



FRÝDECKO-MÍSTECKÝ BĚŽECKÝ POHÁR

2019

38. ROČNÍK

1. sobota	23. 3.	BĚH OKOLO OLEŠNÉ start 11.30 hod.	14.ročník M 6 km	Frýdek-Místek Ž 3 km
2. středa	3. 4.	ŠTANDL KROS start 17.30 hod.	19.ročník M 6 km	Frýdek-Místek Ž 2 km
3. středa	10. 4.	TROJKA NA DRÁZE start 17.00 hod.	28.ročník M 3000 m	Frýdek-Místek Ž 3000 m
4. úterý	16. 4.	JAKUBŮV LESNÍ BĚH DŮLNÁKEM start 17.30 hod.	36.ročník M 9 km	Vratimov Ž 9 km
5. sobota	27. 4.	BĚH HRÁDKEM start 10.30 hod.	25.ročník M 8 km	Hrádek Ž 3 km
6. neděle	12. 5.	BĚH JABLUNKOVEM start 15.30 hod.	15.ročník M 8 km	Jablunkov Ž 4 km
7. neděle	19. 5.	VOJKOVICE - PÍSKOVNA start 11.30 hod.	1.ročník M 9 km	Vojkovice Ž 5 km
8. středa	22. 5.	PĚTKA NA DRÁZE start 17.00 hod.	15.ročník M 5000 m	Frýdek-Místek Ž 5000 m
9. neděle	2. 6.	BĚH MEZI NÁMĚSTÍMI start 11.00 hod.	13.ročník M 5 km	Frýdek-Místek Ž 5 km
10. středa	26. 6.	DESÍTKA NA DRÁZE start 17.00 hod.	2.ročník M 10000 m	Třinec Ž 10000 m
11. pátek	30. 8.	PALKOVICE-KUBÁNKOV start 17.00 hod.	8.ročník M 17 km	Palkovice Ž 17 km
12. neděle	8. 9.	RAŠKOVICKÝ ČTVRTMARATÓN start 11.00 hod.	3.ročník M 10,55 km	Raškovice Ž 10,55 km
13. středa	18. 9.	SLEZANSKÁ HODINOVKA start 16.30 hod.	43.ročník M 1 hodina	Frýdek-Místek Ž 1 hodina
14. sobota	5. 10.	ZLATÝ PODZIM start 10.30 hod.	25.ročník M 10 km	Vratimov Ž 10 km
15. sobota	12. 10.	BAŠŤANSKÁ ŠESTKA start 11.00 hod.	6.ročník M 6 km	Baška Ž 3 km
16. středa	16. 10.	FRÝDECKÁ MÍLE start 17.00 hod.	15.ročník M 1 míle	Frýdek-Místek Ž 1 míle
17. sobota	19.10.	OSTRAVICKÝ KROS start 11.00 hod.	3.ročník M 8 km	Ostravice Ž 6 km
18. sobota	2. 11.	HORNICKÁ DESÍTKA start 14.30 hod.	34.ročník M 10 km	Frýdek-Místek Ž 10 km
19. sobota	16. 11.	PASKOVSKÁ DEVÍTKA start 11.30 hod.	2.ročník M 9 km	Paskov Ž 9 km
20. sobota	7. 12.	PŘEDVÁNOČNÍ BĚH start 11.30 hod.	36.ročník M 8 km	Frýdek-Místek Ž 3 km

Podmínky soutěže

Do soutěže se započítávají pouze výsledky závodníků s trvalým bydlištěm ve Frýdku-Místku a okolí a závodníků s členstvím v atletických oddílech Frýdecko-Místeka.

Kategorie

Muži 20 - 34 let	roč. 1999 - 1985
Muži 35 - 44 let	roč. 1984 - 1975
Muži 45 - 54 let	roč. 1974 - 1965
Muži nad 55 let	roč. 1964 a starší
Ženy 20 - 34 let	roč. 1999 - 1985
Ženy 35 - 44 let	roč. 1984 - 1975
Ženy nad 45 let	roč. 1974 a starší

Hodnocení soutěže

Závody se bodují v každé kategorii následujícím způsobem :

Závody	Super	Ostatní		Super	Ostatní
1. místo	50 bodů	25 bodů	11. místo	20 bodů	10 bodů
2. místo	45	22	12. místo	18	9
3. místo	42	20	13. místo	16	8
4. místo	39	18	14. místo	14	7
5. místo	36	16	15. místo	12	6
6. místo	33	15	16. místo	10	5
7. místo	30	14	17. místo	8	4
8. místo	27	13	18. místo	6	3
9. místo	24	12	19. místo	4	2
10. místo	22	11	20. místo	2	1

Za každý absolvovaný závod se závodníkovi připočítávají 2 body, za závod kategorie super 4 body.

Každému závodníkovi se započítává do konečného hodnocení 14 nejvyšších bodových výsledků, maximálně však 7 ze závodů Super. Při rovnosti bodů rozhoduje o konečném pořadí :

1. vzájemné soubroje, 2. vyšší počet závodů, 3. vyšší bodový zisk z 15. závodu a v případě i této rovnosti vyšší bodový zisk z každého dalšího závodu.

Vyhlášení výsledků

Vyhlášení vítězů se bude konat v lednu 2020 na "Slavnostním zakončení atletického roku" oddílu atletiky Tělovýchovné jednoty Slezan Frýdek-Místek, z.s.

Výsledky budou průběžně zveřejňovány na nástěnkách stadiónu TJ Slezan a na internetových stránkách oddílu atletiky - www.atletikafm.cz.

Ceny

Prvních pět závodníků ve všech kategoriích obdrží ceny dle možností pořadatelů a štědrosti sponzorů Frýdecko-místeckého poháru, za předpokladu startu minimálně ve čtrnácti závodech. Pro účastníky, kteří absolvují všechny závody, bude připravena speciální cena pořadatele.