ÚSEK 1

POPIS PRE BEŽCA:

Štart je pred Hotelom Sorea Marmot. Beží sa dolu po ceste 250 m, odbočiť doľava okolo hotela Mikulášska chata, rovno cez parkovisko po širokých schodoch na turistický chodník značený modrou farbou, okolo Vrbického plesa, potom odbočiť doľava (0,6 km), stále pokračovať po modrej dolu dolinou, lesom, neskôr asfaltová cesta, až po napojenie na hlavnú cestu (3,7 km).

Doľava dolu po hlavnej ceste bez chodníka, beží sa vľavo, priestor pre bežca vytyčujú kužele. Mierne klesanie dolinou okolo jaskyne Slobody až po Demänovskú ľadovú jaskyňu, pri ktorej prejdite na druhú stranu cesty, kde začína chodník. Od Demänovskej ľadovej jaskyne (5,7 km) sa beží po chodníku na pravej strane cesty.

Na konci dediny Demänovská dolina, pri chovných rybníkoch (7,5 km), sa odbočí doľava, smer Pavčina Lehota, cesta je bez chodníka. Cez dedinu rovno, za cintorínom (8,2 km) doľava, mierne stúpanie. Odovzdávka je za obcou na pravej strane.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Z dôvodu limitovaného miesta na parkovanie v blízkosti štartu, platí pre motorové vozidlá „špeciálny režim". Prosíme vás, rešpektujte uvedené inštrukcie, prispejete tak k plynulému štartu podujatia:

1. Na štarte nie je kontrola povinnej výbavy motorových vozidiel. Teda prítomnosť áut na štarte nie je povinná.

2. Prosíme bežcov, ktorí sú ubytovaní v okolí štartu, aby prišli na štart bez auta.

3. Vozidlá prichádzajúce na štart z Demänovskej doliny, budeme odstavovať na záchytnom parkovisku Lúčky. Kapacita parkoviska ani doba státia tu nie je obmedzená.

4. Z parkoviska Lúčky, budeme púšťať na štart vozidlá tímov v pre nich nevyhnutnom čase - aby stihli prezentáciu a štart prvého bežca.

5. Na štarte je obmedzené parkovanie pri Hoteli Sorea Marmot, parkovať môžete aj na cestných komunikáciách za Hotelom Grand alebo za Hotelom Damián (viď mapa).

6. Prosíme vás, po štarte vášho tímu, bez čakania, urýchlene opustite parkovisko, aby sa uvoľnila kapacita.

Vozidlo bežca sa presúva po rovnakej trase ako bežec. Parkovisko k odovzdávke je pod bobovou dráhou. Na odovzdávku môže ísť len „bežiace" vozidlo!

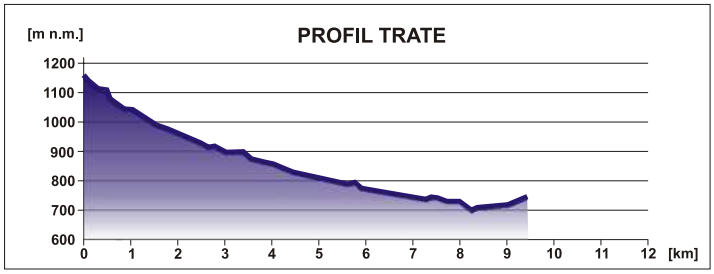
Ostatné vozidlá môžu ísť len po odbočku do Pavčinej Lehoty z Demänovskej doliny.

