

GREATEST RACE OF ALL TIME



REKORD ŠMARNE GORE



TEK NA ŠMARNO GORO

25. Rekord Šmarne gore
41. Tek na Šmarno goro

9. – 10. oktober 2020



41. TEK NA ŠMARNO GORO

PRVENSTVO SLOVENIJE V GORSKIH TEKIH

MEDNARODNA TEKMA WMRA

RAZPIS

ORGANIZATOR: »Tekaški klub Šmarnogorska naveza« v sodelovanju z gostilno Ledinek – Šmarna gora, Združenjem za gorske teke pri AZS in Svetovno zvezo za gorske teke (WMRA).

DATUM: SOBOTA, 10. OKTOBER 2020

KRAJ: Ljubljana, športni park Policijske akademije v Tacnu pod Šmarno goro (Rocen) in Šmarna gora

PROGE: dolga proga (proga »D«) poteka po gozdnih poteh Šmarne gore in Grmade; start je na Rocnu; na Grmadi je leteči, na vrhu Šmarne gore pa končni cilj za vse kategorije. Proga »B« ima start pri »Tacenski kapelici«, poteka po zadnjem delu (2,5km) dolge proge; proga »A« ima start na sedlu. Proga »C« ima start skupaj dolgo progo; razcepita se po 2,2km – ob okrepčevalnici.

Start obeh kratkih prog je na trasi dolge proge; za deklice in dečke bo organiziran odhod na start in sicer za mlajše ob 9:00, za starejše pa ob 9:20.

KATEGORIJE – PROGE – START:

Proga	Kategorija	Rojeni	PROGA	Start	
➤ Proga »A«:	Z/M 1 ml. deklice/dečki	U12	2009 – 11	0,65km +85m/-0m	9:55
	Z/M 2 deklice/dečki	U14	2007 – 08		10:00
➤ Proga »B«:	Z/M3 st. deklice/dečki	U16	2005 – 06	2,5km +250m/-30m	10:00
➤ Proga »C«:	Z/M4 mladinke/mladinci	U20	2001 – 04	5,1km +410m/-50m	10:00
	Z/MV 55 veteranke/veterani 5	V55	1961 – 65		
	Z/MV 60 veteranke/veterani 6	V60	1956 – 60		
	Z/MV 65 veteranke/veterani 7	V65	1955 in prej		
➤ Proga »D«:	Z/M5 članice / člani	U35	1981 – 00	10,0km +710m/-350m	10:10
	Z/MV 35 veteranke/veterani 1	V35	1981 – 85		
	Z/MV 40 veteranke/veterani 2	V40	1976 – 80		
	Z/MV 45 veteranke/veterani 3	V45	1971 – 75		
	Z/MV 50 veteranke/veterani 4	V50	1966 – 70		

PRVENSTVO SLOVENIJE V GORSKIH TEKIH velja za vse razpisane kategorije. Uvrščeni so le državljani Slovenije.

Veterani nad 55 let (kategorije Z/MV 55-60-65-70) načeloma tekmujejo na progi »C« (5km), lahko pa se odločijo za nastop na progi »D« (10km) v kategoriji članov. Prav tako se za nastop v kategoriji članov lahko odločijo veterani 35 – 54 let; s čimer pridobijo možnost pridobitve kategorizacije. Odločitev je potrebno opredeliti ob prijavi; kasnejše spremembe ne bodo možne.

V mednarodnem tekmovanju veljata samo absolutna moška in ženska kategorija na progi »D«. Člani nacionalnih ekip na progi »D« bodo startali iz prvega startnega bloka.

OZNAKE: proga je po celotni dolžini označena s trakovi, puščicami na papirju in kilometrskimi oznakami, ki kažejo oddaljenost do cilja. Na vseh pomembnejših razpotjih so redarji in zapore s trakovi.

PRAVICA NASTOPA – Vsak tekmovalec s podpisom na prijavnici soglaša z razpisom tekmovanja in splošnimi pravili AZS, WMRA in WA za organizacijo tekem v gorskih tekih, vključno s politiko boja proti dopingu in preprečavanju širjenja Corona virusa.

Organizator bo pred temovanjem objavil trenutno veljavne "kovid" ukrepe, ki bodo obvezujoči za vse udeležence.

PRIJAVE bo sprejemal organizator izključno v pred-prijavah do vključno ponedeljka 5. oktobra preko spletne strani prijavam.se (pojasnila na tel. 041 855 782)

- prijavnina 20€ za progi C in D (mladinci, člani, veterani) oziroma 10 € za progi A in B (otroci)
- V primeru prijave za obe tekmi (petkov Rekord in sobotni Tek, velja skupna startnina 30€ oziroma 15€ za otroke)
- Prijava preko spletne strani je veljavna ob plačani startnini.
- Prijave po roku za predprijie ali celo na dan prireditve niso možne!

