

Sokol Benešov a TJ Benešov u Semil Vás tímto zvou na 15. ročník

Běhu na Zlaté návrší 2014

„Lyžařovo letní trápení „

Datum: Neděle 3. srpna 2014

Start: 8,00 hodin (změna času kvůli vysokým teplotám), hromadný od sportovního areálu Benešov u Semil,
startovné 50,- Kč

Cíl: mohyla Hanče a Vrbaty na Zlatém návrší

Trasa: **Trasu si každý volí sám!!** Důležitá je předstartovní příprava nad mapou a zvolení optimální trasy. Důležitý je celkový čas běhu, který si každý měří sám (v cíli bude pořadatel s náhradními věcmi). Nejkratší není vždy nejrychlejší! Tato akce je především pro zkušené horské běžce!!

Délka běhu: cca 28 km, náročnost je na úrovni maratónu vzhledem k obtížnosti terénu, a převýšení. Běh je asi polovinou po silnici a polovinou terénem (dle zvolené trasy). Nově je ožno s vlastním zajištěním absolvovat i zpáteční cestu s otočkou na Zlatém návrší!

Občerstvení: doprovodné auto s občerstvením (nápoje a vlastní občerstvení) nad Příkrým, Roprachtice u Kravína, Horní Dušnice, Zlaté návrší (cíl).

Servis a doprovod: doprava základních věcí do cíle, zpětný odvoz zajištěn, vhodný je osobní doprovod na horském kole rodinným příslušníkem každého běžce nebo kamarádem.

Bližší info: Ing. Jan Martinec, tel 737 212 711, Roman Lukeš 777 217 237, www.benesovusemil.cz

Závod je součástí turistické části seriálu Vrchlapák 2014

Upozornění: Vzhledem k tomu, že se **akce** koná na území KRNAP **není** tímto **oficiální**. Dodržujte zásady pohybu v přírodě!!