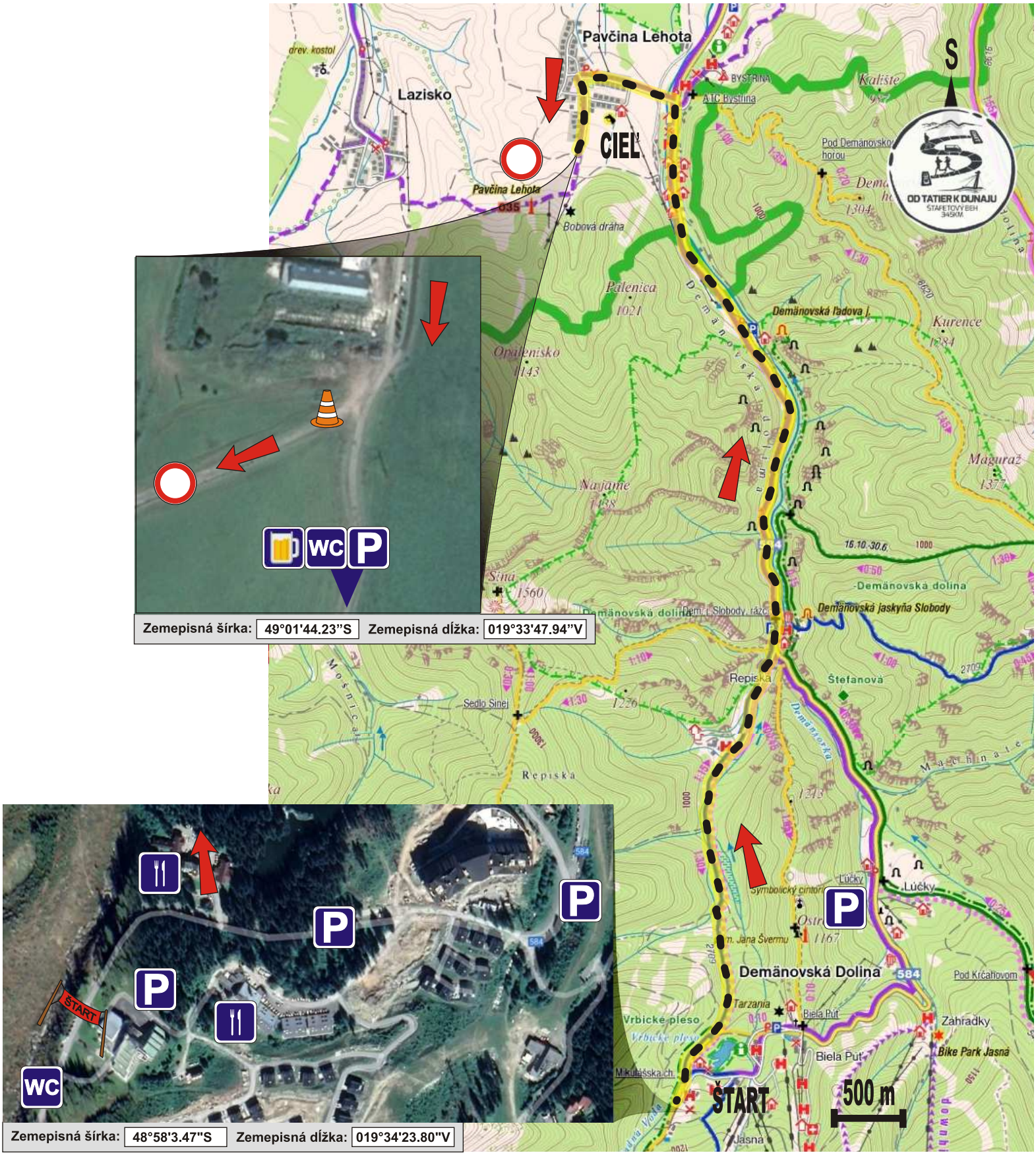
ÚSEK 1 JASNÁ - PAVČINA LEHOTA BEŽEC 1

Dĺžka: 9,3 km

Prevýšenie: cca + 20 m / - 460 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná





ÚSEK 2

POPIS PRE BEŽCA:

Beží sa po poľnej ceste do obce Lazisko. Okrajom obce Lazisko sa dostanete na križovatku s asfaltkou (2,1 km), tu odbočte vľavo, cez lesík, smer chatová osada. Prebehnúť cez chatovú osadu, potom ponad potok a po výbehu z lesíka zabočiť doprava (3,8 km) a smerovať do obce Dúbrava.