RAZGLASITEV REZULTATOV tekmovanja bo ob 12:30 na vrhu Šmarne gore.

Na razglasitvi rezultatov Teka bodo proglašeni le absolutni rezultati Teka za progo »D« (10km). Najboljši prejmejo denarne nagrade kot je predvideno v tem razpisu, najhitrejša ženska in moški pa še pokal Teka.

Na razglasitvi Prvenstva Slovenije bodo proglašeni rezultati za vse razpisane kategorije. Najboljši trije po kategorijah prejmejo medalje Prvenstva Slovenije.

LIMITNI ČAS – tekmovalci na progi »D«, ko bodo prečkali kontrolno točko na Sedlu po 10:45, bodo tu preusmerjeni naravnost na Šmarno goro in bodo v rezultatih navedeni na koncu.

ORGANIZATOR BO ZAGOTOVIL:

- ⇒ medalje Prvenstva Slovenije za prve tri po kategorijah in pokal za zmagovalca absolutni konkurenci na progi »D«
- ⇒ spominsko darilo – unikatno vrhunsko tehnično majico
- ⇒ fotografijo vsakega tekmovalca, ki bo dostopna preko spletne strani
- ⇒ bilten pred tekmovanjem
- ⇒ prevoz opreme s starta na Rocnu na cilj; opremo je potrebno oddat najkasneje do 9:30
- ⇒ prehrano na cilju ter okrepčevalnice na cilju in progi glede na trenutno veljave »kovid« omejitev
- ⇒ zdravniško oskrbo na progi in na cilju
- ⇒ merjenje časov s čipi z vmesnimi časi na Grmadi in na koncu spusta;
- ⇒ izdajo biltena z absolutnimi rezultati ter objavo le teh na spletni strani takoj po tekmovanju
- ⇒ razglasitev rezultatov Prvenstva Slovenije in Teka s priznanji in nagradami (absolutni vrstni red na 10km progi):

Mesto / €	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.
moški	300	250	200	150	120	100	80	75	70	65	60	55	50	45	40
ženske	300	250	200	150	120	100	80	70	60	50	/	/	/	/	/

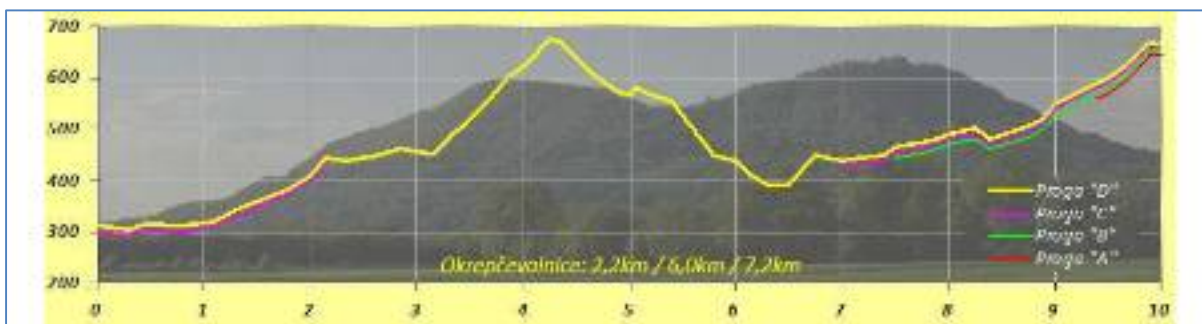
Dodatne nagrade Rekord proge »D« (10km) 250 €
 Vsak čas, boljši od dosedanjega rekorda 10 €/sek (moški: 41:32; ženske 47:40)

Kombinacija Rekorda in Teka – vsi, ki bodo uvrščeni na obeh tekmah (ne glede na kategorijo in progo Teka), bodo sodelovali v žrebanju lepih praktičnih nagrad. Ženska in moški z najboljšim seštevkom časov na obeh tekih bosta dobila posebni nagradi (pri Teku se upošteva samo proga 10km).

Za vse nagrade Teka in kombinacije velja, da se tekač, ki ni prisoten na podelitvi, odreče nagradi.

