



28. Rekord Šmarne gore

Petek , 4. oktober 2024

45. Tek na Šmarno goro

Sobota, 5. oktober 2024



28. REKORD ŠMARNE GORE

Petek, 4. oktober 2024

RAZPIS (stanje 6. jan 2024)



Organizator: Tekoški klub Šmarnogorska naveza

Kraj in datum: Tacen; petek, 4. oktober 2024 od 16:30 dalje

Prijave: od 10. avgusta do vključno ponedeljka, 30. sept. 2024, preko <https://prijavim.se/>

Startnina:

Prijava + plačilo – do vključno:	1. sept.	15. sept.	30. sept	po 30. sept.
Rekord	20 €	25 €	30 €	50 €
Tek	20 €	25 €	30 €	50 €
Rekord + Tek	30 €	40 €	50 €	80 €

- Prijava je veljavna ob plačilu startnine!
- Morebitne prijave po 30. septembru so možne direktno organizatorju (ne preko portala)

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
Mladinke	Mladinci	2005 – 2010
članice	člani	1985 – 2004
ml. veteranke	ml. veterani	1975 – 1984
veteranke	veterani	1974 in prej

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

Urniki štartov:

- 16:50 ŽENSKE - vse kategorije
- 17:10 MOŠKI - vse kategorije

Organizator si pridržuje možnost spremembe urnika in organizacije štartov glede na število prijav.

Dokončen urnik bo objavljen dan po zaključku sprejemanja prijav na spletnih straneh <https://prijavim.se/> in <http://smarnogorski-teki.si/>.

Proga: štart je ob vznožju Šmarne gore v Tacnu (pri »stopnici«), po poti »Čez korenine« preko Sedla po vozni cesti 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: 10:59 – Filimon ABRAHAM (GER), 9. oktober 2020
- rekord - ženske: 12:36 – Andrea MAYR (AUT), 30. september 2022

Limitni čas: udeleženci, 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, najkasneje do 16:30.

Okrepčevalnica: na cilju bo okrepčevalnica s hrano in pijačo (voda, čaj, sadje, razni prigrizki...).

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

- prvi trije tekmovalci v vsaki starostni kategoriji prejmejo kolajne in praktične nagrade
- denarne nagrade (nagradni sklad je 1320€):

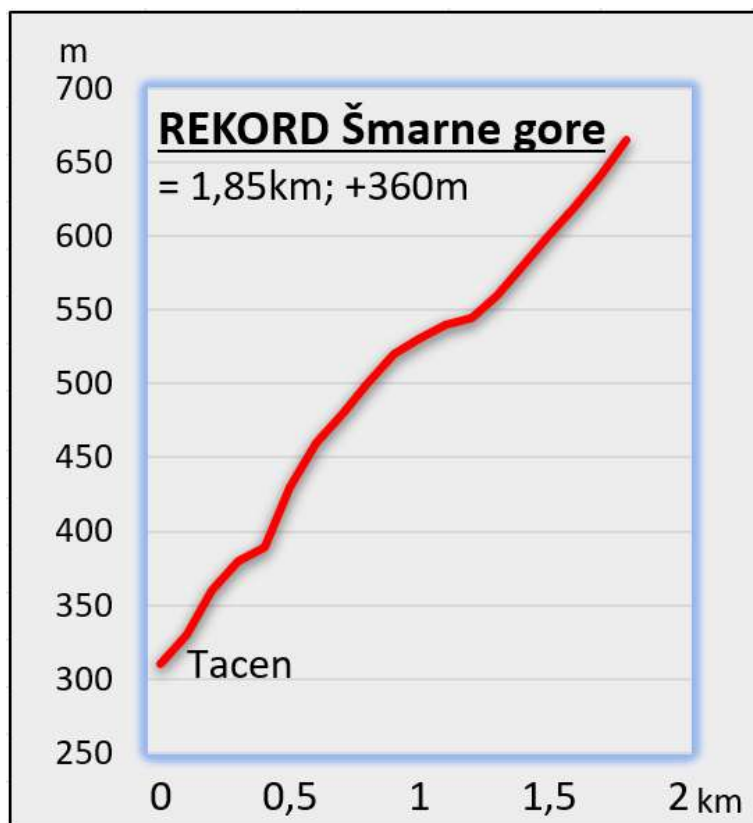
mesto	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
moški	150 €	120 €	100 €	80 €	60 €	50 €	50 €	50 €	50 €	50 €
ženske	150 €	120 €	100 €	80 €	60 €	50 €				

