



## 4. ročník Bedřichovské pětihodinovky

Jizerské hory

*... Závod, pro který byly lyže stvořeny ...*

Opět se přiblížil další ročník Bedřichovské pětihodinovky – jednodenního orientačního lyžařského závodu pro širší sportovní veřejnost.

Přijďte si zajet nejstarší SKI Adventure závod v ČR. Krásné lyžařské terény Jizerských hor jsou optimální právě pro běžkaře a určitě se podíváte i na místa, na která normálně nejezdíte. Termín B5h je navíc ideální k relaxaci při předvánočním shonu.

Závodu se může zúčastnit každý, od rekreačních lyžařů až po ostřílené borce - trasu si vybírá každý sám podle svých představ a možností. Závod prověří nejen vaši fyzickou, ale také Vaše taktické i orientační schopnosti a týmového ducha.

Při prezentaci dostane každá dvojice mapu se zakreslenými kontrolami. Bodové ohodnocení kontrol obdrží dvojice až po odstartování. Úkolem je pak nasbírat na kontrolách během časového limitu co nejvíce bodů.

### **Pořadatelé:**

Mirek Kalina, Markéta Kalinová

### **Datum závodu:**

Sobota 18. prosince 2010

### **Centrum závodu:**

Bedřichov u Jablonce nad Nisou – lyžařský stadion

### **Přihlášky:**

Online v přihláškovém formuláři na [www.b5h.cz](http://www.b5h.cz)

Přihlášky budou spuštěny 1.11.2010, uzavřeny budou 12.12.2010

### **Startovné:**

250 Kč za dvojici.

Platby za startovné zasílejte na účet 670100-2206802518/6210 (mBank)

Jako variabilní symbol uveďte telefonní číslo (9 číslic), uvedené též v přihlášce

### **Ubytování:**

Pořadatel nezajišťuje. Zájemcům o ubytování doporučujeme využít nabídky penzionů v blízkém okolí [www.bedrichov.cz/cz/sluzby/ubytovani-v-obci/](http://www.bedrichov.cz/cz/sluzby/ubytovani-v-obci/)

### **Parkování:**

Na placených parkovištích v obci Bedřichov

[www.bedrichov.cz/cz/obec-bedrichov/parkovani/](http://www.bedrichov.cz/cz/obec-bedrichov/parkovani/)

### **Prezentace na akci:**

17.12.2010 od 18:00 do 22:00

18.12.2010 od 7:30 do 8:30

**Start:**

Lyžařský stadion Bedřichov, intervalový start ve vlnách. První dvojice v 9:30  
Startovní listina bude zveřejněna na webu závodu v týdnu před závodem

**Časový limit:**

Pro všechny kategorie limit 5 hodin

**Mapa:**

Zimní lyžařská 1:50000 SHOCart. Dvojice dostane jen jednu mapu, další mapu je možné objednat předem emailem za 50 Kč

**Vypsání kategorie:**

MM – dvojice muž/muž  
MD – dvojice muž/žena  
MD+ – dvojice muž/žena (součet věku nad 80 let)  
DD – dvojice žena/žena

**Vyhlášení vítězů:**

Pro první 3 dvojice v každé kategorii budou připraveny diplomy a ceny

**Doporučené vybavení:**

Lyže na klasickou či volnou techniku, vosky a parafíny, mapník (umožňuje číst mapu za jízdy na lyžích)  
Závodníci jsou sami odpovědní za své občerstvení v průběhu závodu

**Pravidla a podmínky:**

1. Každá dvojice obdrží při prezentaci závodu lyžařskou mapu se zakreslenými kontrolami. Bodové ohodnocení kontrol obdrží dvojice až po odstartování na mapovém startu.
2. Startuje se v pravidelných vlnách s intervaly - do startovní zóny je proto nutné dostavit se nejméně s 5 minutovou časovou rezervou tak, aby závodníci byli včas připraveni na svůj startovní čas. Jestliže se závodník dostaví později, přijde o své minuty bez náhrady.
3. Závodní limit je pevně stanovený a každá minuta navíc je penalizována. Přesné hodnoty penalizace budou uvedeny v pokynech před závodem.
4. Průchod kontrolními body si závodníci značí do papírových průkazek pomocí kleštíček umístěných na kontrole. Členové dvojice musí být v průběhu závodu stále ve vzdálenosti "na doslech", na kontrolních bodech a v cíli musí být dvojice spolu.
5. Pořadatelé nepřebírají odpovědnost za zdravotní stav účastníků, technický stav lyží atd. Závodí se za plného lyžařského provozu, buďte tudíž ohleduplní k ostatním lyžařům. Účastníci svým podpisem při prezentaci stvrzují, že závodí na vlastní nebezpečí.
6. Pořadatelé prosí závodníky o dodržování obecných zásad chování v přírodě, hlavně neježdění mimo upravené cesty. Většina tratí vede prostorem CHKO Jizerské hory, je proto nutné respektovat pravidla pobytu daná Správou CHKO.
7. V případě nepřízně počasí (bez sněhu) se závod ruší.

**Další informace:**

Mirek Kalina  
+420 602 305 007  
[b5h@kamzasnehem.cz](mailto:b5h@kamzasnehem.cz)

