

Sokol Benešov a TJ Benešov u Semil Vás tímto zvou na

Běh na Zlaté návrší 2022

„Lyžařovo letní trápení „

Datum: neděle 31. července 2022

Start: 8,00 hodin, hromadný od sportovního areálu Benešov u Semil, **startovné 50,- Kč**

Cíl: mohyla Hanče a Vrbaty na Zlatém návrší

Trasu si každý volí sám!! Nezbytná je předstartovní příprava nad mapou. Důležitý je celkový čas běhu, který si každý měří sám. Nejkratší není vždy nejrychlejší! Tato akce je především pro zkušené horské běžce!!

Délka běhu: cca 27 km, převýšení cca 1400 m. Náročnost trati je vzhledem k obtížnosti terénu a převýšení na úrovni maratónu. Běh je zčásti po silnici a zčásti terénem (dle zvolené trasy).

Občerstvení: doprovodné auto s občerstvením (nápoje a vlastní občerstvení) na vybraných místech na (Škodějov, Roprachtice, Horní Dušnice) a v cíli (Zlaté návrší).

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

Bližší info: Roman Lukeš, tel. 777 217 237, Jan Martinec, tel. 705 228 042, www.benesovusemil.cz

Upozornění: Upozornění: Jedná se o společný měřený trénink, nikoli o oficiální organizovanou akci.
Zčásti se běží na území KRNP, dodržujte zásady pohybu v přírodě!!