

## Charakteristika projektu projektu: Vrchlapák 2010

Termín: únor – prosinec 2010

**Hlavní garant : DDM Pelíšek , Husova 212, Vrchlábí, Královéhradecký kraj, Město Vrchlábí a firma JOVE.**

Pořadatelé jednotlivých závodů: Obec Strážné, Město Vrchlábí, Atleti Vrchlábí, , Obec Benešov u Semil, obec Víchová nad Jizerou, TJ Benešov, ČSK Vysoké nad Jizerou, Kulturní dům Střelnice Vrchlábí, Přátelé ze Šetlánu, firma ENERVIT popř. další sponzorské firmy v jednání.

Dlouhodobá celoroční soutěž sestávající z různých disciplín ve vytrvalostních sportech: v běhu na lyžích, v běhu terénem, jízdy na horských kolech a závodum na kolečkových lyžích. Všechny disciplíny mají jedno společné, a to profil trati – převážně do vrchu nebo i více kopců a z toho vyplývající příznačný název projektu a titul pro vítěze: **VRCHLAPÁK**

Jedná se o čtyři samostatné závody v běhu na lyžích, běh v terénu, jízda na kole a jízda na kolečkových lyžích nebo in-line bruslích, doplněné turistickým přejezdem Krkonoš na lyžích a letní turistiko- sportovní akci na trase :Benešov-Zlaté návrší . Celý seriál vyvrcholí závěrečným Vánočním jarmarkem ve Vrchlábí spojeným s vyhlášením a dobovými závody lyžníků postaru v běhu rozestavném.

Všechny disciplíny spojuje náročnost trati a značné výškové převýšení, kdy tratě vedou převážně do vrchu a z toho vyplývající název projektu a titul pro vítěze: **VRCHLAPÁK 2010**. Cílem je motivovat dorost, mládež a dospělé k provozování pravidelných pohybových aktivit a svoji připravenost a fyzickou a technickou vyspělost i porovnat s trénovanými jednotlivci i běžnou populací. Soutěž je určena pro širokou veřejnost od 14 let až po veterány a úzké specialisty v různých disciplínách.

Propojenost s vánočním jarmarkem při závěrečném setkání lyžníků a tradičními řemesly provozovanými v Krkonoších v minulosti je zárukou zachování tradice krkonošských horalů pro další generace. Nezanedbatelná je funkce poznávání a chránění přírody a krajiny Krkonoš.

Soutěž je určena pro širokou veřejnost od 14 let až po veterány a úzké specialisty v různých disciplínách, ale i celé rodiny.

Chceme ukázat, že sportovat se dá v jakémkoliv věku a za skromných a nenáročných podmínek. Např. při turistickém přejezdu Krkonoš je to vedení veškerého občerstvení s sebou a samostatné orientační měření času plně spoléhá na zásady fair –play. Zároveň je velmi zajímavé porovnání různých cyklických druhů sportu v jedné soutěži, která bude jakousi obdobou IRONMANA na Havaji a naváže na plnění Pinguina z 90. let minulého století. Závěrečné klání v prosinci na historických dřevěných lyžích potom dává možnost udělat si představu o vynikající kondici a fyzických dispozicích průkopníků lyžování a při Vánočním jarmarku vynikne šikovnost dávných řemeslníků.

Předpokládáme, že série závodů a akcí Vrchlapák přiláká ke zdravému životnímu stylu další zájemce z řad mladé generace a přispěje tak k celkově lepší fyzické i zdravotní kondici a tudíž lepší připravenosti na řešení obtížných životních situací v životě. Zároveň by mělo vést k opouštění konzumního života a pohodlnosti např. při dopravě do zaměstnání s méně využíváním vozového parku...

Projekt jsme rozjeli podle časového harmonogramu jednotlivých akcí a jejich plněním dosáhneme cílů projektu – viz. dále harmonogram projektu.

Místa konání : Krkonoše

Bližší určení : Obec Strážné – turistická cesta na Klínovy boudy a bufet na rozcestí, Město Vrchlabí – Žalý – Špindlerův mlýn , Obec Benešov u Semil, Vysoké nad Jizerou, Obec Poniklá nad Jizerou , Kulturní dům Střelnice ve Vrchlabí a zámecký park ve Vrchlabí.

