



LYŽAŘSKÝ ODDÍL TJ FRENŠTÁT p/R  
pořádá  
**FRENŠTÁTSKÝ BĚŽECKÝ POHÁR 2019**  
14. ROČNÍK



ZÁVODY FRENŠTÁTSKÉHO BĚŽECKÉHO POHÁRU

1. neděle 31.3.2019	<b>BĚH PAPRATNOU</b>	Frenštát p/R	5km	silnice
Start = <b>10:45</b> areál pod skokanskými můstky, Info: Pavel Michna – 605 336 171 Trať: členitá s obrátkou po místní asfaltové silnici okrajovou částí Frenštátu p/R				
2. úterý 14.5.2019	<b>PŘES MOSTY</b>	Trojanovice Lomná	3,6km	kros
Start = <b>17:00</b> tělocvična naproti hotelu Beskyd, Info: Jiří Schwarz - 731 236 781 Trať: okružová (3) po místní asfaltové silnici s převahou terenu v okolí řeky Lomné				
3. středa 26.6.2019	<b>LETNÍ TEST</b>	Frenštát p/R	4,8km	silnice
Start = <b>17:00</b> za pekárnu Lomná, Info: Zdeněk Polách - 736 627 206 Trať: po startu velmi mírně stoupá a od poloviny velmi mírně klesá po místní asfaltové silnici				
4. středa 10.7.2019	<b>TICHAVSKÁ TŮŇKA</b>	Tichá	3km	silnice
Start = <b>17:30</b> sportovní areál Tůňka, za čističkou OV, Info: Karel Piskoř – 776 213 580 Trať: okružová (2) po místní asfaltové silnici				
5. neděle 11.8.2019	<b>CENA SK VALAŠSKÉHO KRÁLOVSTVÍ</b>	Frenštát p/R	6,3km	silnice
Start = <b>10:30</b> prodejna Cyklosport Prašivka, Info: Mirek Prašivka - 777 651 516 Trať: členitá po místní asfaltové silnici				
6. středa 4.9.2019	<b>PUSTEVNÝ NAHORU DOLU</b>	Pustevny	4,2km	kros
Start = <b>16:00</b> stadion na běžeckých tratích, Info: Pavel Kotas – 603 470 045 Trať: okružová (3) terén na běžeckém stadionu na Pustevnách				
7. pátek 4.10.2019	<b>PODZIMNÍ PĚTKA</b>	Frenštát p/R	5km	silnice
Start = <b>16:30</b> Turistická chalupa, Info: Pavel Michna – 605 336 171 Trať: okružová (2) po místní asfaltové silnici podél řeky Lomná				

**KATEGORIE**

A - muži do 39 let (1980 a ml.)  
B - muži 40 - 49 let (1979-1970)

C - muži 50 - 59 let (1969-1960)  
D - muži 60 - 69 let (1959-1950)

E - muži nad 70 let (1949 a st.)  
Za – ženy do 34 let (1985 a ml.)  
Zb – ženy nad 35 let (1984 a méně)

**HODNOCENÍ SOUTĚŽE**

V každém závodě budou první 50 závodníků v celkovém pořadí následujícím způsobem:

1. místo = 70 bodů	11. místo = 41 bodů	21. místo = 31 bodů	31. místo = 21 bodů	41. místo = 11 bodů
2. místo = 60	12. místo = 40	22. místo = 30	32. místo = 20	42. místo = 10
3. místo = 55	13. místo = 39	23. místo = 29	33. místo = 19	43. místo = 9
4. místo = 52	14. místo = 38	24. místo = 28	34. místo = 18	44. místo = 8
5. místo = 50	15. místo = 37	25. místo = 27	35. místo = 17	45. místo = 7
6. místo = 48	16. místo = 36	26. místo = 26	36. místo = 16	46. místo = 6
7. místo = 46	17. místo = 35	27. místo = 25	37. místo = 15	47. místo = 5
8. místo = 44	18. místo = 34	28. místo = 24	38. místo = 14	48. místo = 4
9. místo = 43	19. místo = 33	29. místo = 23	39. místo = 13	49. místo = 3
10. místo = 42	20. místo = 32	30. místo = 22	40. místo = 12	50. místo = 2