INFORMACIJE:

- **Tomo Šarf,** tel: 041 785 859; e-mail: tomo.sarf@helios.si ali
- **Matic Plaznik,** tel: 041 561 566; e-mail: matic.plaznik1@gmail.com ali
- **Gostilna Ledinek,** Šmarna gora, 1211 Lj-Šmartno, tel.: (01) 51 16 555
- **Spletna stran:** <http://smarnogorski-teki.smarnogorska-naveza.si>



25. REKORD ŠMARNE GORE

Petek, 9. oktober 2020

RAZPIS



Organizator: Tekški klub Šmarnogorska naveza

Kraj in datum: Tacen; petek, 9. oktober 2020 od 16:30 dalje

Prijave: samo v pred-prijavi do vključno ponedeljka, 5. oktobra 2020, preko <https://prijavim.se/>

Startnina: odrasli 20€, otroci 10€

Pred-prijava je veljavna ob plačilu startnine!

- V primeru prijave za obe tekmi (petkov Rekord in sobotni Tek), velja skupna startnina 30€ oziroma 15€ za otroke

Prevzem štartnih števil: na dan tekmovanja pri Policijski akademiji v Tacnu od 15:30 do 17:00 (tam je možno tudi parkiranje)

Kategorije:

Kategorija		Rojeni
Otroci *		2005 – 2011
Mladinke *	Mladinci *	2001 – 2004
članice	člani	1981 – 2000
ml. veteranke	ml. veterani	1971 – 1980
veteranke	veterani	1970 in prej

*otroci letnika 2005 in 2006 se lahko prijavijo na otroški (ne-tekmovalni) tek ali v starostno skupino mladincev/mladink

Start: neposredno ob vznožju Šmarne gore v Tacnu (»pri stopnici«)

Urniki štartov:

- 16:30 otroški tek
- 17:00 vse ženske kategorije
- 17:20 mlajši veterani, veterani
- 17:40 mladinci, člani

Organizator si pridržuje možnost spremembe urnika in organizacije štartov glede na število prijav in trenutno veljavne »kovid« omejitve.

Dokončen urnik bo objavljen dan po zaključku pred-prijav na spletnih straneh www.smarnogorska-naveza.si in <https://prijavim.se/>

Proga: štart je ob vznožju Šmarne gore v Tacnu (pri »stopnici«), po poti »čez korenine« do cilja na vrhu Šmarne gore.

- dolžina proge je 1,8km, višinska razlika štart/cilj 360m;
- proga bo na ključnih mestih označena s puščicami, na progi bodo redarji
- rekord - moški: 11:08 - Petro MAMU (ERI), 13. junij 2017,
- rekord - ženske: 13:18 - Mateja KOSOVELJ (SLO), 4. februar 2006

Limitni čas: tekmovalci, ki bodo za progo porabili več kot 30min, bodo zabeleženi v rezultatih kot »odstop«.

Prevoz garderobe na cilj je organiziran. Osebno garderobo za prevoz do cilja bo možno oddati ob prevzemu štartne številke pri Policijski akademiji – za otroški tek najkasneje do 16:15, ostali najkasneje do 16:45.

Okrepčevalnica: na cilju bo okrepčevalnica s hrano in pijačo (voda, čaj, sadje, razni prigrizki...). Delovanje okrepčevalnice bo prilagojeno trenutno veljavnim »kovid« omejitvam.

Nagrade, priznanja: Ob prijavi vsak tekmovalac prejme lepo praktično darilo.

- prvi trije tekmovalci v vsaki starostni kategoriji prejmejo kolajne in praktične nagrade,
- denarne nagrade:

mesto	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
ženske	150 €	120 €	100 €	80 €	60 €	50 €	50 €	50 €	50 €	50 €
moški	150 €	120 €	100 €	80 €	60 €	50 €				

Razglasitev rezultatov je predvidena ob 18:15 v ciljnem prostoru na vrhu Šmarne gore.

Otroški tek: Na otroškem teku lahko sodelujejo otroci letnika 2005 do 2011. Tek ni tekmovalnega značaja.

Otrokom bomo izmerili dosežen čas in objavili listo doseženih časov po abecednem redu.

Ob prevzemu štartne številke vsak tekmovalac prejme lepo praktično darilo sponzorja.

Med vse udeležence otroškega teka bomo izžrebali praktične nagrade.

Vsi udeleženci, ki pridejo v cilj pred iztekom limitnega časa 40 minut prejmejo spominsko kolajno.

Opomba: Pomoč tekmovalcem na progi ni dovoljena! Sem sodi tudi spremljanje - tek ali hoja ob tekmovalcu (otroku). Spremljevalci (starši itd.) lahko vzpodbujajo tekmovalce ob progi ali v cilju, lahko pa spremljajo tek tudi za starterjem, ki bo sledil zadnjemu tekmovalcu.