Cez celú obec Dúbrava stále po hlavnej ceste do obce Ľubeľa. Cez celú obec Ľubeľa po hlavnej ceste až po križovatku (9,3 km), kde treba odbočiť doľava smer Liptovské Kľačany. Pokračovať po hlavnej ceste až k odovzdávke pred koncom obce.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

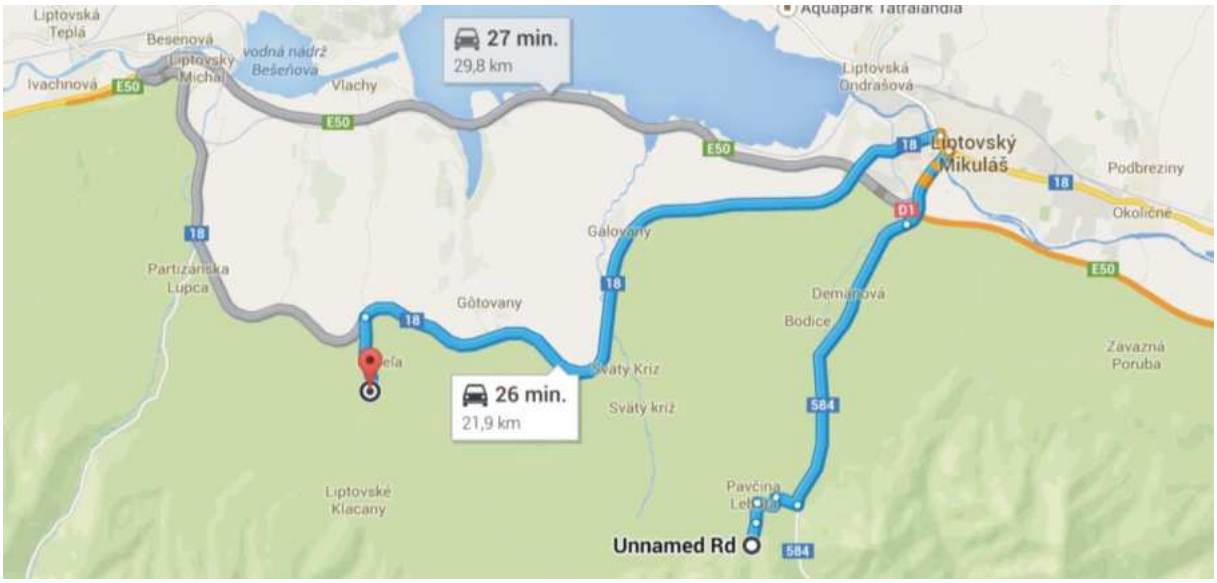
„Bežiace" vozidlo sa presúva na odovzdávku č. 2 tak, že odchádza z Pavčinej Lehoty smer Liptovský Mikuláš.

Po príchode do Liptovského Mikuláša odbočiť na smer Ružomberok, Žilina a Palúdzka a po starej ceste smerovať do Ľubele. Nie po diaľnici! Po asi 10 min. cesty odbočiť z hl. cesty doľava na smer Ľubeľa. V Ľubeli na križovatke odbočiť doprava, smerom na Liptovské Kľačany. Po cca 500 m odbočka doľava na futbalové ihrisko na parkovisko.

V obci Ľubeľa prebieha rekonštrukcia hrádze potoka, v prípade, že by bol úsek v čase behu neprejazdný, odbočka doprava k futbalovému štadiónu je asi o 150 m ďalej v obci.

Čas potrebný na presun 25-30 min! „Bežiace" vozidlo sa musí ihneď po výmene štafety presunúť na odovzdávku č. 2.

Ostatné vozidlá, okrem bežiacich, majú dovolené ísť len po križovatku v Ľubeli. Nemôžu ísť na parkovisko odovzdávky pri ihrisku!

