**MČR long – 14.9.2025 – Kralupy nad Vltavou**

**Délka závodu – 9.205 metrů – bez převýšení.**

Závod se startuje mimo Kralupy nad Vltavou – závodníci tam budou odvezeni smluvním autobuse (cca 12 km jízdy) – čas přistavení bude upřesněn, ale předpokládá se ve 12 hodin s odjezdem ihned po vyhlášení MČR v supersprintu.

Nenechávejte si žádné věci v autobuse, ten pojede po vysazení závodníků pryč. Možnost nechání věcí bude u startu a jejich převoz autem pořadatelů.

Čas startu bude odvislý od dojezdu do místa vysazení a předstartovní přípravy – 15 minut.

Startovní interval bude určen podle počtu závodníků – jak celkového, tak v jednotlivých kategoriích.

**Většina závodu vede po cyklostezce do Kralup, která je většinou i červenou turistickou značkou. Místy se můžou vyskytnout i osobní auta.**

**Dodržujte pravidla – pohybu po komunikaci.**

**Značení závodu – na odbočkách jsou pořadatelé, občas se objeví červený fáborek, červená šipka či nastříkaná oranžová šipka.**

**Označení kontrol a testové otázky jsou na červeném podkladě.**

**Pořadatelé a rozhodčí jsou vybaveni tričky – rozhodčí TZ**

**Start** (přívoz Na Dole – Libčice) – Po zapsání času do startovního průkazu vybíháme od přívozu cyklostezkou (asfalt – místy písková cesta) a na vzdálenosti 1 km od startu nás čeká **K 1 – orientace mapy** (zorientování mapy vlastní busolou), pokračujeme stále cyklostezkou a červenou značkou podél Vltavy (zde je již možnost pohybu motorových vozidel). Na vzdálenosti cca 2,5 km od startuje umístěna **K2 – uzlování**. Dále stále cyklostezkou (pozor červená značka odbočuje k zámku) až k tůni pod obcí Chvatěruby – zde bude pořadatel pro zabezpečení závodu. Vběhneme na hráz a na vzdálenosti cca 3,6 km od startu je **K3 – dřeviny** (všechny dřeviny jsou živé). Pokračujeme dále, za tůní podél Vltavy a pod koncem sportovního areálu vbíháme zpět na cyklostezku a červenou značku - zde bude pořadatel pro zabezpečení závodu. Po pravé straně na vzdálenosti cca 4,1 km od startu je **K4 – TT značky**. Pokračujeme stále cyklostezkou a červenou značkou podél Vltavy - mírný kopeček nás navede pod zahrádky, za nimi bude pořadatel pro zabezpečení závodu. Po pravé straně na vzdálenosti cca 4,8 km od startu je **K5 – KPČ.** Cesta nás dovede k silnici nábřeží J.Rysa – vede zde stále cyklostezka a červená turistická značka. Zde bude pořadatel pro zabezpečení závodu. Běžíme až k lávce pod mostem TGM – zde bude před a za lávkou pořadatel k zabezpečení závodu. Mineme odbočku na lávku přes řeku a asfaltovou silničkou sbíháme k tůním - zde bude pořadatel pro zabezpečení závodu. Běžíme podle tůní již bez asfaltu, mineme ohniště a po cca 6,8 km od startu nás čeká **K6 – odhad vzdálenosti** (každý si zapisuje do průkazu sám). Dále pěšinou pod zahrádkami až k cestě vedoucí od vody - zde bude pořadatel pro zabezpečení závodu. Pokračujeme cestou mezi tůní a zahrádkami k loděnici - zde bude pořadatel pro zabezpečení závodu (výběh na místní komunikaci), Dáme se vlevo a po chvíli je tu lesopark - zde bude pořadatel pro zabezpečení závodu. Pokračujeme a cca 7,8 km od startu nás čeká **K7 – lanová lávka**. Dále stále cestou – vede zde modrá turistická značka a cca 8,2 km od startu nás čeká **K8 – azimutové úseky** (jsou pro všechny společné). Od posledního azimutu nás trasa zavede na cestu a ta nás přivede na turistickou základnu – pod ní bude pořadatel pro zabezpečení závodu. Na základně je umístěna cca 9,2 od startu **K9 – překážková dráha** – jako první je kontrola plížení a po ní hod míčkem (závodník si je sám odebírá z připraveného košíku). Krátký sprint a po 9,25 km je tu **cíl.**

Závodník odevzdá startovní průkaz a číslo.

Vyhlášení výsledků bude 5 minut po doběhu posledního účastníka závodu.

Na kontrole K2 a K6 bude zabezpečena voda.