Organizatorji si srčno želimo, da bo dogodek za vse pozitivna izkušnja, dosežen čas pa samostojen športni dosežek vsakega posameznika.

Kombinacija Rekorda in Teka – vsi, ki bodo uvrščeni na obeh tekmah (ne glede na kategorijo in progo Teka), bodo sodelovali v žrebanju lepih praktičnih nagrad. Ženska in moški z najboljšim seštevkom časov na obeh tekih bosta dobila posebni nagradi (pri Teku se upošteva samo proga 10km).

Kontakt: Boštjan Novak, 041 670-141, bostjan.nov@gmail.com



GREATEST RACE OF ALL TIME



REKORD ŠMARNE GORE



VTEK NA ŠMARNO GORO

25. Šmarna gora Record

41. Šmarna gora Race

9. – 10. October 2020



41. ŠMARNA GORA MOUNTAIN RUNNING RACE

SLOVENIAN NATIONAL CHAMPIONSHIPS

WMRA ASSOCIATED RACE

REGULATIONS

ORGANIZER: Running club »Smarnogorska naveza« in co-operation with Athletic Federation of Slovenia – Mountain Running Committee, WMRA & WA and inn Ledinek, Smarna gora

DATE: SATURDAY, 10. OCTOBER 2020, start at 10:00 / 10:10

VENUE: Ljubljana; start in sport park Rocen, 10 km NW from Ljubljana; finish on the Smarna gora summit.

COURSES »C« and »D«: first 700 m asphalt, the rest forest path.

CATEGORIES – COURSES – START TIMES:

Course	Categories	born	COURSE	Start
➤ Course »A«:	Z/M 1 jun. girls/boys	U12	2009 – 11	0,65km +85m/-0m 9:55
	Z/M 2 girls/boys	U14	2007 – 08	10:00
➤ Course »B«:	Z/M3 sen. girls/boys	U16	2005 – 06	2,5km +250m/-30m 10:00
➤ Course »C«:	Z/M4 Juniors W/M	U20	2001 – 04	5,1km +410m/-50m 10:00
	Z/MV 55 Masters W/M 5	V55	1961 – 65	
	Z/MV 60 Masters W/M 6	V60	1956 – 60	
	Z/MV 65 Masters W/M 7	V65	1955 and bef	
➤ Course »D«:	Z/M5 Seniors W/M	U35	1981 – 00	10,0km +710m/-350m 10:10
	INTERNATIONAL Z/MV 35 Masters W/M 1	V35	1981 – 85	
	RACE Z/MV 40 Masters W/M 2	V40	1976 – 80	
	Z/MV 45 Masters W/M 3	V45	1971 – 75	
	Z/MV 50 Masters W/M 4	V50	1966 – 70	

The 41. Šmarna gora race is also NATIONAL MOUNTAIN RUNNING CHAMPIONSHIPS. The race is open to non-Slovenian runners, but, those runners can not compete for the title; they will compete for the race ranking and race prizes.

THE RIGHT TO COMPETE is not limited according to the propositions. Competitors are taking part on their own responsibility. With the signature everyone accepts those Regulations and general rules for organizing international Mountain running events including WMRA and WA antidoping policy and also the national "Covid restrictions".

ENTRIES: on line entries: www.prijavim.se up to Monday 5.Oct; **entry fee** 20€ (10€ for kids / U12, U14 and U16)
Late entries are not possible!

Entries for invited international class runners: no later than 28. Sept. 2020 by e-mail (Tomo Šarf)

ACCOMODATION for invited teams or individuals will be organized for those who will enter on time. There will be a pasta party for all invited athletes on Thursday evening. For the details and accommodation please contact LOC.

TRANSPORT of personal belongings from the start to the finish on the summit is provided. Personal bags will be collected till 9:30 close to the entry office.

STARTS OF COURSES »A« and »B« are located on the course »C« 2,5 and 0,65 km before the finish; guided departure is provided at 9:10.

STARTS OF COURSES »C« is the same as »D«. The courses split after 2,3km /water station/.

LIMIT TIME – runners on the course “D”, who will pass the control point at the “Saddle” /5,0km/ after 10:45, will be directed directly to the finish.

AWARD CEREMONY will take place on the Smarna gora summit at 12:30.

- First, there will be the prize ceremony for **absolute ranking women/men on the course “D” (10km)**.
- After that, there will be a prize ceremony for **Slovenian National Championships** according to all mentioned categories. Only Slovenian citizens will be included.