51. místo a každé další = 1 bod

**!!! POSLEDNÍ ZÁVOD - PODZIMNÍ PĚTKA - DVOJNÁSOBNÉ BODOVÁNÍ !!!**

Každý závodník si získané body v celkovém pořadí přenáší do hodnocení jednotlivých kategorií. **Do konečného pořadí se počítá 5 nejlepších výsledků.**

Při rovnosti bodů rozhoduje o konečném pořadí:

1. lepší umístění na posledním závodě
2. lepší umístění v některém závodě
3. vzájemné souboje

**VYHLÁŠENÍ VÝSLEDKŮ**

Slavnostní vyhlášení 14. ročníku FBP 2019 proběhne po posledním závodě na Turistické chalupě ve Frenštátě p/R dne 4.10.2019.

Vyhlášen bude absolutní vítěz a první tři závodníci v každé kategorii obdrží ceny dle možností pořadatele a sponzorů FBP 2019

**za předpokladu startu minimálně ve čtyřech závodech a přítomnosti na posledním závodě.**

Průběžné pořadí bude ve výsledcích jednotlivých závodů a na každém dalším závodě.

**DALŠÍ**

**TRATĚ A JEJICH DÉLKA JSOU VOLENY TAK, ABY SE MOHLI BEZ PROBLÉMU ZŮČASTNIT I MĚNĚ TRÉNOVANI BĚŽCI.**

**STARTOVNÍ ČÍSLO MUSÍ BÝT UMÍSTĚNO VIDITELNĚ NA HRUDI!!! V PRŮBĚHU ZÁVODU JE ZAKÁZÁN JAKÝKOLIV DOPROVOD ZÁVODNÍKA!!!**

**ZÁVODNÍCI JSOU SAMI ZODPOVĚDNÍ ZA SVŮJ ZDRAVOTNÍ STAV A ZPŮSOBILOST ABSOLVOVAT ZÁVOD**

**INFORMACE**

[www.atletikafrenstat.cz](http://www.atletikafrenstat.cz)

Pavel MICHNA – 605 336 171 (p.michna@centrum.cz)

**SPONZOŘI FBP 2019**



NA VŠECH ZÁVODECH FBP JE I ZÁVOD PRO NEJMENŠÍ DĚTI - "MIMINA NA 100m"



**LYŽAŘSKÝ ODDÍL TJ FRENŠTÁT p/R**  
pořádá  
**FRENŠTÁTSKÝ BĚŽECKÝ POHÁR MLÁDEŽE 2019**  
13. ROČNÍK



SOUČÁSTI FBP JE BĚŽECKÝ POHÁR MLÁDEŽE

1. neděle 31.3.2019	<b>BĚH PAPRATNOU</b>	Frenštát p/R	800m	silnice
	Start = <b>10:00</b>			
2. úterý 14.5.2019	<b>PŘES MOSTY</b>	Trojanovice Lomná	1 200m	kros
	Start = <b>16:00</b>			
3. středa 26.6.2019	<b>LETNÍ TEST</b>	Frenštát p/R	2 000m	silnice
	Start = <b>16:00</b>			
4. středa 10.7.2019	<b>TICHAVSKÁ TŮŇKA</b>	Tichá	1 500m	silnice
	Start = <b>17:00</b>			
5. neděle 11.8.2019	<b>CENA SK VALAŠSKÉHO KRÁLOVSTVÍ</b>	Frenštát p/R	1 500m	silnice + kros
	Start = <b>10:00</b>			
6. středa 4.9.2019	<b>PUSTEVNY NAHORU DOLU</b>	Pustevny	1 400m	kros
	Start = <b>15:30</b>			
7. pátek 4.10.2019	<b>PODZIMNÍ PĚTKA</b>	Frenštát p/R	2 700m	silnice
	Start = <b>16:00</b>			

