

# Pieninská stopa



## Predslov k turistickému pochodu

Malebný Pieninsky národný park očarí nejdeného domáceho, ale i zahraničného turistu. Dych vyrážajúca plavba na tradičných drevených pltiach na rieke Dunajec, Tri koruny, najväčší prírodný kaňon, Červený kláštor, ale i kultúra a tradície spojené s prírodou ponúkajú nezabudnuteľné chvíle v každom ročnom období. Čaro Pienin a aktívny pobyt v prekrásnej prírode mnoho turistov ešte neobjavilo. Bola by veľká škoda, ak by táto krásna panenská príroda s neopakovateľnou goralskou atmosférou ostala aj naďalej pred očami turistov utajená. Cieľom tejto turistickej akcie je predstaviť krásu Pienin a odkryť tento prírodný klenot očiam návštevníkov aktívneho pohybu v prírode.

**Organizátor:** Pienspoltravel s.r.o.,  
Penzión Pltník – Pieniny,  
Zamagurská deviatka o.z.

**Miesto:** Areál Penziónu Pltník, Červený Kláštor

**Termín turistického pochodu:** 24.10.2020

**Možnosť ubytovania:** od 23.10. – 25.10.2020

**Prezentácia:** 24.10.2020 – 6.00 – 10.00 hod.

**Disciplína:** diaľkový pochod – 3 trasy:

Trasa 1 – 12 km,

Trasa 2 – 28 km,

Trasa 3 – 48 km, pozn. len pre zdatných turistov.

**Trat':** 85% turistické a lesné chodníky

15% spevnené a asfaltové cesty

**Popis trate:** podrobný popis jednotlivých trás nájdete na:

48km trať : <https://mapy.hiking.sk/?hpid=rTxYZ>

28km trať : <https://mapy.hiking.sk/?hpid=DX5rE>

12km trať : <https://mapy.hiking.sk/?hpid=bDN3B>

**Registrácia:** Prihlášky cez internet (registračný formulár na [www.pretekaj.sk](http://www.pretekaj.sk)) do 30.9.2020 alebo na mieste preteku. Účastnícky limit je neobmedzený. Ubytovacie kapacity sú cca 150 lôžok.

Registrácia detí do 12 rokov je bezplatná.

**Informácie o ubytovaní :** Jozef Bednarčík, Tel. : 0915 890 937,

email : [info@penzionpltník.sk](mailto:info@penzionpltník.sk)

**Štartovné:** 12 € bez obeda a goralského klobúku

25 €, detí do 12 rokov zdarma.

**Štartovný balíček obsahuje:**

- goralský klobúk,
- pamätné tričko z bavlny s potlačou,
- obed v cieľi,
- pivo - 1x,
- čaj, voda, tyčinka - 1x,
- espresso– 1x,
- banán a jablko – 1x,
- na trase – kontrolné stanovišťa – ľahké občerstvenie (čaj, voda).
- krabička prírodného čaju „Pieniny“

## **Ceny:**

1. Miesto (48 km pochod ) Pohár + diplom + týždenný pobyt v Penzióne Pltník
2. Miesto (48 km pochod ) Pohár + diplom
3. Miesto (48 km pochod ) pohár + diplom

1. Miesto (28 km pochod) pohár + diplom + predĺžený víkend v Penzióne Pltník
2. Miesto (28 km pochod ) Pohár + diplom
3. Miesto (28 km pochod ) pohár + diplom

1. Miesto (12 km pochod) pohár + diplom + splav na tradičných drevených pltiach
2. Miesto (12 km pochod ) Pohár + diplom
3. Miesto (12 km pochod ) pohár + diplom

Pri udeľovaní cien na prvých troch miestach z každej dĺžky trate sa nebude skúmať dosiahnutý čas pochodu, ale len poradie, v ktorom sa účastníci vrátia do cieľa pochodu.

**Technické zázemie, hygiena, toalety:** Camping v areáli Penziónu Pltník

**Parkovanie:** bezplatné v areáli Penziónu Pltník

**Obed, resp. večera:** reštauračné zariadenie Penziónu Pltník

Obed v cieľi je zabezpečený formou výberu z 5 teplých hotových jedál.

Večera pre ubytovaných a ostatných záujemcov o večerné posedenie za účasti živej ľudovej muziky bude zabezpečená v priestoroch Penziónu Pltník.

**K dispozícii bude:** 70g bryndzová nátierka, cibuľa, chlieb

150g grilovaná krkovička

150g grilované kuracie prsia

100g pečená klobása

chlieb, horčica, uhorky, čalamáda, feferóny,...

**Cena večere a komplet služieb:** 10 €, pozn. je nutné uviesť záujem o večeru v prihláške

## **Program pre ubytovaných:**

23.10.2020 – príchod od 12.00 hod. – voľnočasové aktivity – pešia turistika, cykloturistika, plte, rafty, ostatné – všetky služby sú k dispozícii v Penzióne Pltník – reštaurácia, zimná záhrada, wellness,...

24.10.2020 – prezentácia od 6.00 – 10.00 hod.

- pochody od 6.00 – 19.00 hod.
- obed – priebežne po príchode do cieľa
- večera – piknik – 19.00 hod.