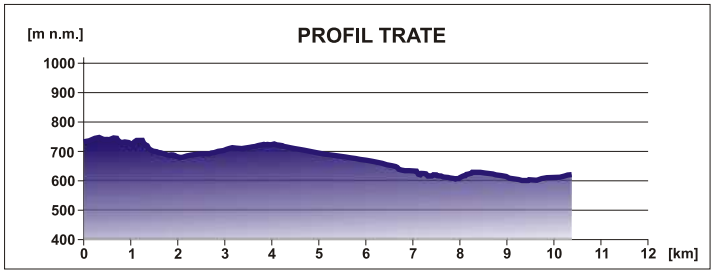


ÚSEK 2 PAVČINA LEHOTA - ĽUBEĽA BEŽEC 2

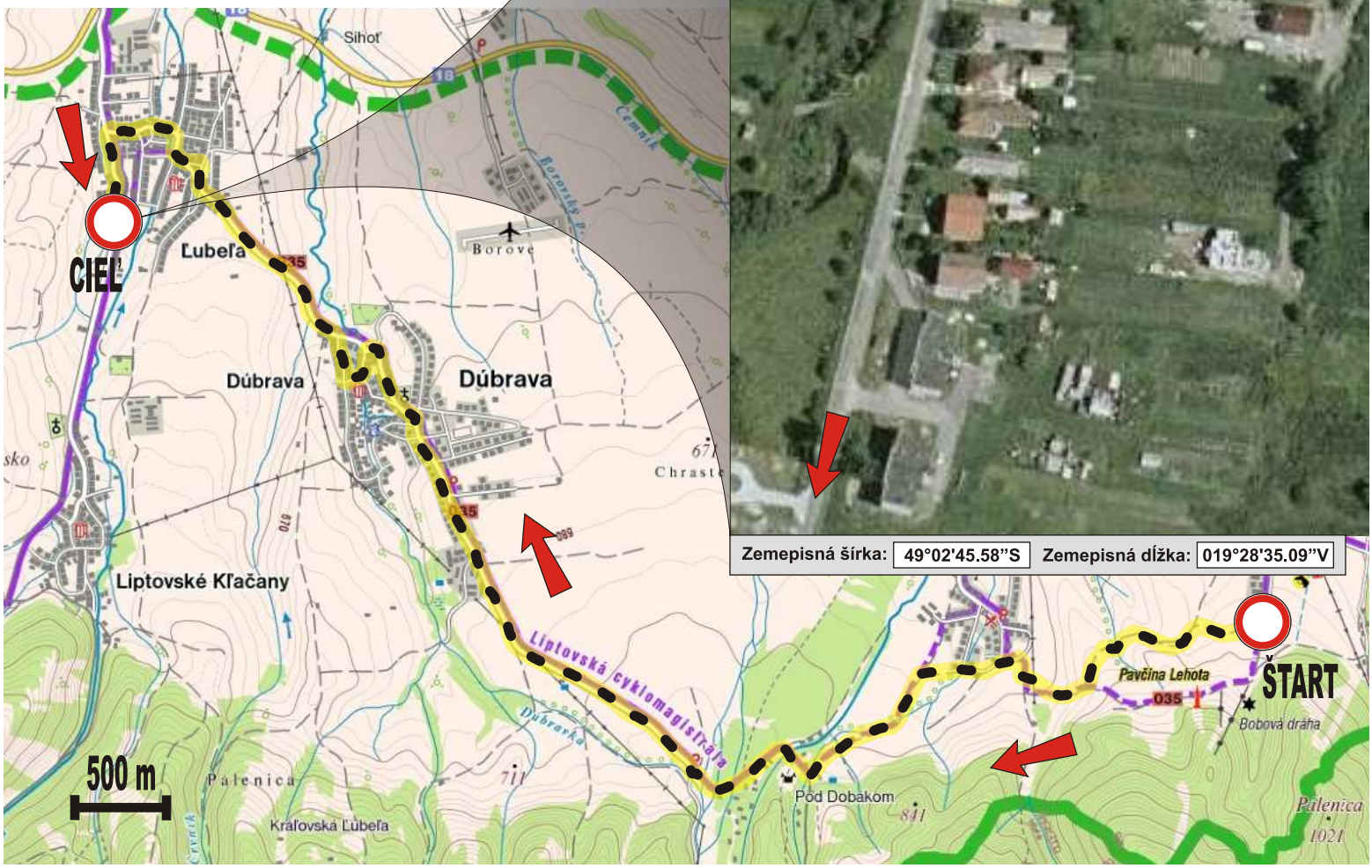
Dĺžka: 10,4 km

Prevýšenie: cca + 120 m / - 230 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná



Zemepisná šírka: 49°02'45.58"S Zemepisná dĺžka: 019°28'35.09"V



ÚSEK 3

POPIS PRE BEŽCA:

Beží sa do obce Liptovské Kľačany. Hneď na začiatku obce na križovatke (1 km) sa treba držať vpravo.

Pokračovať stále rovno popri dreveniciach až na koniec obce, pod lesom (2 km), na križovatke doprava. Po lesnej asfaltke popod horu, neskôr klesanie (5,6 km) po strmej poľnej ceste, na ktorej môžu byť miestami nebezpečné jamy vymyté vodou!

