

**PROPOZICE závodu Extrem Cup 2008****Termín:** 7. 6. 2008**Místo:** start a cíl - areál Žluté plovárny na Malé Skále u Turnova  
předávky - pod Kozákovem a na Žluté plovárně**Kategorie:** muži, ženy, veteráni**Pořadatel:** SUNDISK s.r.o.**Kontakty:** [info@extremcup.cz](mailto:info@extremcup.cz), [www.extremcup.cz](http://www.extremcup.cz)  
Ředitel závodu Martin Bauer ml. + 420 775 580 381  
Hlavní rozhodčí Petr Bažant + 420 775 580 385  
Marketing Jan Vrba + 420 775 580 389**Disciplíny:** Běh - MTB - Paragliding - MTB - Kajak (dle pořadí v závodě)

Běh: okruhy - 12 km / 650 m převýšení (šotolina, lesní cesty)

Mtb: 39 km / 1050 m převýšení, 2 části

Paragliding: výběh na Kozákov, let, bonusový úkol

Kajak: řeka Jizera, 6 km, slalom, splutí jezu, eskymák

**Přihláška:** online na [www.extremcup.cz](http://www.extremcup.cz) - do 28.5.2008. Po tomto termínu je možnost, ve výjimečných případech, přihlášení na místě.**Startovné:** členové ČAES - 1600 Kč, ostatní závodníci 2000 Kč.  
Registrovat se do ČAES bude možné online přihláškou či na místě.  
Platbu provádějte na účet číslo: 193691492/0300 ČSOB Jablonec n. Nisou.  
Přihláška se stává platnou připsáním peněz na účet.

Startovné zahrnuje: účast v závodě, změření času, občerstvení na trati závodu a v cíli, sleva na stanování v kempu, parkování, vstup na večerní koncert kapel, pamětní tričko pro každého člena týmu, zaslání výsledků e-mailem.

**Prezentace:** Bude probíhat v pátek (18:00-20:00) a v sobotu (8:00-9:00) v prostoru Žluté plovárny. Závodníci obdrží startovní čísla, měřicí chip (oproti 100Kč vratné záloze), prohlášení závodníka, propozice závodu a upomínkové předměty. Vedoucí týmu musí odevzdat podepsaná prohlášení od všech členů týmu.**Ceny:** Putovní pohár, diplomy, medaile a věcné ceny pro všechny umístěné v celkové hodnotě 100 000 Kč. Předávání cen proběhne v prostoru Žluté plovárny

**PROGRAM závodu Extrem Cup 2008**

pátek 6.6. 18:00 - 20:00 hodin – prezentace - Žlutá plovárna

sobota 7.6. 8:00 - 9:00 hodin – prezentace - Žlutá plovárna  
9:30 hodin - výklad tratí - Žlutá plovárna  
11:00 hodin – start závodu - Žlutá plovárna  
14:00 hodin - předpokládaný konec závodu – Žlutá plovárna

Oficiální výsledky: 60 minut po skončení závodu  
Vyhlášení vítězů: 30 minut po zveřejnění výsledků

**Časomíra:** Závod bude měřen profesionální časomírou SportSoft. Každý závodník musí startovat s chipem, který mu byl přidělen při prezentaci. Pokud toto nedodrží, bude diskvalifikován celý tým.

**Konec závodu:** Závod končí projetím posledního závodníka cílem. Limit pro dokončení závodu je 16:00 hod. Po uplynutí této doby budou všechny týmy, které budou na trati, diskvalifikovány.

**Zdravotní zajištění:** Závod bude zajištěn záchrannou službou a lékařem. Kajak bude zajištěn vodními hlídkami.

**Parkování:** Pro závodníky bude připraveno parkování zdarma v obci Malá Skála. 300 m od prostoru Startu a Cíle.

**Občerstvení:** Občerstvovací stanice pro závodníky v prostoru startu a cíle a pod Kozákovem  
Pro diváky bude připraveno tradiční občerstvení v areálu Žluté plovárny



## POPIS disciplín:

**Běh:** 1. disciplína v pořadí, délka: cca 11 km, převýšení: cca 650 m



Po startu vybíhá běžec po turistické cestě na Kalich, obíhá kolečko kolem Sokola a sbíhá zpět na Malou Skálu okolo Suchých Skal. Po proběhnutí prostorem Žluté plovárny vybíhá po červené turistické značce na Sokol, následuje seběh do místa předávky na Žluté plovárně. Zde předává štafetu cyklistovi.

