

Den orientace v přírodě

Rozpis veřejného závodu v orientačním běhu

Datum: sobota 23.06.2018

Místo: Ostrava-Hrabová – Areál hřiště TJ Sokol na Paskovské ulici

Doba prezentace: 9:30 hod. přihlášky na místě do 10:00 hod.

Start: od 10:00 intervalový pro výkonnostní běžce,

11:00 do 12:00 pro příchozí

10:40 krátká instruktáž pro nováčky v prostoru tanečního parketu

Pořadatel: ÚMOB Hrabová,

Technické provedení: SKOB Ostrava

Shromaždiště a prezentace: Sokolské hřiště v Ostravě-Hrabové

Občerstvení: drobné v místě

Parkování: v okolí hřiště a na břehu Ostravice – směr k Vratimovu

Dejte přednost dopravě MHD, pěšky nebo na kole ☺.

Kategorie:

Trať A – pro zkušené, kategorie **AH** muži, **AD** – ženy délka 5 km

Trať B – pro rekreační běh + chůze **BH** muži, **BD** – ženy délka 3km

Trať C – začátečníci **CH** - muži, **CD** – ženy, **CRD** - rodiče s dětmi

1,7 km na břehu řeky (možno i s kočárkem)

Příchozí: - procházka s s mapou - hledání kontrol ve volném pořadí

Startovné pro jednotlivé kategorie:

AH, AD - 30,-Kč splatné při prezentaci

ostatní BH, DH, CH, CD a CRD bezplatně

Přihlášky: možno na místě

Pro kategorie AH, AD, BH, BD, CH, CD se účastníci mohou přihlašovat do čtvrtka do 21. 06. 2018 v přihláškovém na e-mail: mozaika-ob@seznam.cz (nebo na místě).

Napište: jméno, příjmení, trať, a můžete - sportovní klub nebo neregistrovaní

Ražení: klasické průkazky, na kontrolách tréninkový lampion se zavěšenými kleštěmi

Převlékání: možné v areálu hřiště – na shromaždišti.

Upozornění a varování:

Závod proběhne za plného silničního provozu. Každý se účastní závodu na vlastní zodpovědnost a riziko!!! Za děti odpovídají jejich zákonní zástupci.

Trať závodu mohou vést po chodníku podél ulice Mostní s hustým provozem aut.

Tak dávejte **POZOR ! POZOR ! POZOR !**

Mapy:

měřítko 1 : 5 000, e=2m, mapoval a kreslil Tomáš Vavřík.

Mapa nebude vodovzdorně upravena.

Vzhledem ke krátké trati a zázemí předpokládáme konání za každého počasí

Na Vaši účast se těší pořadatelé.

Orientační sporty jsou synonymem pro pohyb v přírodě s mapou, ať už po vlastních nohou, na horském kole nebo třeba v zimě na běžkách.

Orientace v přírodě i ve městě

Úkolem závodníka orientačního sportu je překonat danou trať v co nejrychlejším čase. Trať je tvořena tzv. kontrolami, na kterých se nachází oranžovo-bílý lampión a speciální kleště k zaznamenání průchodu kontrolou.

Každý závodník kromě mapy nese svoji papírovou průkazku, do které si průchod na kontrole označí proštípnutím. Po průchodu kontrolou (tzv. "oražení") může závodník pokračovat ve své trati.

Mezi jednotlivými kontrolami si závodník volí trasu dle svého uvážení – někdo obtížným terénem, přes křoví, překonává kopec, jiný si jej naopak oběhne po delší, ale rychlejší cestě. Odtud tedy pramení slovo orientační. O výsledku tak nerozhoduje jen sportovní výkonost, ale i schopnost udržet chladnou hlavu a vybírat si nejlepší cestu.

Čtyři odvětví orientačních sportů

Český svaz orientačních sportů sdružuje čtyři sportovní odvětví – **orientační běh, orientační závody na horských kolech, lyžařský orientační běh a Trail-O.**

Orientační běh je nejstarší a nejrozšířenější disciplínou. V dnešní době ho v České republice provozuje přes deset tisíc registrovaných sportovců. Orientační závody na horských kolech a lyžařský orientační běh jsou výrazně menší, ale neméně zajímavá odvětví.

Nejmladší a nejodlišnější ze čtyř odvětví je Trail-O, který přináší výzvu orientace nejen hendikepovaným sportovcům. V Trail-O už nehraje roli rychlý přesun mezi kontrolami, ale precizní čtení mapy a určování přesného umístění kontroly.

Orientační sporty jsou pevně spjaté s přírodou a orientací v ní. Spojují fyzickou výkonnost s psychickou námahou, což je mezi sporty unikátní kombinace. Závodníci se dělí do jednotlivých kategorií dle věku a výkonnosti. Orientační sporty jsou vhodné pro všechny věkové i výkonnostní kategorie – od vrcholově trénujících elitních závodníků, přes malé děti doprovázené rodiči, až po 70leté zkušené veterány.