

Město Žandov ve spolupráci se SK Spartak Žandov z.s. pořádají v neděli  
13. listopadu 2022 obnovený 26. ročník lesního běhu

# ŽANDOVSKÁ DESÍTKA

Běh je závěrečným závodem Okresní běžecké ligy (XXV. ročník) 2022

**Prezentace:** od 8:00 hod. v turistické chatě SK (vedle areálu koupaliště směrem na Volfartice)  
minimálně 0,5 hod. před startem své kategorie. Větší skupina, ale i jednotlivci je možno lépe  
přihlásit se předem na níže uvedenou e-mailovou adresu.

**Startovné:** dospělí 50,- Kč, junioři, dorost a žactvo zdarma.

**Trat':** hlavní závod na 10 km - 3 km asfalt, 7 km lesní zpevněné cesty převýšení 120 m, pro mládež  
kratší tratě od 100 m.

**Ceny:** První tři závodníci v každé kategorii obdrží diplom a drobnou cenu dle možností pořadatele.

**Občerstvení:** pro závodníky zajištěn čaj, sušenky.

**Poznámka:** závodníci startují na vlastní nebezpečí, za zdravotní stav závodníků zodpovídá vysílající  
složka, u neregistrovaných, závodník sám za děti rodiče, trenéři.

**Informace:** Oldřich Slaměný, Pod Dubovkou 261, 471 07 Žandov u České Lípy.,  
mobil: 725 191 961, e-mail: [o-slameny@seznam.cz](mailto:o-slameny@seznam.cz)

*Hlavní sponzoři:*

Město Žandov

Sauer Žandov, a.s. – výroba kompresorů

Kategorie a časový plán:

Start – hod.	Kategorie	Ročník	Trat'
9:30	Dívky do 5 let	2017 a ml.	100 m
9:30	Chlapci do 5 let	2017 a ml.	100 m
9:35	Žákyně do 7 let	2015 - 16	200 m
9:35	Žáci do 7 let	2015 - 16	200 m
9:50	Žákyně do 9 let	2013 - 14	500 m
9:50	Žáci do 9 let	2013 - 14	500 m
10:00	Žákyně do 11 let	2011 - 12	1000 m
10:10	Žáci do 11 let	2011 - 12	1000 m
10:20	Mladší žákyně	2009 - 10	1000 m
10:30	Mladší žáci	2009 - 10	1000 m
10:40	Starší žákyně	2007 - 08	1000 m
10:50	Starší žáci	2007 - 08	2000 m
10:50	Dorostenky	2005 - 06	2000 m
11:05	Mílařky (vložený závod)	Bez rozdílu věku	4000 m
11:05	Mílaři (vložený závod)	Bez rozdílu věku	4000 m
11:05	Dorostenci	2005 - 06	4000 m
11:05	Juniorky	2003 - 04	4000 m
11:30	Muži A (hlavní závod)	1983 - 2002	10000 m
11:30	Muži B do 49 let (hlavní závod)	1973 - 1982	10000 m
11:30	Muži C do 59 let (hlavní závod)	1963 - 1972	10000 m
11:30	Muži D do 69 let (hlavní závod)	1953 - 1962	10000 m
11:30	Muži E nad 70 let (hlavní závod)	1952 a starší	10000 m
11:30	Ženy A (hlavní závod)	1988 - 2002	10000 m
11:30	Junioři (hlavní závod)	2003 - 04	10000 m
11:30	Ženy B do 44 let (hlavní závod)	1987 - 78	10000 m
11:30	Ženy C nad 45 let (hlavní závod)	1977 a starší	10000 m

Pořadatel si vyhrazuje právo při malé účasti závodníků v některé z kategorií tyto spojit a urychlit časový plán.  
Pořadatel si rovněž vyhrazuje právo při nezpůsobilém terénu plánované tratě (zejména u mládežnických  
kategorií) tuto změnit a zvolit náhradní trasu i délku tratě. Závodníci budou včas informováni.

**Pozor:** Vzhledem k nejisté pandemické situaci jaká nastane v termínu závodu bude nutno dodržovat  
aktuální hygienická nařízení vlády jak pořadatelé, závodníky a jejich doprovodem tak i diváky.