- běží se dva okruhy po vyznačené trase
- start - předávkový koridoru na Žluté plovárně
- cíl - předávkový koridoru na Žluté plovárně
- značení - fáborky, na křižovatkách a rozcestích šipky, hlídky
- trasy vedou po turistických stezkách a loukách
- náročný, ale překrásný terén skalním městem

**Mtb:** 2. disciplína v pořadí, délka: cca 39 km, převýšení: cca 1000 m



Po obdržení štafety na Žluté plovárně vyrazí biker po stejné trase jako běžec, kterou po cca 1,5 km opustí. Po rozdělení tras vyjíždí z lesa v obci Michovka, odbočí vpravo po silnici z kopce dolů. Silnice přechází v polní cestu a poté cestu lesní. Na konci sjezdu čeká prudká zatáčka vlevo na asfaltovou silničku (rozc. Betlémský mlýn), která mírně stoupá až do Klokočí. V obci se napojí na hlavní silnici, kterou vzápětí opustí směrem na Rotštejn. Odtud se vrací do Koberov a dále po cyklostezce do Prackova, a poté pod Hamštejnským hřebenem pod Kozákov. Zde předá biker štafetu letci. Po předávce biker vyčká na splnění úkolu paraglidisty. Do další části vyjíždí po obdržení předávky. Z pod Kozákova biker vyráží přes Komárov směr Chuchelna, Smrčí a Železný Brod. V Železném Brodě uhýbá na silnici směr Koberovy, kterou zhruba po 1km opouští na lesní cestou k Jizeře a míří dále přes Líšný míří na předávku na Žlutou plovárnu. Trať je značena směrovými šipkami (ty závodníci uvidí při výkladu trati), na větších křižovatkách jsou hlídky.

**POZOR!!** Závod se jede za plného silničního provozu a závodníci jsou povinni dodržovat pravidla silničního provozu.

- závodníci jsou povinni jet pouze po vyznačené trati
- odpadky odhazovat pouze na kontrolních stanicích
- zkrácení trati či nedodržení těchto pravidel bude potrestáno diskvalifikací
- závodí se dle pravidel ČSC, soutěžního řádu MTB a tohoto rozpisu
- podmínkou účasti je plná ochranná přilba
- závodník smí závod absolvovat pouze na jednom kole
- na trati nesmí přijmout pomoc cizí osoby



**Paragliding:** 3. disciplína v pořadí, délka: běh cca 1 km, slet, plnění úkolu



Po předávce pod Kozákovem vybíhá paraglidista na Kozákov. Ve vyznačeném prostoru na Kozákově provede předstartovní přípravu, a přebíhá na startovací plochu. Po přípravě na vzlet a následném odstartování musí splnit úkol (varianty dle povětrnostních podmínek: hod z výšky na cíl / přesnost přistání / let nad cíl). Po splnění úkolu přistane na vyznačeném místě pod Kozákovem a předá štafetu zpět bikerovi.

Přesná pravidla budou zveřejněna v den závodu – dle aktuálních povětrnostních podmínek a počasí.

- pořadatel zajistí přesun paraglidistů a jejich vybavení na místo startu jejich disciplíny. Podrobnosti při výkladu tratí.
- podmínkou startu jsou platný pilotní průkaz
- technický průkaz ke kluzáku
- pojištění a přilba

