

## Vitaj!

Ak si chceš preveriť svoje schopnosti v behaní v lesoch, prípadne si s ďalšími bežcami odbehnúť kvalitný tréningový beh ako prípravu na tvoje dôležité preteky v sezóne, či jednoducho zažiť strhujúci deň v horách, Beh Soviou Poľanou v Podolínci určite predčí tvoje očakávania!

## ZÁKLADNÉ INFO

---

### Kedy

sobota, 18. máj 2024  
9:30 hod.

### Kde

Štart a cieľ pretekov je v Kaplnka sv. Huberta v údolí Podolínskych lesov.

### Trať

Po značených turistických chodníkoch v Lesoch mesta Podolíneec.

### Parametre trate

Trať A - 18 km / 685 m

Trať B - 11 km / 470 m

### Kategórie

Pretekári sa zaraďujú do dvoch kategórií M a Ž podľa pohlavia.  
Vyhodnotený bude aj najrýchlejší Podolíňčan/ka v obidvoch dĺžkach trate.

### Časový limit

3:00 hod. od štartu.

## Štartovné

Trať A - 17 EUR pre účastníkov prihlásených online do 31.3.2024 vrátane

Trať B - 15 EUR pre účastníkov prihlásených online do 31.3.2024 vrátane

Všetky ďalšie prihlásenia na obe trate budú za 20 EUR. Bude možné i prihlásenie priamo na mieste prezentácie pred štartom, ale iba v limitovanom množstve.

## Prihlasovanie

Online prihlasovanie bude ukončené 15.05.2024 o 23:00. Hneď po uhradení štartovného sa Vaše meno zobrazí v zozname prihlásených a príde Vám email s potvrdením. Zaplatené štartovné sa nevracia.

## Ceny

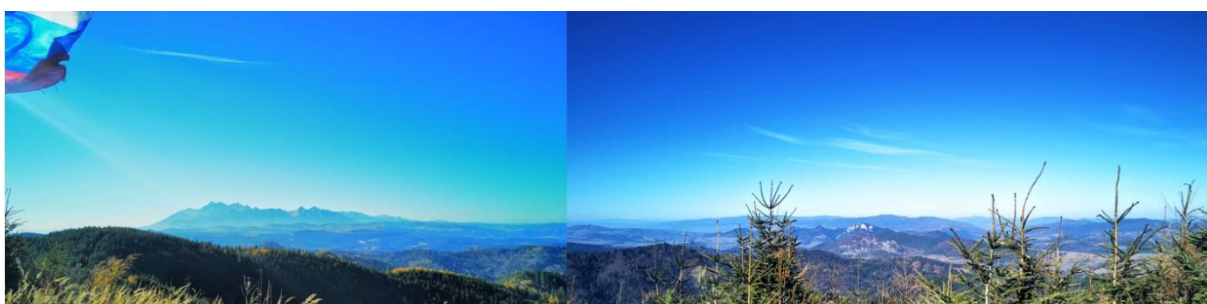
Prví traja pretekári v každej kategórii budú ocenení trofejou a vecnými cenami. Snažíme sa pripraviť, čo možno najatraktívnejšiu finančnú odmenu pre ocenených.

## Deti

Súčasťou sobotňajšieho programu ihneď po štarte budú aj detské behy, na ktoré sa budete môcť prihlásiť počas prezentácie pred štartom.

## Kategórie detí

- 1 - Žabky - chlapci/dievčatá, nar. 2016-2024 – 200m
- 2 - Zajace - chlapci/dievčatá, nar. 2014-2015 – 600m
- 3 - Líšky - chlapci/dievčatá, nar. 2012-2013 – 900m
- 4 - Medvede - chlapci/dievčatá, nar. 2008-2011 – 1500m