#### **Harmonogram projektu:**

**20.2.2010** 1. závod „Kákův memoriál“ běhu na lyžích na 20 km Strážný - Klínovy boudy- Bufet a zpět.

**4.4. 2010** Turistický přejezd Krkonoš z Benecka v délce 55 km

**19.6.2010** 2. Závod -horský běh na 25 km z Vrchlabí

**2.8.2010** Turistická část cestou necestou aneb jdi či běž 35 km jak můžeš z Benešova na Zlaté návrší

**19.9. 2010** 3. závod v jízdě na horských kolech na trati 35 km

**2.10.2010** 4. Čtvrtmaraton na kolečkových lyžích či in-line bruslích

**18.12.2010** se uskuteční závěrečné vyhlášení celkových výsledků „**Vrchlapák 2010**“ ve Vrchlabí v rámci Vánočního jarmarku a dobových lyžařských závodů postaru. FINANČNĚ BUDE odměněno prvních 10 závodníků v absolutním pořadí po přepočtu věkovými koeficienty .

Do soutěže se a započítávají a bodují tři disciplíny + dvě za účast v turistické části. specialisty v různých disciplínách.

## Seznam akcí:

Kategorie hodnocené samostatně v každém závodě :

- |                                  |                                 |
|----------------------------------|---------------------------------|
| 1) děvčata dorost 14 – 17 let    | 2) chlapci dorost 14 – 17 let   |
| 3) juniorky - mládež 18 - 26 let | 4) junioři - mládež 18 - 26 let |
| 5) ženy 27 - 40 let              | 6) muži 27 - 40 let             |
| 7) ženy 41 a víc let             | 8) muži 41 a víc let            |

**Vrchlapák – Vrchlabačka 2010 : absolutní pořadí bez rozdílu věku a pohlaví  
po vynásobení bodovým koeficientem**  
( více dole v odst. hodnocení )

### 20. únor :

1. závod na lyžích volnou technikou na 20 km se startem ve Strážném v rámci **Kákova memoriálu**. Místo konání : Strážné v Krkonoších – prezentace v budově Obecního úřadu  
Trasa: Strážné – Klínovy boudy- Bufet na rozcestí a zpět.

Přihlášky : e- mailem na adresu: **ddm.pelisek@tiscali.cz** , nebo na místě nejpozději 1 hodinu pře startem

### 4.dubna :

Turistický přejezd Krkonoš „K 70“ 10 členných družstev **k uctění památky Hanče a Vrbaty 97. výročí 24.3.1913**

Místo a datum konání: Benecko: SO -4.4.2010, start v 8.00 h. od lyž. buněk Přihlášky do 31.3.2010: e-mailem: **vejnar3@seznam.cz** dejte vědět i tj.

Prezentace: v hotelu KUBÁT od 7.00 , nejdéle 1/2 hodinu před startem ! –  
4.Technika: volná

Ceny a vyhlásování výsledků –100 minut po dojetí prvních 3 družstev a dále průběžně do 16 hodin na hotelu Kubát.– tzn. každé družstvo obdrží ceny, které si při vyhlásování výsledků podle pořadí vybere. Vítězná hlídka obdrží putovní pohár !

### 19. červen :

2. závod v běhu na 25 km ve Vrchlabí v rámci Krakonošovy stovky se startem ve Vrchlabí.

Místo konání : Vrchlabí – prezentace v DDM Pelíšek, Husova 12

Trasa: Vrchlabí – kaplička v Kněžicích- Žalý – Rovinka – Špindlerův Mlýn- Strážné – Vrchlabí.

Přihlášky : e- mailem na adresu: **ddm.pelisek@tiscali.cz** , nebo na místě 1 hodinu pře startem

Start: před DDM Pelíšek ve Vrchlabí v 11.00 hodin

**2. srpen:** Turistická část cestou necestou aneb jdi či běž jak můžeš z Benešova na Zlaté návrší.(Délka dle zvolené trasy +- 35 km. Přihlášky na místě.

## 19. září :

3. závod **na horských kolech** se startem ve Vrchlabí na trati 35 km

Místo konání : Vrchlabí – prezentace v DDM Pelíšek, Husova 12

Trasa: Vrchlabí – kaplička v Kněžicích- Žalý – Rovinka – Špindlerův Mlýn- Strážné – Vrchlabí. Přihlášky : e- mailem na adresu: [ddm.pelisek@tiscali.cz](mailto:ddm.pelisek@tiscali.cz) , nebo na místě 1 hodinu pře startem. Rozpis bude zveřejněn a upřesněn v průběhu května 2010

## 2. říjen:

4. závod **čtvrťmaratón na kolečkových lyžích** se startem v Poniklé nad Jizerou a cílem na Rezku

Místo konání : Poniklá nad Jizerou – prezentace v budově Obecního úřadu .