**Kajak:** 4. disciplína v pořadí, délka: cca 6 km

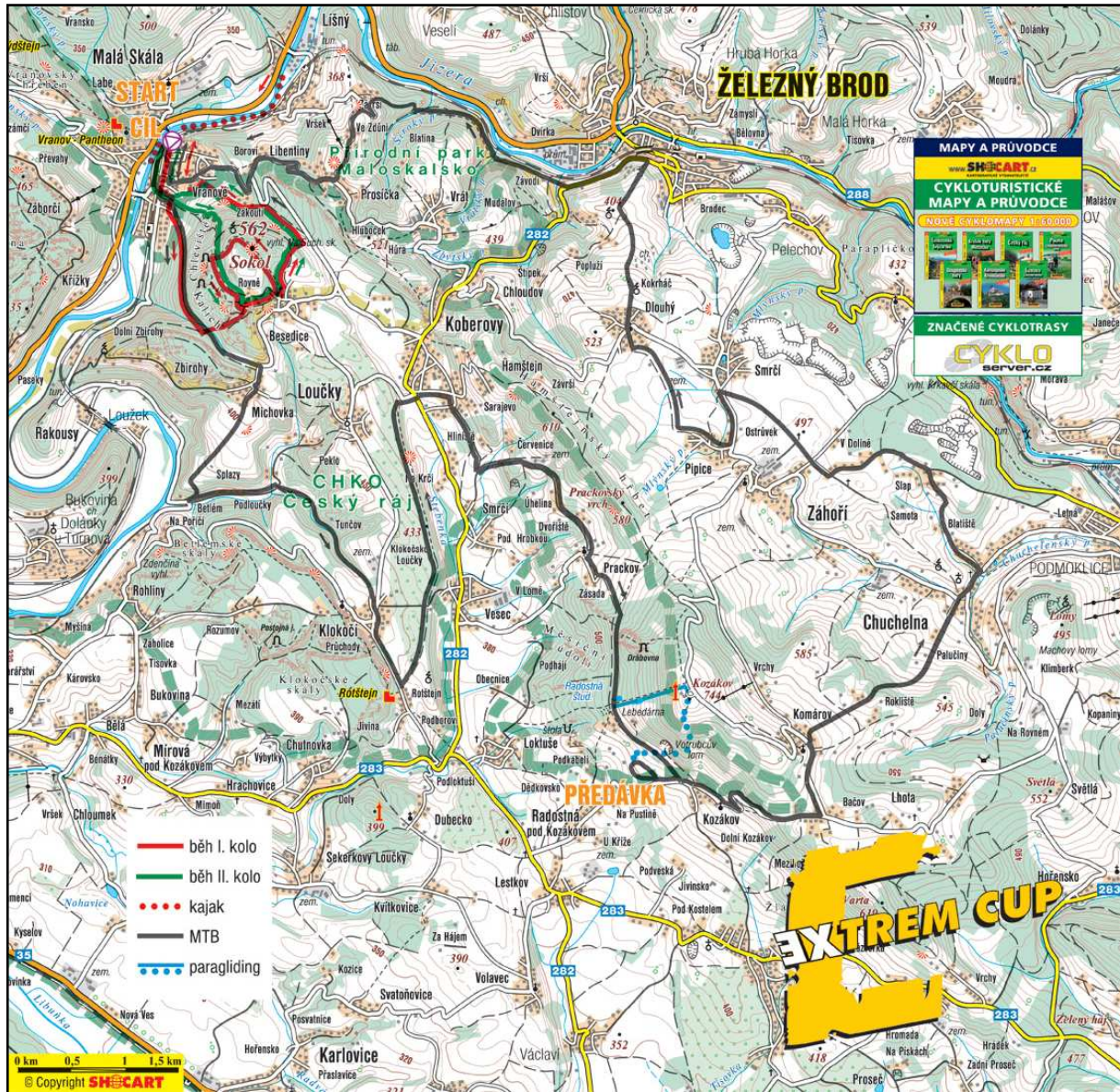


Po předávce na Žluté plovárně, běží závodník vymezeným koridorem nad jezem, zde bere svůj kajak, vylézá s ním na rampu, nasedá do kajaku, sjíždí do vody a vydává se proti proudu. Následně projíždí závodník brankami, po ujetí cca 1 km přijíždí k bojce, kterou objede a pádluje zpět ke Žluté plovárně. Zde projíždí brankovištěm a kolem bojky nad jezem vyráží na další okruh. Závodník absolvuje celkem TŘI okruhy. Na konci třetího okruhu provede závodník ve vymezeném prostoru povinný prvek - eskymácký obrat. Eskymácký obrat musí být proveden tak, že závodník je povinen se vynořit na druhé straně lodi, než na kterou se zanoří do vody. Není povoleno z lodi vyskočit, či vynořit se na stejné straně. V případě, že závodník obrat nezvládne, musí plavat s lodí ke břehu na stranu směrem k restauraci Pod Panteonem. Až po řádném nasednutí do lodi se může na kajaku vydat k jezu. Poté závodník sjíždí jez, vysedá na levé straně, vybíhá nad jez, znovu nasedá do lodi a pádluje k cíli závodu. Ve vymezeném prostoru vysedá a běží k cílové bráně, cílem musí proběhnout s kajakem i pádlem v ruce.

- maximální délka lodí je 405 cm – lodě budou zkontrolovány před startem. Přípustné jsou pouze slalomové lodě a lodě menší délky (lodě pro sjíždění divoké vody – „plastáky“, speciály).
- nejsou povoleny sjezdové lodě, lodě pro rychlostní kanoistiku, ani turistické „hybridy“ ve tvaru doutníku (délka cca 425 cm). Rozhodující je délka!
- přilby a vesty jsou povinné.
- Závodník vybíhá s helmou a vestou. Pádlo a špricku může mít připravenou v lodi.



**MAPA závodu:**



**PRAVIDLA závodu:**

- Závod začíná v sobotu v 11.00 v prostoru u Žluté plovárny.
- Start je hromadný, na zvukový signál, první disciplínou je běh.
- Závod končí po dojetí posledního závodníka cílem.
