

13. Pomladni tek - Jesenice 2020

sobota 21.3.2020, Jesenice, trg na Stari Savi

Program

09:45 Skupinsko ogrevanje pred tekom za otroke

10:00 Posamični teki za otroke

10:15 Družinsko-prijateljski tek trojk

11:00 Pomladni tek Jesenice 2020 na 10 km

Teki za otroke

Tako kot vsako leto na tekaški prireditvi najprej pričnemo s posamičnimi teki za najmlajše na različne razdalje za različne starostne kategorije. Tudi letos v nobeni od kategorij ne bomo razglasili skupnih zmagovalcev. Naša želja je, da je zmagovalec vsak, ki nastopi na tekaški prireditvi in uspešno priteče v cilj. Ob prijavi na tek vsak tekač dobi svojo štartno številko, po teku pa medaljo in kremno rezino.

Na tek za najmlajše se lahko prijavite na dan prireditve med 9:00 in 9:30 na prireditvenem prostoru.

Družinsko-prijateljski tek trojk

Povabi, sošolca, prijatelja, mamo, očeta, babico, dedka ... sestavi svojo trojko in skupaj v trojki odteči 600m, 1200m ali 1800m v poljubnem tempu.

Prijava ekipe za Unescov Tek trojk je obvezna in brezplačna, lahko se prijavite na portalu www.prijavim.se ali na dan prireditve med 9:00 in 9:45 na prireditvenem prostoru. Vsak prijavljen tekač v ekipi dobi svojo štartno številko, priložnostno darilo, kremno rezino in spominsko medaljo.

13. Pomladni tek Jesenice 2020 na 10 kilometrov

Na že 13. Pomladni tek Jesenice 2020 se lahko prijavite preko portala www.prijavim.se.

Startnina za tek na 10 km je 8 € v predprijavi (do nedelje, 15.3.2020) in 10 € na dan tekmovanja (vsak tekač prejme praktično darilo in bon za prehrano, predprijavljeni pa tudi personalizirano štartno številko).

V času teka bodo ceste, po katerih se teče, zaprte za promet.

Nagrade: Prvi v vsaki kategoriji prejme pokal, prvi trije v vsaki kategoriji prejmejo medalje, poleg medalj pa bo tudi nekaj praktičnih nagrad.

Prijave na teke bodo možne na spletnem portalu PRIJAVIM.SE. Po prijavi dobite na vaš elektronski naslov podatke za nakazilo prijavnine. Pretekli [absolutni zmagovalci in zmagovalke](#) teka na 10 km se lahko prijavijo BREZPLAČNO, v tem primeru nas kontaktirajte, da vas vpišemo med prijavljene.

Na tek se lahko prijavi vsak, ne glede na starost, spol ali kondicijsko pripravljenost, torej vsi, ki se počutite sposobne preteči zeleno razdaljo. Teče se na lastno odgovornost.

Ob teku bodo hkrati potekale različne **delavnice**, ki jih za obiskovalce pripravljajo [Osnovna šola Koroška Bela](#), [Gornjesavski muzej Jesenice](#), [Zdravstveni dom Jesenice](#) in [Mladinski center Jesenice](#). V času dogajanja bo na prizorišču postavljena tudi plezalna stena.

Zdravstveni dom Jesenice bo za vse, ki bi se želeli preizkusiti, pripravil 6-minutni test telesne zmogljivosti na razdalji 15 metrov, opravljal meritve krvnega tlaka, sladkorja in vsem tekačem med teki zagotovil nudenje prve pomoči in nujnih ukrepov.

Prireditve je organizirana v sklopu prireditev ob **občinskem prazniku Občine Jesenice**. Vzporedno s prireditvijo bo na Stari Savi potekal tudi [Jožefov sejem](#). Po razglasitvi tekaških rezultatov nas bo zabavala glasbena skupina.

Več informacij o celotnem dogajanju na:

- 051 685 240 Gaber, 041 682 871 Primož ali mail: zsj.programi@siol.net

Več informacij: kategorije, trasa teka...:

- [Kategorije](#)
- [Absolutni zmagovalci](#)
- [Trasa teka na 10 km](#)
- [Video predstavitev trase Pomladnega teka](#)
- [Kako do starta?](#)