Start : všechny kategorie v 11.00

Rozpis bude zveřejněn a upřesněn v průběhu července 2010

## 18. prosinec:

**Vyhlášení celkových výsledků „Vrchlapák 2010, Vrchlapačka 2010,, při Vrchlabském vánočním jarmarku s možnou účastí na lyžařských závodech postaru.**

Ceny : **finanční pro prvních 10 závodníků v absolutním pořadí .**

věcné pro první 3 závodníky v jednotlivých kategoriích.

Startovné: **300,- Kč pro celý seriál, v případě platby za jednotlivé závody 100 Kč.**

Ubytování : **Můžeme zajistit na základě předběžného zjednání**

- Hodnocení :** 1) Výsledky každého závodu jsou samostatně vyhlášovány a vítězové odměňováni bezprostředně po dojetí závodníků do cíle .  
2) Celkové hodnocení se uskuteční 19. prosince u příležitosti Vrchlabského jarmarku a závodech postaru vyhláší se podle získaných bodů v jednotlivých závodech:

### Bodové hodnocení:

Body v jednotlivých závodech budou přidělovány dle umístění účastníka bez rozdílu kategorií a pohlaví. Bodujeme umístění odzadu, tzn. poslední závodník obdrží 1 bod, druhý od konce 2 body atd. Zohledněný je i časový rozdíl, kdy závodník , který má před dalším odstup větší než 1 minutu , získává za každou minutu náskoku 1 bod. Dále pokračuje hodování opět po 1 bodu a zase se zohledňuje časový odstup před dalším závodníkem. Z celkových výsledků bude v průběhu soutěže hodnoceno průběžné pořadí v jednotlivých kategoriích.

V případě závodu družstev tj. 4.4.2010 všichni členové 1 družstva získávají shodný počet bodů, odpovídající umístění družstva. Boduje se hlavně účast a podle pořadí odzadu bez časových bonifikací tzn. poslední družstvo 1bod , předposlední 2 body atd.

V turistické letní části posledních 10 účastníků získává 1 bod, dalších 10 před nimi 2 body atd. Pouze 3 nejrychlejší mají nárok na 1,2, resp. 3 body navíc.

Závěrečné vyhlášení se skládá ze 2 částí.

- a) vyhlášení a finanční odměnění 10 nejlepších v absolutním pořadí bez rozdílu věku po vynásobení celkového bodového zisku příslušným koeficientem a předání poháru pro nejlepšího s titulem : Vrchlapák – Vrchlabačka 2010:
- b) bodové koeficienty pro věkové kategorie

1) děvčata dorost 14 – 17 let	<b>x 1,3</b>	2) chlapci dorost 14 – 17 let	<b>x 1,15</b>
3) juniorky a ženy 18 - 40 let	<b>x 1,1</b>	4) junioři a muži 18 - 40 let	<b>bez koeficientu</b>
5) ženy 41 až 50 let	<b>x 1,2</b>	6) muži 41 až 50 let	<b>x 1,05</b>
7) ženy 51 až 60 let	<b>x 1,25</b>	8) muži 51 až 60 let	<b>x 1,15</b>
9) ženy 61 až 70 let	<b>x 3</b>	10) muži 61 až 70 let	<b>x 1,5</b>
11) ženy 71 a více let	<b>x 8</b>	12) muži 71 a více let	<b>x 4</b>
Nad 75let	<b>10,</b>		<b>resp. 5</b>

Hlavní pořadatel: DDM „Pelíšek“ Vrchlabí, kontakt 737 840 857,

Více informací získáte na stránkách: <http://vrchlapak.ddmvrchlabi.cz/> nebo [ddmvrchlabi.cz](http://ddmvrchlabi.cz)

Za všechny pořadatele

Josef Vejnar

Vrchlabí

## **Olympijský den 2010**

Termín: 23.června 2010

Charakteristika: závody v běhu pro širokou veřejnost a žáky a dorost Vrchlabska pořádané pod záštitou Mezinárodního olympijského výboru a Českého olympijského výboru.

Místo konání: Stadion manželů Zátopkových Vrchlabí

Pořadatel: DDM „Pelíšek“ Vrchlabí

Kontakt: 732 274 871, mail: [ddm.pelisek@tiscali.cz](mailto:ddm.pelisek@tiscali.cz)

Bližší informace: [www.ddmvrchlabi.cz](http://www.ddmvrchlabi.cz)