

RANĚAN RACE 2023

Pokyny k závodu



- Kdy:** 11. 6. 2023 od 10:30 hodin, start dospělých orientačně v 13h
- Kde:** [Louka na levém břehu řeky Jihlavy](#), severně od centra obce Rantířov
- Pořadatel:** SDH Rantířov
- Parkování:** 1) nádraží ČD v Rantířově (P1A)- vzdálenost do centra akce 0,8km – opatrně –provoz na hlavní silnici, **naproti školce u haly bývalého agrochemického podniku (P1B)**
2) před hostincem „U Tomáše“
3) za fotbalovým hřištěm (omezená kapacita) – viz. mapka na závěr pokynů.“
POZOR – není funkční dočasná lávka za fotbalovým hřištěm – je nutné od parkovišť jít přes řeku podél hlavní silnice (na mapce vyznačeno světle modře).
- Doporučené vybavení:** Oblečení na sport, do přírody, plavky, převlečení, boty s neklouzavou podrážkou, starší děti cyklorukavice (na ručkování), **čepice**, opalovací krém **a dostatek pití!**
- Občerstvení:** Po absolvování dráhy čeká na každého nanuk/buchta + buřt na opečení, na místě bude možné zakoupit základní občerstvení (točené nealko pivo, limonádu, párek, rizoto a další).
Vezměte si prosím vlastní kelímky ať šetříme životní prostředí, děkujeme!
- Umývání:** Pořadatel nezajišťuje, ale řeka je nedaleko.

RANĚANEK – pro děti ve věku 1-6 let a jejich rodiče

- Rodiče s dětmi mohou projít celou dráhu společně a překonat překážky, které děti zvládnou.
- Optimálně v časovém rozmezí 10:30-11:20 a nebo po ukončení závodu. V cíli dostanou děti drobnou odměnu. Dráhu mohou jít vícekrát.
- Před projitím dráhy budou všichni poučeni o bezpečném projití překážek (menší děti samozřejmě nemusí překonat všechny).
- Rodiče jsou odpovědní za své děti během celé akce, pořadatel nenesé žádnou odpovědnost za případná zranění.

RANĚAN RACE – překážkový víceboj pro děti i dospělé ve věku 7-100 let

- Prezentace k závodu:** od 11:00-13:45, součástí prezentace je odevzdání formuláře vlastní nebezpečí
- Pro ty, co si objednali a proběhla platba, bude k vyzvednutí tričko, každý závodník dostane stravenku na nanuk/bucht a buřt.
- Kdo si zapomene formulář na vlastní nebezpečí tak je možné v omezené míře vyplnit na místě.**
- Dohlášky na místě:** v omezené míře, děti do 12 let 150 Kč, starší a dospělí 250 Kč.
- Typ závodu:** Překážkový víceboj vyznačenou trasou, překonání překážek na čas. V případě nepřekonání hodnocené překážky závodník dle věku udělá 10 dřepů (věk 7-8 let) nebo 10 angličáků (věk 9..99let), ženy 7 angličáků - dřep, klik, opětovný dřep a výskok (nad 50let o 5angličáků méně).
Hodnocené překážky jsou označeny logem závodu  a nápisem hodnocená překážka.



- Start/cíl:** Přímě v centru závodu. Závodníci startují v minutových intervalech za sebou.

Měření času:



Elektronické čipy [Sportident](#) závodník obdrží před startem. Po doběhu do cíle čip vyčte a odevzdá. Čip je umístěn na provázku, který se dá omotat okolo ruky, aby nedošlo ke ztrátě (při ztrátě je povinen závodník zaplatit nákupní cenu čipu = 850Kč). Čipy mají až 8 ciferná čísla, poslední tři cifry čísla čipu bude mít závodník pro kontrolu napsány fixou na ruce.

Dle pokynů pořadatele vloží postupně závodník čip před závodem do krabičky Clear, Check a Start. Během závodu pak orazí (čip vloží do kontrolní krabičky) v pěti místech během závodu (označeno červenobílým lampionem ▲).

V cíli vloží do krabičky Cíl, čímž se ukončí měření času.

Start:

začíná se kategorií A v 11:30, další kategorie budou následovat vždy po malé přestávce. Orientační start hlavní kategorie E je v 14:30.

Kategorie:

A: 7-8 let, B: 9-10 let, C: 11-12let, D: 13-18 let, E 18-100 let, SDH. Odhad délky závodu pro nejrychlejšího je 15 minut. Startovat budou postupně kategorie v pořadí A,B,C,D,E,SDH.

Vyhlášení výsledků:

Po doběhnutí kategorií A B C D E SDH. První tři v jednotlivých kategoriích obdrží věcné ceny, vítězové od kategorie B pak medaili s logem závodu. Děkujeme sponzorům HUDY Jihlava, Modeta, plavecká škola Jihlava a dalším sponzorům, kteří věnovali ceny (některé jsou vyrobené na míru závodu).

Všichni závodníci, kteří závod dokončí, dostanou drobnou upomínkovou cenu.

Překážky:

Proběhnutí pneumatikami, přezení balíku, šplh, lanové lávky, nošení kanystrů, lanové překážky, plazení bahnem, plazení trubkou, zvednutí pneumatik, hod oštěpem a další. Od kategorie B i brodění řeky (podél lana s doprovodem pořadatele).

První pomoc:

Drobná poranění budou ošetřena zdravotníkem pořadatele. Pro případy vážnější je nejbližší nemocnice v Jihlavě, vzdálenost 5km.

Ochrana osobních údajů a fotografování: Přihlášením se na závod souhlasí každý účastník se zveřejněním svých osobních údajů, a to v podobě přihlášky, startovní listiny a výsledků na webu akce. V průběhu akce mohou být pořizovány zpravodajské fotografie sloužící k informování veřejnosti o proběhnutém závodě, propagaci atd. v souladu s § 89 zákona č. 89/2012 sb., Občanského zákoníku. Dále zde mohou být pořizovány fotografie k osobní potřebě závodníků, zejména z vyhlášení výsledků a doběhu do cíle. V případě, že nesouhlasíte s fotografováním, oznamte tuto skutečnost fotografovi.