- Závod je určen 4 členným týmům v kategoriích: muži, ženy, veteráni. Umožněn je i start smíšeným družstvům a jednotlivcům.
- Kategorie budou vyhlášeny při účasti minimálně 4 týmů v dané kategorii.
- Do kategorie veteráni je zařazeno družstvo, v němž 3 jeho členové jsou starší 40ti let a celkový věk družstva míněno součet věků jednotlivých závodníků) je vyšší/roven 160ti.
- Závodník může absolvovat pouze 1 jednu disciplínu.
- Podmínkou účasti ve všech disciplínách je dobrá zdravotní kondice a souhlas se startem na vlastní nebezpečí.
- Minimální věk pro start v závodu je 16 let. Závodník mladší 18ti let musí mít ke startu souhlas rodičů.
- Oficiální výsledky jsou zveřejněny 60 minut po dojetí posledního závodníka cílem.
- Vyhláší se 1. - 3. místo kategorie muži, ženy, veteráni a 1. místa jednotlivých disciplín.
- Celkově vítězné družstvo získává putovní pohár jehož autorem je designér Rony Plesl, všichni umístění získávají diplomy, medaile a také hodnotné ceny od našich sponzorů.
- Na webových stránkách budou zveřejněny i časy všech jednotlivých úseků.
- Pravidla pro jednotlivé disciplíny najdete v popisu těchto disciplín.
- V závodě se počítá pořadí štafety po projetí posledního závodníka štafety cílem.
- Závod se pořádá za plného provozu, každý závodník se ho účastní na vlastní nebezpečí, každý závodník nese odpovědnost za škody způsobené na věcech a zdraví svém, pořadatele i třetích osob.
- Protesty je možné podávat do 40 minut po vyvěšení výsledků závodu, poplatek je 600 Kč.
- Pořadatel si vyhrazuje právo na změnu v pravidlech a tratích závodu.

**Poznámka:**

**Prosíme závodníky a dále všechny diváky a návštěvníky, kteří se přijdou na EXTREM CUP podívat, aby se pohybovali pouze po značených cestách a dodržovali obecná pravidla pro pohyb v přírodě.**

**EXTREM CUP se koná se svolením Správy CHKO Český ráj a výše zmíněné zásady je třeba dodržet nejen kvůli ochraně přírody, ale i kvůli dalším ročníkům závodu.**

Děkujeme.