- Nagrada za izboljššan ženski ali moški rekord proge: 250 €

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

Kombinacija Rekorda in Teka – vsi, ki bodo uvrščeni na obeh tekmah (ne glede na kategorijo in progo Teka), bodo prejeli lepe praktične nagrade. 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





45. TEK NA ŠMARNO GORO

Sobota, 5. oktober 2024

SVETOVNI POKAL V GORSKIH TEKIH
POKAL SLOVENIJE V GORSKIH TEKIH

RAZPIS (stanje 1. junij 2024)

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, 5. OKTOBER 2024

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 9:15.

KATEGORIJE – PROGE – START:

Proga	Kategorija		Rojeni	PROGA	Start	
➤ Proga »A«:	Z 1	ml. deklice	U12	2013 – 16	0,65km +80m/-3m	9:50
	M 1	ml. dečki				9:55
	Z/M 2	deklice/dečki	U14	2011 – 12		10:00
➤ Proga »B«:	Z/M3	st. deklice/dečki	U16	2009 – 10	2,5km +245m/-30m	10:00
➤ Proga »C«:	Z/M 4	mladinke/mladinci	U20	2005 – 08	5,0km +405m/-50m	10:00
	Z/MV 9	st.veteranke/veterani #	60+	1964 in prej		
➤ Proga »D«: SVETOVNI POKAL	Z/M 5	mlajše članice / člani *	U23	2002 – 04	10,0km +705m/-350m	10:10
	Z/M 6	članice / člani	23-39	1985 – 01		
	Z/M 7	ml.veteranke/veterani	40-49	1975 – 84		
	Z/M 8	veteranke/veterani 2	50-59	1965 – 74		

* V letošnjem letu v Svetovnem pokalu uvajamo novost – kategorijo U23, s čimer želimo olajšati prehod mladincev v člansko kategorijo.

starejšim veteranom in veterankam (kategorija 60+) je načeloma namenjena 5km proga. Če posameznik želi, se lahko poda na dolgo progo, pri čemer bo uvrščen v vrstni red kategorije 50-59 let.

PRIJAVE bo sprejemal organizator od 10. avgusta do vključno ponedeljka 30.sept. preko spletne strani prijavim.se (operativna pojasnila - tel. 041 855 782)

Prijava + plačilo – do vključno:	1. sept.	15. sept.	30. sept.	po 30. sept.*
Rekord	20 €	25 €	30 €	50 €
Tek – progi 5 in 10km	20 €	25 €	30 €	50 €
Tek – otroci (progi 0,6 in 2,5km)	10 €	15 €	20 €	30 €
Rekord + Tek	30 €	40 €	50 €	80 €

➤ Prijava je veljavna ob plačilu startnine!

➤ * Morebitne prijave po 30. septembru so možne direktno organizatorju (ne kot spletne prijave)

PRAVICA NASTOPA – Vsak tekmovalac 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.

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

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

LIMITNI ČAS – tekmovalci na progi »D«, ko bodo prečkali kontrolno točko na Sedlu po 11:00, bodo tu preusmerjeni naravnost na Šmarno goro in bodo v rezultatih navedeni na koncu.

ORGANIZATOR BO ZAGOTOVIL:

- ⇒ medalje Teka za prve tri po kategorijah in pokal za zmagovalca absolutni konkurenci na progi »D«
- ⇒ spominsko darilo
- ⇒ fotografijo vsakega tekmovalca, ki bo dostopna preko spletne strani
- ⇒ bilten pred tekmovanjem
- ⇒ prevoz opreme s starta na Rocnu na cilj; opremo je potrebno oddati najkasneje do 9:30
- ⇒ prehrano na cilju ter okrepčevalnice na cilju in progi
- ⇒ 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 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	600	400	300	220	170	130	110	100	90	85	80	75	70	65	60
ženske	600	400	300	220	170	130	110	100	90	85	80	75	70	65	60

Dodatne nagrade Nov rekord proge »D« (10km, M/Ž) 500 €

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 prejeli lepe praktične nagrade. 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@gmail.com 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.si/>

