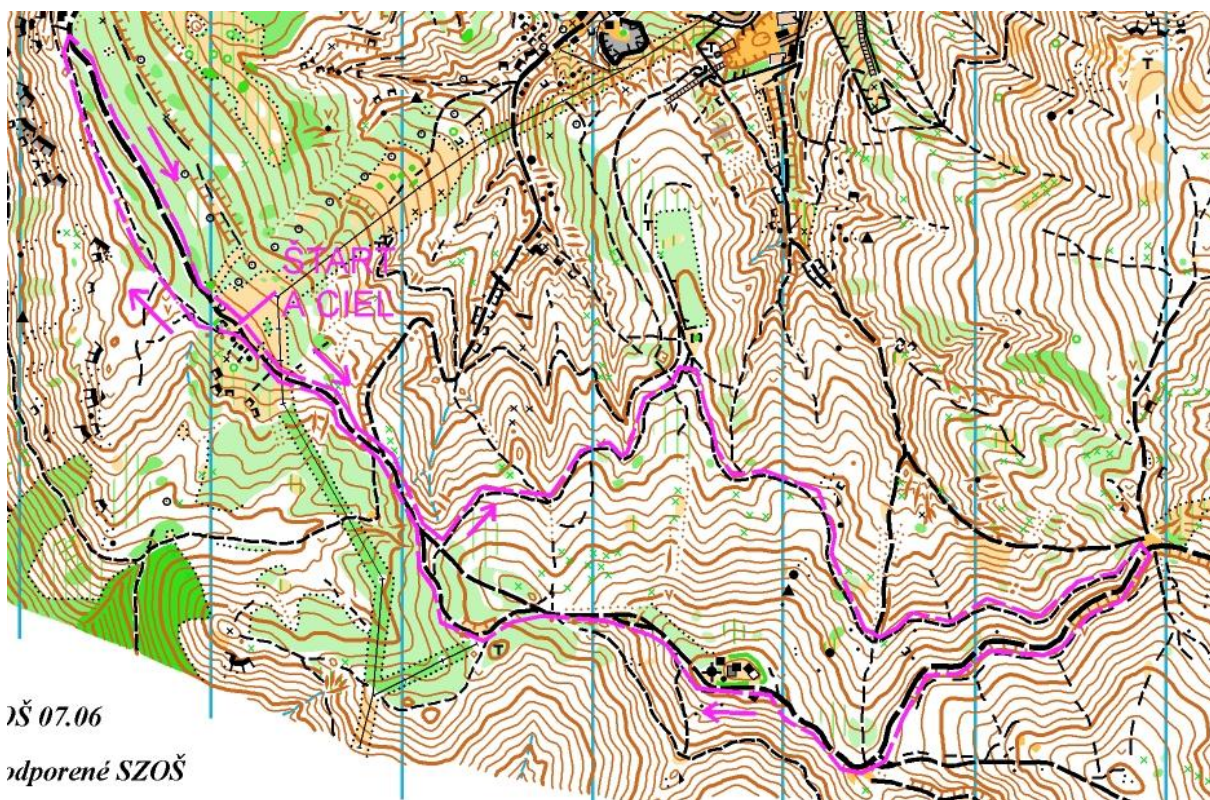
M-16 5,2 km

W-18 5,2 km

M-18 8,6 km

W19- 5,2 km

M19- 8,6 km



18. 07.06

odporené SZOŠ

Kontakt: Štefan Šurgan, 0915 424 269, surgy@seznam.cz

Poznámka: Účastníci sa zúčastňujú kondičných testov na vlastné riziko a na vlastnú zodpovednosť. Každý účastník akcie berie na vedomie spracovanie jeho osobných údajov za účelom administrácie, organizácie, propagácie a zverejnenia výsledkov testov. Počas sústredenia budú vytvárané fotografie a videá, ktoré môžu byť zverejňované. Každý účastník svojím prihlásením, a zúčastnením sa sústredenia súhlasí s ich zverejňovaním.

Mapy s cestou na štart lesných testov:

