

Polánka Kros 2015, v sobotu 25.4. ve Smilových Horách

4. ročník

Trasy závodu jsou vedeny členitým, pestrým terénem okolí Smilových Hor, převážně po lesních a polních cestách s krásnými výhledy do kraje. Můžete trénovat přímo na trati závodu dle mapky v příloze.

Muži poběží okruh v délce 8,5 km, ženy v délce 6,5 km, žáci a žákyně poběží 1,7 km na Hůrku, děti do 10 let kolečko 200 m na fotbalovém hřišti. Trasy 8,5, 6 nebo 3,4 km můžete absolvovat také nezávodně, v turistické kategorii.

Prezentace bude od 14:00 do 14:30 v turistické ubytovně, start závodu na fotbalovém hřišti, cíl tamtéž (kromě kategorií žáci a žákyně, které budou mít cíl na Hůrce (u vysílače).

Start závodu dětí bude v 14:30, start všech ostatních kategorií v 15:00.

Kategorie a délka trati 4. ročníku závodu Polánka Kros:

děti do 10 let (ročník 2003 a mladší): kolečko v délce 200 m na fotbalovém hřišti

žáci 11 - 15 let (ročník 2002 - 1998): trasa v délce 1,7 km ze Smilových Hor na Hůrku (k vysílači)

žákyně 11 - 15 let (ročník 2002 - 1998): trasa v délce 1,7 km ze Smilových Hor na Hůrku (k vysílači)

junioři 16 - 20 let (ročník 1997 - 1993): trasa délky 8,5 km

juniorčky 16 - 20 let (ročník 1997 - 1993): trasa délky 6 km

muži M1, 21 - 39 let (ročník 1992 - 1974): trasa délky 8,5 km

muži M2, 40 - 59 let (ročník 1973 - 1954): trasa délky 8,5 km

muži M3, 60 let a více (ročník 1953 a starší): trasa délky 8,5 km

ženy Ž1, 21 - 39 let (ročník 1992 - 1974): trasa délky 6 km

ženy Ž2, 40 let a více (ročník 1973 a starší): trasa délky 6 km

turistická kategorie (věkově neomezeno): trasy délky 8,5, 6 a 2 x 1,7 km

- lze pojmout jako procházku a pokochat se výhledy do kraje a jarní přírodou nebo jako soutěž se sebou samým, sportovněji se startovním číslem a měřeným časem - klusem, indiánským během nebo rychlejší chůzí