Po príchode na križovatku s hlavnou cestou z Partizánskej Ľupče (6,5 km) zabočiť doľava a pokračovať Ľupčianskou dolinou. Po pravej strane budete míňať drevospracujúci podnik, k odovzdávke je to ešte asi 5 km.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo sa vracia cez Ľubeľu späť na hlavnú cestu (stará cesta do Ružomberka) smer Ružomberok a po cca 5 km odbočiť doľava na Partizánsku Ľupču.

Prejsť celú dedinu po hlavnej ceste a pokračovať okolo drevospracujúceho závodu po pravej strane Ľupčianskou dolinou na odovzdávku č. 3. Parkuje sa vpravo, 200 m za odovzdávkou.

Čas potrebný na presun je cca 15 min.

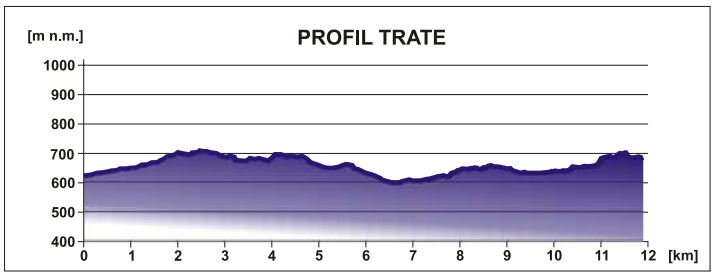
Ostatné vozidlá nesmú ísť na odovzdávku č. 3 a č. 4, ale musia sa presunúť priamo na odovzdávku č. 5, respektíve č. 6 v Liptovskej Osade alebo vo Vyšnej Revúcej. Idú smer Ružomberok a v Ružomberku odbočia na veľkej križovatke smer Banská Bystrica (Donovaly).