### KATEGORIE

Předžáci – holky, kluci do 9 let (2010 a mladší)  
Žáci – holky, kluci 10 - 13 let (2009 – 2006)  
Dorost – holky, kluci 14 - 17 let (2005 – 2002)

### HODNOCENÍ SOUTĚŽE

V každém závodě boduje prvních 50 závodníků v celkovém pořadí následujícím způsobem:

1. místo = 70 bodů	11. místo = 41 bodů	21. místo = 31 bodů	31. místo = 21 bodů	41. místo = 11 bodů
2. místo = 60	12. místo = 40	22. místo = 30	32. místo = 20	42. místo = 10
3. místo = 55	13. místo = 39	23. místo = 29	33. místo = 19	43. místo = 9
4. místo = 52	14. místo = 38	24. místo = 28	34. místo = 18	44. místo = 8
5. místo = 50	15. místo = 37	25. místo = 27	35. místo = 17	45. místo = 7
6. místo = 48	16. místo = 36	26. místo = 26	36. místo = 16	46. místo = 6
7. místo = 46	17. místo = 35	27. místo = 25	37. místo = 15	47. místo = 5
8. místo = 44	18. místo = 34	28. místo = 24	38. místo = 14	48. místo = 4
9. místo = 43	19. místo = 33	29. místo = 23	39. místo = 13	49. místo = 3
10. místo = 42	20. místo = 32	30. místo = 22	40. místo = 12	50. místo = 2

51. místo a každé další = 1 bod

### !!! POSLEDNÍ ZÁVOD - PODZIMNÍ PĚTKA - DVOJNÁSOBNÉ BODOVÁNÍ !!!

Každý závodník si získané body v celkovém pořadí přenáší do hodnocení jednotlivých kategorií. **Do konečného pořadí se počítá 5 nejlepších výsledků.**  
Při rovnosti bodů rozhoduje o konečném pořadí:

1. lepší umístění na posledním závodě
2. lepší umístění v některém závodě
3. vzájemné souboje

### VYHLÁŠENÍ VÝSLEDKŮ

Slavnostní vyhlášení 13. ročníku FBPM 2019 proběhne po posledním závodě na Turistické chalupě ve Frenštátě p/R dne 4.10.2019

Vyhlášen bude absolutní vítěz a první tři závodníci v každé kategorii obdrží ceny dle možností pořadatele a sponzorů FBPM 2019

**za předpokladu startu minimálně ve čtyřech závodech a přítomnosti na posledním závodě.**

Průběžné pořadí bude ve výsledcích jednotlivých závodů a na každém dalším závodě.

### DALŠÍ

**TRATĚ A JEJICH DĚLKA JSOU VOLENY TAK, ABY SE MOHLI BEZ PROBLÉMU ZŮČASTNIT I MĚNĚ TRÉNOVANI BĚŽCI.**

**STARTOVNÍ ČÍSLO MUSÍ BÝT UMÍSTĚNO VIDITELNĚ NA HRUDI!!! V PRŮBĚHU ZÁVODU JE ZAKÁZÁN JAKÝKOLIV DOPROVOD ZÁVODNÍKA!!!**

**ZA NEZLETILÉ ÚČASTNÍKY ZODPOVÍDAJÍ RODIČE NEBO ZÁKONNÝ ZÁSTUPCE.**

### INFORMACE

[www.atletikafrenstat.cz](http://www.atletikafrenstat.cz)

Pavel MICHNA – 605 336 171 (p.michna@centrum.cz)

**SPONZOŘI FBP 2019**



**NA VŠECH ZÁVODECH FBP JE I ZÁVOD PRO NEJMENŠÍ DĚTI - "MIMINA NA 100m"**