25.10.2020 - raňajky – 8.00 – 10.00 hod.

- odubytovanie
- pre záujemcov o ďalšie turistické aktivity možnosť neskoršieho odubytovania na základe konkrétnej dohody

**Cena:** - ubytovanie – 15€/osoba/noc

- raňajky – 7 € - podávané formou bufetových stolov
- obed, resp. večera – okrem piknikového menu – cca. 8 €

**Časový limit:** 12 km pochod – 4 hod.

28 km pochod – 10 hod.

48 km pochod – 13 hod., pozn. len pre zdatných turistov – na vlastnú zodpovednosť, povinnou výbavou je čelovka

**Výsledky:** výsledky budú priebežne zverejňované na stránke: [www.pretekaj.sk](http://www.pretekaj.sk)

**Poistenie:** každý účastník štartuje na vlastnú zodpovednosť a je povinný si zabezpečiť zdravotné poistenie individuálne, organizátor nepreberá zodpovednosť za škody na zdraví alebo majetku súvisiace s cestou, pobytom a účasťou turistov na podujatí. Pred štartom odporúčame turistom absolvovať lekársku prehliadku.

**Zdravotná a záchranná služba:** bude zaistená na trati pochodov a v priestore štartu a cieľov

### **Upozornenia pre pretekárov:**

Usporiadatelia si vyhradzuju právo zmeny (vekovej kategórie, časový rozpis) a nezodpovedajú za škody účastníkov počas podujatia. V prípade nepriaznivého počasia si usporiadatelia vyhradzuju právo zmeny trasy jednotlivých pochodov. Pochody sa riadia pravidlami cestnej premávky (č. z. 8/2009 Z. z.) a tohto rozpisu. Pretekári sú povinní dodržiavať pravidlá cestnej premávky a pokyny organizátorov. Prihlásením na pochody dávajú súhlas na spracovanie poskytnutých údajov pre evidenciu na športovom podujatí podľa §11 zákona č. 122/2013 o ochrane osobných údajov. Súhlas sa udeľuje organizátorom podujatia a spoločnostiam zabezpečujúcich spracovanie výsledkov a podobne.

### **Informácie:**

samotné preteky JUDr. Imrich Plevik, mob. 0905 496 938, email: imro@lkskij.sk  
ubytovanie, stravovanie: Jozef Bednarčík, mob. 0915 890 937, email:  
info@penzionpltnik.sk

### **Informácie ohľadom náležitostí spojených s registráciou a platbou:**

[www.pretekaj.sk](http://www.pretekaj.sk)

**Pochod:** Každý účastník je v zmysle novej legislatívy povinný oboznámiť sa s kódexom turistu. Nachádza sa v týchto propozíciách a bude k dispozícii aj na mieste registrácie.

## **Kódex turistu:**

1. Pred samotným prihlásením na preteky si dôkladne preštuduj pokyny a propozície, ktoré sú nastavené na tieto konkrétne pochody, rešpektuj a dodržiavaj ich.
2. Nenechávaj si veci na poslednú chvíľu – neskorá registrácia, vyzdvihnutie si štartovných balíčkov tesne pred štartom, parkovanie na poslednú chvíľu, či neskorí príchod, to všetko spôsobuje organizátorom aj Tebe zbytočný stres a problémy.
3. Dostatočne zvaž rizika spojené s nadmernou fyzickou záťažou počas pochodu a ak nie si úplne fit, radšej sa ho nezúčastňuj. Dbaj o svoje zdravie a absolvuj aspoň raz ročne „skutočnú všeobecnú zdravotnú prehliadku“.
4. Dodržuj pravidlá fair play. Užívanie zakázaných látok a skracovanie si trate je zakázané.

Na štarte dodržiavaj pokyny organizátorov.

5. Pravidelne a rovnomerne využívaj občerstvovanie a osviežovanie stanice.
6. Odpadky nevyhadzuj do prírody a maj na mysli životné prostredie a okolie, v ktorom všetci žijeme.
7. Počas behu vnímaj okolie a nádhernú prírodu okolo seba. Slúchadlá do uší počas pochodu nepatria!!
8. Počas behu vnímaj okolie okolo seba a užívaj si nádhernú prírodu po trati, ale myslí pri tom aj na ostatných. Ktokoľvek na trati potrebuje tvoju pomoc pomôž mu.
9. Dodržuj a rešpektuj pokyny organizátorov aj dobrovoľníkov na podujatí. Ak máš nejaký postreh, prípadne sťažnosť alebo pripomienku kontaktuj priamo organizátora. Organizátor bude vďačný za tvoj postreh a podnet smerujúci k zlepšeniu úrovne kvality celého podujatia.

10. Obojstranný rešpekt a úcta by mali byť základom vzťahu organizátora k účastníkovi pochodu ale aj účastníka k organizátorovi. Komunikácia medzi účastníkov a organizátorom musí byť vecná, korektná a vždy v rovine slušnosti.

**Generálny sponzor :** Penzión pltník

**Sponzori:** Pilsner Urquell, Agfoods, Agrokarpaty, Szubryt, TYS, PDGORAL, Pekáreň Spišské Hanušovce, Movino, Elixír,