



# PROPOZICE

## „ Štěpánského běhu“ po břehu řeky Opavy

46. ročník

Zařazen do Moravskoslezského běžeckého poháru pro rok 2023

<b>Pořadatel</b>	TJ Liga stovkařů Ostrava, z.s. a MK Seitl Ostrava, z.s.
<b>Datum</b>	26. prosince 2023
<b>Místo startu</b>	Stadion MK Seitl Ostrava, z.s. v Ostravě Martinov Příjezd osobními vozidly, tramvají i autobusy
<b>Čas startu</b>	10.00 hodin
<b>Prezentace</b>	od 8.15 do 9.40 hodin
<b>Startovné</b>	na místě startu 150,- Kč
<b>Šatny, WC</b>	v místě prezentace
<b>Trať</b>	15 km po břehu řeky Opavy do Děhylova a zpět
<b>Občerstvení:</b>	zajištěn horký čaj a tatranka po doběhu
<b>Kategorie</b>	Muži: A 18-39, B 40-49, C 50-59, D 60-69, E 70 a více let Ženy: F 18-34, G 35-44, H 45 a více let <i>Kategorii tvoří minimálně 5 závodníků, jinak se slučuje s nižší Vítězové kategorií a dále podle možností pořadatelů</i>
<b>Ocenění</b>	
<b>Tombola</b>	podle možnosti pořadatelů, věcné ceny v minimálním počtu 20
<b>Podmínky</b>	závodí se podle atletických pravidel a těchto propozic

### Upozornění

Startující běžci závodí na vlastní odpovědnost, podle svého zdravotního stavu a trénovanosti. Jsou povinni dodržet stanovenou trať a dbát pokynů organizátorů. Styl běhu musí být uzpůsoben klimatickým poměrům, může se vyskytnout sníh, náledí, mráz.

### Organizační štáb závodu

<b>Předseda:</b>	Ing. Horák Jaromír, PhDr.
<b>ředitel závodu:</b>	Seitl Otto
<b>Registrace:</b>	Budinská Dana a spol.
<b>časomíra:</b>	pan Rinka s aparaturou
<b>traťový komisař:</b>	Brož Jiří

### DALŠÍ AKCE

Pro všechny milovníky zimní turistiky a ty, kteří hodlají uvítat Nový rok 2024 sportovním výkonem, překonáním posilvestrovské noci, připravujeme :

**Novoroční pochod** na trase z Ostravy-Poruby do Horní Lhoty-Zátiší přes Lázně Klimkovice  
Start **1.1.2024** průběžně od 8.30 do 10.00 na smyčce tramvají v Porubě (zast.MHD Vřesinská)  
Cíl - Restaurace u Tondy Horní Lhota

**Předkládá:** PhDr.Ing. Horák Jaromír – předseda spolku

Další informace na: [www.tjliga100.cz](http://www.tjliga100.cz) a [www.mkseitl.cz](http://www.mkseitl.cz)