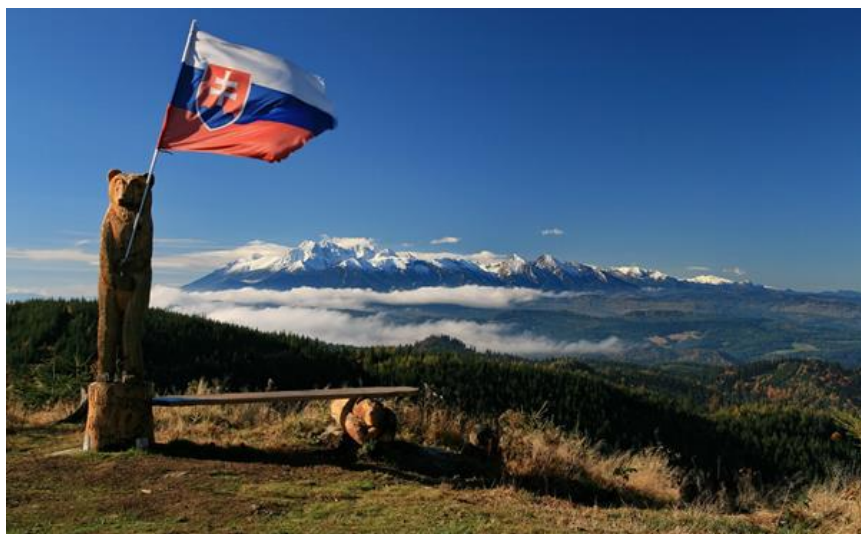


## O BEHU

---

Bežecké preteky v lesoch organizované mestom Podolíneec a milovníkmi hôr.

V krásnom prostredí. Veterný vrch (1 111 m.n.m.) je dominantný vrchol v severnom pohorí Spišská Magura, na ktorom kulminuje trať behu a z ktorého je prekrásny výhľad na Vysoké Tatry a Pieniny. Tento vrchol dosiahnu iba bežci na dlhej trati.



Prvá edícia behu si dúfame získa srdcia milovníkov behu v lesoch. Najmä svojou úchvatnou traťou vedúcou divočinou Podolínskych lesov, panoramatickými výhľadmi a v neposlednom rade i uvoľnenou a kamarátskou atmosférou.

Do prípravy a realizácie podujatia vkladáme svoje celé srdce. Našou ambíciou je pozdvihnúť kvalitu bežeckých podujatí v lesoch na Slovensku a umožniť každému účastníkovi a účastníčke zažiť krásny deň v horách. Nech si začiatočník, či elitný športovec - Beh Soviou Polanou privíta s nadšením každého.



## V DEŇ PRETEKOV

---

### Harmonogram

- **08:00 – 09:15** – prezentácia
- **09:20** – výklad trate
- **09:30** – hromadný štart
- **09:45** – detské preteky a detský program
- **10:30** – predpokladaný príchod prvých bežcov
- **11:00 - 12:30** – vydávanie teplých obedov v mieste hneď pri celi
- **12:00** – vyhlásenie výsledkov

### Praktické detaily

**Príchod:** Pozri, ako sa na štart, čo najrýchlejšie dostaneš, z dvoch smerov:

[Kežmarok - Podolíneec \(Kaplnka sv. Huberta, miesto pretekov\)](#)

[Stará Ľubovňa - Podolíneec \(Kaplnka sv. Huberta, miesto pretekov\)](#)

V Podolínci hneď na začiatku mesta sleduj usporiadateľské značenia.



Parkovanie áut budú koordinovať naši dobrovoľníci v reflexných vestách. Prosím, rešpektuj ich pokyny - parkovanie áut máme povolené iba na určitých miestach.

**Bezplatné parkovanie:** pre účastníkov Behu Soviou Poľanou je parkovanie áut zadarmo, pár metrov od štartu.

**Prezentácia:** v priestoroch štartu a cieľa - na zreteľne označenom mieste. Taktiež nám odovzdáš vytlačenú a podpísanú A4 s Prehlásením účastníka.

**Povinná výbava:** Chuť zabehať si v lese a zabaviť sa.

**Trat:** náhle odbočky na trati budú označené stuhami a niekde budú i dobrovoľníci. Spoznáš ich podľa reflexnej vesty. Na zopár miestach bude i živá kontrola.

**Občerstvenie na trati:** na približne 5. km a 11. km bude občerstvovačka – iontový nápoj, masli tyčinky, banány, soľ, magnézium a iné šmakocinky.

**Občerstvenie v cieľi:** nápoje a drobné občerstvenie.

**Teplý obed:** po príchode do cieľa bude vo Ferovej búde servírovaný teplý obed. Na mieste si môže teplú stravu zakúpiť i neúčastník.

**Detský program:** O detský program sa budú starať Lesy mesta Podolíneec s.r.o.



## Masérske služby

V cieľi budú k dispozícii i dvaja maséri, ktorí budú poskytovať masérske služby za veľmi priaznivé ceny.

## DOKUMENTY

---