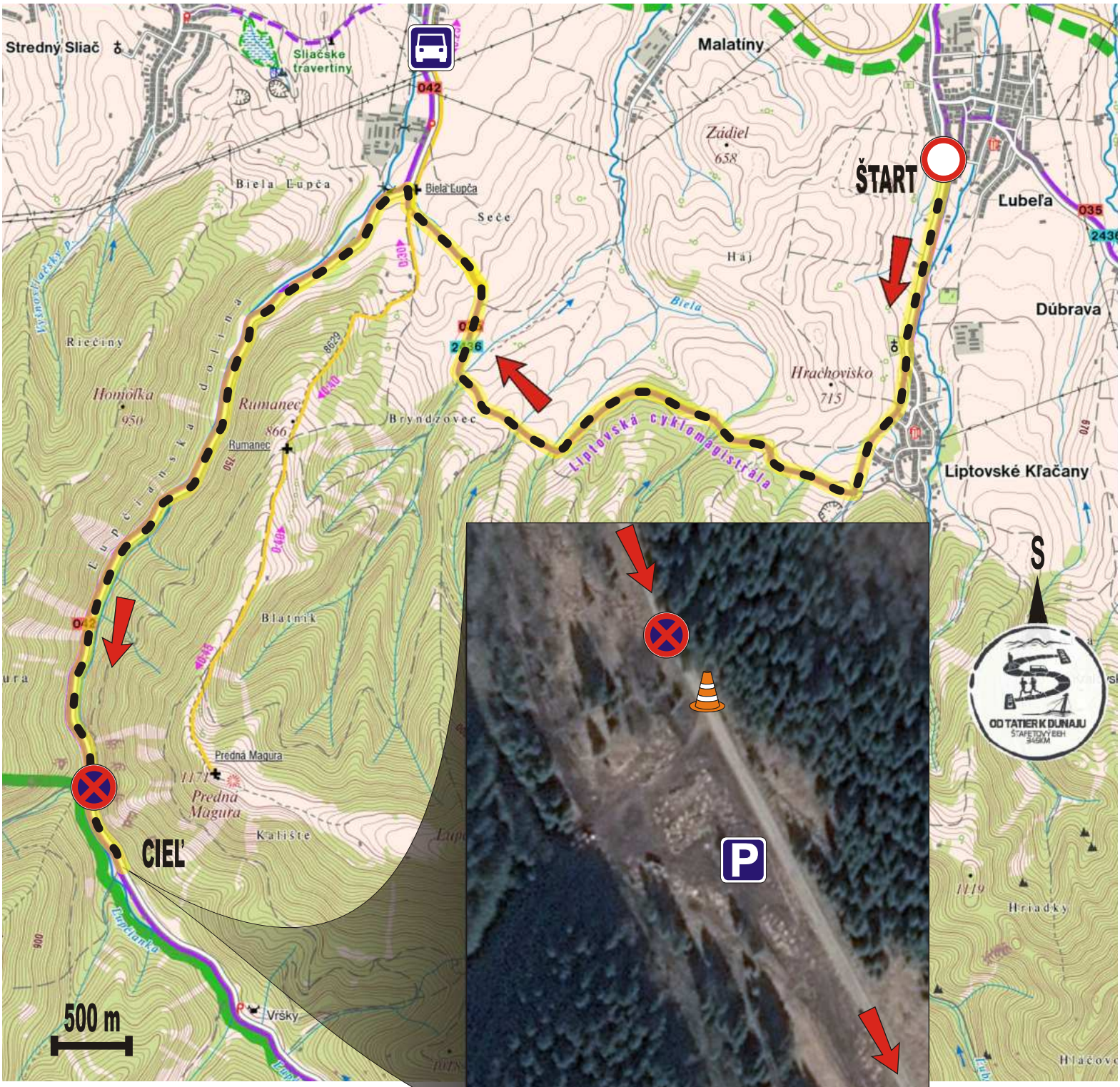
ÚSEK 3 ĽUBEĽA - ĽUPČ. DOLINA BEŽEC 3

Dĺžka: 11,9 km

Prevýšenie: cca + 320 m / - 250 m

Obtiažnosť: 3 stredne náročná





Zemepisná šírka: 49°00'26.74"S Zemepisná dĺžka: 019°24'12.17"V

ÚSEK 4

POPIS PRE BEŽCA:

Stále rovno po ceste Ľupčianskou dolinou smer Železnô, zo začiatku mierne stúpanie.

Budete míňať odbočku na obec Magurka (6 km), ale vy pokračujete stále rovno na Železnô, stále do kopca, stredne náročné stúpanie.

Odovzdávka je v sedle na Železnôm.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo ide po rovnakej trase ako bežec.

Parkovisko je za odovzdávkou pri vysielači, pokiaľ nebude už miesto, tak na ceste dolu zo sedla v smere behu.

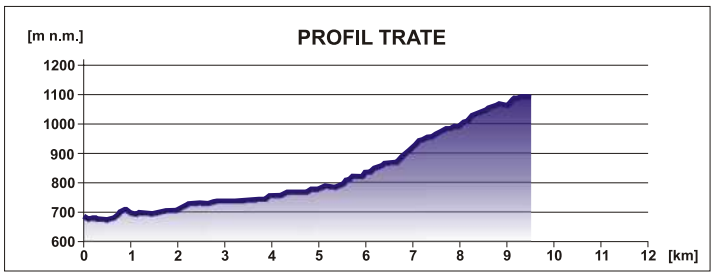
Na odovzdávku č. 4 môže ísť len „bežiace" vozidlo! Ostatné vozidlá sa musia presunúť cez Ružomberok na odovzdávku č. 5 do Liptovskej Osady, resp. na veľkú odovzdávku č. 6 vo Vyšnej Revúcej.

