

Touškovský lívancový běh 2017

2. ročník série ranních běhů pro všechny

Lívancový běh představuje sérii ranních běhů, při kterých každý soutěží především sám se sebou. Běh je určen pro všechny věkové kategorie, pro běžce pomalé i rychlé, zkušené, občasně i začínající – pro každého, kdo běhá pro radost. A ať už si přijdete zlepšit svůj osobní rekord, zatrénovat si anebo se jen proběhnout v příjemném prostředí okolo našeho rybníka. Pro každého závodníka je v cíli připravená sladká odměna, v podobě palačinky a čaje.

SÉRIE RANNÍCH BĚHŮ okolo našeho rybníka

Datum:

1. díl neděle 21. května 2017
2. díl neděle 11. června 2017
3. díl neděle 25. června 2017
4. díl neděle 6. srpna 2017
5. díl neděle 20. srpna 2017

Čas: registrace nutná předem na webu www.touskov.cz
výdej startovních čísel od 8:30 hod do 8:55 hod
start běhu v 9:00 hod (nejprve malé děti 150 m, následně hromadně dospělí)

Pořadatel: Město Touškov

Ředitel závodu: Kateřina Duchková (tel. 608 510 457)

Místo konání: prostor u rybníka, **1 okruh měří 650 metrů**

Startovné: startovné 10 Kč / osoba - platí se při vyzvednutí startovního čísla v místě startu

Okruhy: **kolik okruhů poběžíš, je jenom na tobě. V rámci série nezávodíš s ostatními, ale sám se sebou. Vybrat je možné z těchto vzdáleností**

1 okruh (650 m)

2 okruhy (1300 m)

3 okruhy (1950 m)

4 okruhy (2600 m)

6 okruhů (3900 m)

+ úsek 150 metrů - závod pro nejmenší děti

REGISTRACE: online na webu města www.touskov.cz (do půlnoci dne předcházejícího závodu)

OBECNÁ PRAVIDLA: Pořadatel běhu nehradí škody na zdraví a majetku vzniklé účastníkům v souvislosti s touto akcí. Běžci souhlasí se zveřejněním výsledků běhu na stránkách města, stejně tak s uveřejněním fotografií z akce. Osoby mladší 18-ti let běží za dozoru svých rodičů nebo s písemným souhlasem odpovědného zástupce a veškerou odpovědnost přebírají rodiče.