

## CO TO VLASTNĚ JE TURISTICKÝ ZÁVOD?

Jde o skloubení běhu a dovedností - nestačí mít jen rychlé nohy, ale musíš i znát a uplatnit vše ostatní při zátěži.

## ALE POJĎME NA TO OD ZAČÁTKU!

Turistické závody se běhají v mnoha turistických oddílech mládeže Asociace TOM a Klubu českých turistů, běhají je i skauti, pionýři, orientační běžci, různá sportovní uskupení, ale i závodníci, kteří nejsou nikde organizovaní.

Není se čeho bát - buď získáš informace přímo v oddílech, či na webových stránkách závodu, kde je vše popsáno.

[www.turisticky-zavod.cz](http://www.turisticky-zavod.cz)

Závodit může v podstatě každý - stačí umět číst a být trochu samostatný. Takže od 6-ti let, až do té doby, co kdo vydrží. Zoufat ale nemusí ani ti mladší - můžou vyrazit na trať v nesoutěžní kategorii spolu s rodiči, sourozenci, kamarády - zkrátka s doprovodem.

Jaká jsi kategorie, si určitě najdeš sám, pak je důležité si pamatovat svoji barvu trati - od průkazu, přes fáborky až po značení kontrol.



Modrou barvu má nejmladší žactvo - do 10-ti let  
Bílou barvu má mladší a starší žactvo - 11 až 14 let  
Červenou barvu má dorost a dospělí - 15 let a starší



### Jak to bude dlouhé:

modří mají trať dlouhou 2 - 3 km / bílá je o něco delší 2 - 4 km / červená je nejdelší a měří 4 - 6 km

Po trati jsou rozmístěny jednotlivé kontroly - o nichž se dovíš vše na dalších stránkách.

## TAK A JDEME NA TO!!!

**Co na sebe a s sebou:** oblečení si zvol takové, v čem se cítíš pohodově a botky běžecké.

**Sebou potřebuješ:** startovní průkaz - ten dostaneš od pořadatele, propisku (ne červenou) a závodníci bílé a červené trati ještě navíc buzolu.

Na trati tě čeká celá řada kontrol - začněme těmi, na které se můžeš připravit doma a do průkazu se křížkuje správný výraz.

Ano skutečně se křížkuje a to X jiná možnost není přípustná. Důležité je tedy zaznamenat správnou odpověď X (křížkem).

Natrěnuj si i to křížkování - není to nic složitého, chce to skloubit nejen znalostí, ale i správný X do startovního průkazu.

Pořádně se rozmysli kam a co křížkujes - dodatečná oprava není přípustná.

Vzor správně zaškrtnuté odpovědi

A	<input checked="" type="checkbox"/>
C	D