

POKYNY PRO ZÁVODNÍKY 2025

Rev. 1/2025-08-01



Časový plán:

Pátek 8.8.2025

19:00 – 20:00 prezentace, výdej startovních čísel (kdo má z minule, vezměte si ho) • výdej startovního balíčku od partnerů • otevření DEPA 2, příprava věcí na běh

Sobota 9.8.2025

08:30 – 08:40 prezentace před startem, kdo by chtěl něco ještě hodit do DEPA 2, přineste s sebou, příprava DEPA 1

08:55 – 08:58 povinná rozprava již v plaveckém připravení na start

DODRŽET ČAS, SE STARTEM NEČEKÁME!!!

09:00 START plavání 3,8km, hlídání věcí v DEPU 1 počítáme cca do 10:00 hodin

12:30 – 18:00 otevřeno DEPO 2, po odběhnutí posledního závodníka na běh se uzavře

15:00 – 24:00 dobíhání závodníků do cíle, samozřejmě počkáme i na případné opozdilce

do 22:30 Vyzvednutí věcí z DEPA 2, kdo již bude v cíli a bude chtít ještě ten den

Neděle 10.8.2025

10:00 – 10:30 vyzvednutí věcí z DEPA 2, kdo je tam ještě bude mít

Pátek 19.9.2025

18:00 – 22:00 Slavnostní vyhlášení, předání cen a šeku Adamovi. Ještě upřesníme místo podle počasí. Nejspíš to bude v PIZZERIA SPEED nebo CROSSCOUNTRY, což je vedle sebe pod bazénem.

Informace:

- Startovné od minimálně 1.000,- Kč do výše vašich možností a ochotě přispět na charitu. Výnos ze startovného a vašich příspěvků bude věnován na charitativní účely.
- Každý účastník má možnost zakoupit pamětní čelenku Oceláka, cena 200,- Kč
- Závodníci na 1.-3. místě dostanou krásnou poctivou duralovou medaili s vylaserovaným výsledným časem. Dle možností možná budou i medaile „FINISHER“.
- Možnost zakoupit funkční sportovní tričko Ocelák, cena 500,- Kč (EVENT)
- Objednávky triček u prezentace a v cíli, případně v elektronicky nejpozději do 10.8.2025.
- Každý závodník má povinnost mít u sebe zapnutý GPS tracker na trati cyklistiky a běhu, který obdrží před startem od organizátora v aktivním režimu.
- Závodník může opustit trať, ale pro pokračování se musí vždy vrátit do bodu, kde trať opustil.
- V případě rozhodnutí o nedokončení v průběhu závodu je závodník toto povinen neprodleně ohlásit pořadateli.

Kontakt (doporučuji si uložit):

- mimo čas závodu: Jan Kostelník (Kotlas), +420 602 402 324
- během závodu: Pavel Kopáček (Kopys), +420 602 626 325

Doporučujeme nastudovat info z webu:

www.triclubjablonec.cz

TRI-CLUB
parta, která hýbe Jabloncem

INFORMACE K SAMOTNÉMU ZÁVODU:

Plavání – trasa od roku 2024

- Start hromadný, neopreny povoleny bez ohledu na teplotu vody
- Povinná plavecká čepička dobře viditelné barvy (ideálně bílá, žlutá, oranžová)
- Doporučuji dobře nastudovat trasu, ať to plavete správně

DEPO 1 (8:30 - 10:00)

- Stánek U Davida u přehrady
- Připravíme věci před startem a po dobu plavání to bude pod dohledem
- Věci po plavání si do něčeho dát a převezou se během dne do DEPA 2, případně zůstanou v autě
- K dispozici bude nějaká sportovní výživa AMIX (tyčky, ionťák, gely)

Cyklistika od roku 2024 – prostudovat případné změny trasy na webu

- Start individuálně po plavání nebo případně skupiny dle domluvy.
- Občerstvení na trase: cca 26km Vysoké n. Jiz. (hospůdky), 41km Semily (pár hospůdek a obchody), 60km Turnov (hospůdky a obchody), 72km Žďárek (hospoda), 76km Hodkovice (benzinka)
- Trasa je na webu ke stažení ve formátu GPX.
- **Semafore, žel. přejezdy – stojíme na červenou!!! Nedodržení znamená diskvalifikaci!**
- **Dodržujeme předpisy (kromě rychlosti 😊)**

DEPO 2 (12:30 - 16:00 otevřeno s účastí organizátora, před i po otevření na vyžádání u ostrahy)

- Zákaznické centrum ABB, po 16:00 bude možná nutnost požádat o otevření ostrahu na vrátnici u vjezdu do výrobního závodu.
- K dispozici bude občerstvení (pití, sportovní výživa AMIX apod.)

BĚH – trasa od roku 2024

- Trasa na začátku až pod Slovanku kopíruje trasu Oceláka, pak se dělí a napojí se na Oceláka v Hraničné, odkud se trasy shodují až do cíle.
- Trasa je na webu ke stažení ve formátu GPX
- Občerstvení není na trase žádné domluvené a doporučujeme vzít si na běh vlastní občerstvení.
- Na trase se dá případně občerstvit: cca 8,5km Bramberk (hospoda, voda), 9,7km Horní Maxov (hospoda), 8,4km Hraničná (občerstvení)
- Je povoleno mít na trase běhu support s občerstvením a může vám vzít batůžek se všemi věcmi.
- Na běh je povinnost mít s sebou mobilní telefon, na kterém budete k zastížení a v případě nouze můžete volat. Doporučuji zvážit výdrž baterie a možná přibalit malou power banku.

CÍL

- Doběh v cílovém oblouku nebo k informační ceduli (po 21:00), nezapomeňte oběhnout pytel kolem lesíka po přeběhnutí z hráze (dál rovně po chodníku a lesík oběhnout na levou ruku)
- Časový limit do půlnoci, ale nejspíš počkáme i na případné opozdilce

Časomíra

- Měříme čas elektronicky všem, mezičasy: plavání, depo 1, kolo, depo 2, běh.
- Každý si samozřejmě můžete změřit svoje mezičasy, jak chcete.
- Jen připomínám, že to není žádný závod, takže o ten čas až tak moc nejde...

WhatsApp skupina, nejpozději před startem musí být přidáni všichni účastníci a jde hlavně o:

- průběžné sdílení polohy nějakou zprávou, aby organizátoři viděli, kde se asi tak pohybujeme
- důležité zprávy během závodu (upozornění na trasách, případné problémy, apod.)
- možnost se kontaktovat hromadnou info zprávou a případné sdílení zážitků z akce