ORGANIZER WILL PROVIDE:

- memorial gift and a meal after the race for each competitor
- personal photo from the finish line – access via web site
- instruction booklet before and a booklet with results after the race
- transport of personal belongings from the start (Rocen) to the finish
- refreshment stations on the course and after the finish line
- medical service
- regularly updated web page with results on the day of the race
- announcement of results with prizes for absolute ranking on the course “D” as follows:

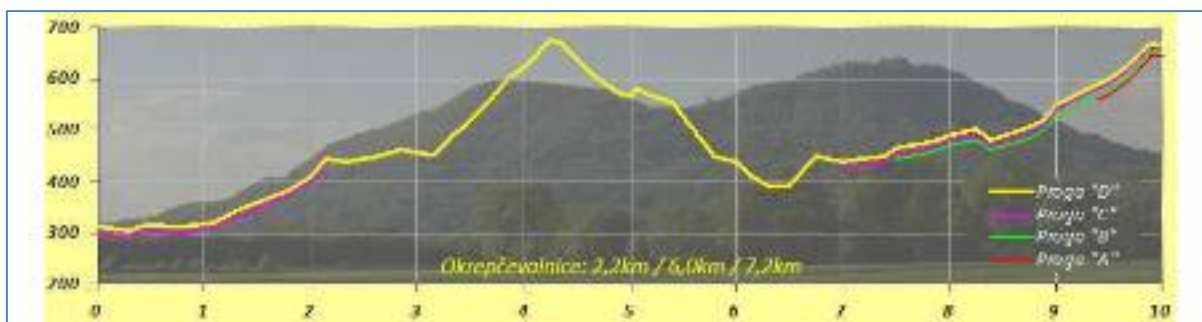
Place / €	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.
Men	300	250	200	150	120	100	80	75	70	65	60	55	50	45	40
Women	300	250	200	150	120	100	80	70	60	50	/	/	/	/	/

Additional awards Course record 250 €
Any result, better than existing record 10 €/sec (men: 41:32; women 47:40)

All the runners who will participate both races (Record on Friday and the Race on Saturday), will apply for special awards. The fastest women/men will receive special awards.

CONTACT: Tomo Šarf

- tel.: + 386 41 785 859 (mobil)
- e-mail: tomo.sarf@helios.si
- web site: <http://smarnogorski-teki.smarnogorska-naveza.si/en/home-2/>



25. ŠMARNNA GORA RECORD

Friday, 9. October 2020

Regulations



Organizer: Running Club Šmarnogorska naveza

Venue, Date: Tacen, Friday, 9. October 2020

Entries: please contact LOC, latest by 25. Sept.

The race is connected to the traditional Smarna gora Race, that will be held on Saturday. The organizer offers special arrangements to the international runners who will run both races.

Categories:

	Category	YOB
Kids *		2005 – 2011
Junior women *	Junior men *	2001 – 2004
Senior women	Senior men	1981 – 2000
Masters women 1	Masters men 1	1971 – 1980
Masters women 2	Masters men 2	1970 and before

* **Kids run** is not a competition; kids will walk the course with a guide who will control the pace.

* Kids born 2005 and 2006 can choose whether to run with the juniors in a race or to participate the Kid's run.

Start: At the Šmarna gora foothill / Tacen

Start times:

- 16:30 Kids run
- 17:00 women all cat. (juniors, seniors, masters)
- 17:20 men masters (40-50, 50+)
- 17:40 men juniors and seniors

The organizer has the right to change the start times and start procedures according to the current Covid restrictions.

Course: Start at the Smarna gora foothill / Tacen, finish on the Smarna gora summit, following the "Čez korenine" trail.

- Length/Ascent: 1,85km; + 360m
- The course will be signed and marshaled
- Course record - men: 11:08 - Petro MAMU (ERI), 13. June 2017
- Course record - women: 13:18 - Mateja KOSOVELJ (SLO), 4. Feb. 2006

Limit time: runners who will need more than 30 minutes to finish the race, will be signed as "DNF" in the results.

Luggage transport will be organized; runners need to leave their bags latest at 16:45 next to the start.

Refreshment station will be organized on the finish area.

Prizes: all the runners will receive a gift.

- Top 3 in each category will receive medals and nice gifts,
- Prizes for absolute ranking:

Place:	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
men	150 €	120 €	100 €	80 €	60 €	50 €	50 €	50 €	50 €	50 €
women	150 €	120 €	100 €	80 €	60 €	50 €				

Awards ceremony will be held at 18:15 on the Smarna gora summit

Contact: Boštjan Novak, 041 670-141, bostjan.nov@gmail.com