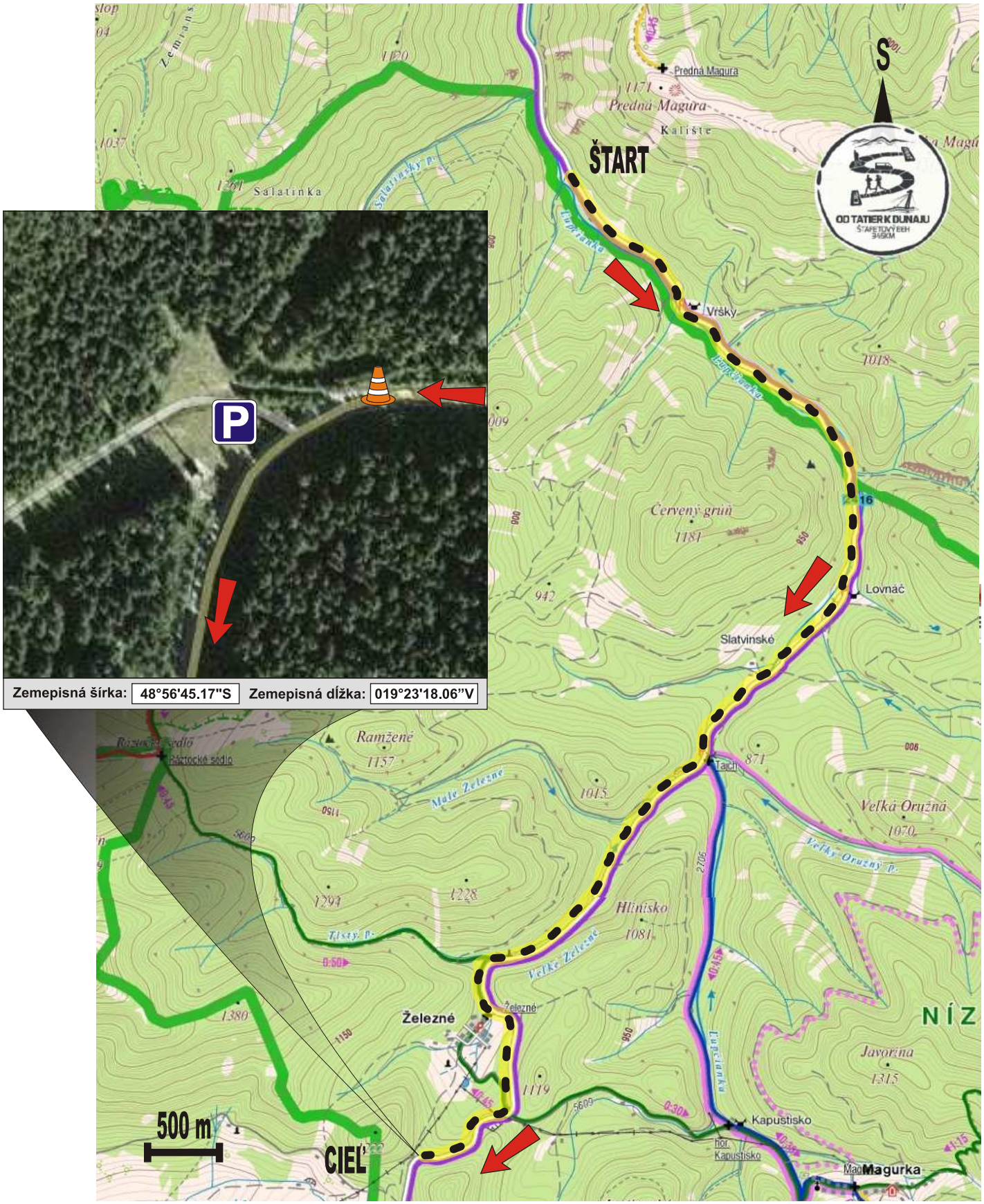
ÚSEK 4 ĽUPČ. DOLINA - ŽELEZNÔ BEŽEC 4

Dĺžka: 9,5 km

Prevýšenie: cca + 530 m / - 90 m

Obtiažnosť: 4 náročná





ÚSEK 5

POPIS PRE BEŽCA:

Zo Železnô po hlavnej ceste stále dolu, mierne náročné klesanie až do obce Liptovská Lúžna.

Cez obec Liptovská Lúžna stále po hlavnej ceste do obce Liptovská Osada.

V Liptovskej Osade stále po hlavnej až po mostík cez potok Lúžňanka, pred ktorým je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo ide po rovnakej trase ako bežec.

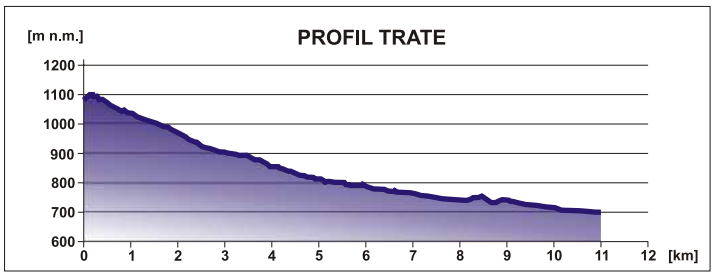
Parkovisko je pred odovzdávkou, na ľavej strane na trávnatej ploche, alebo na komunikáciách v obci.

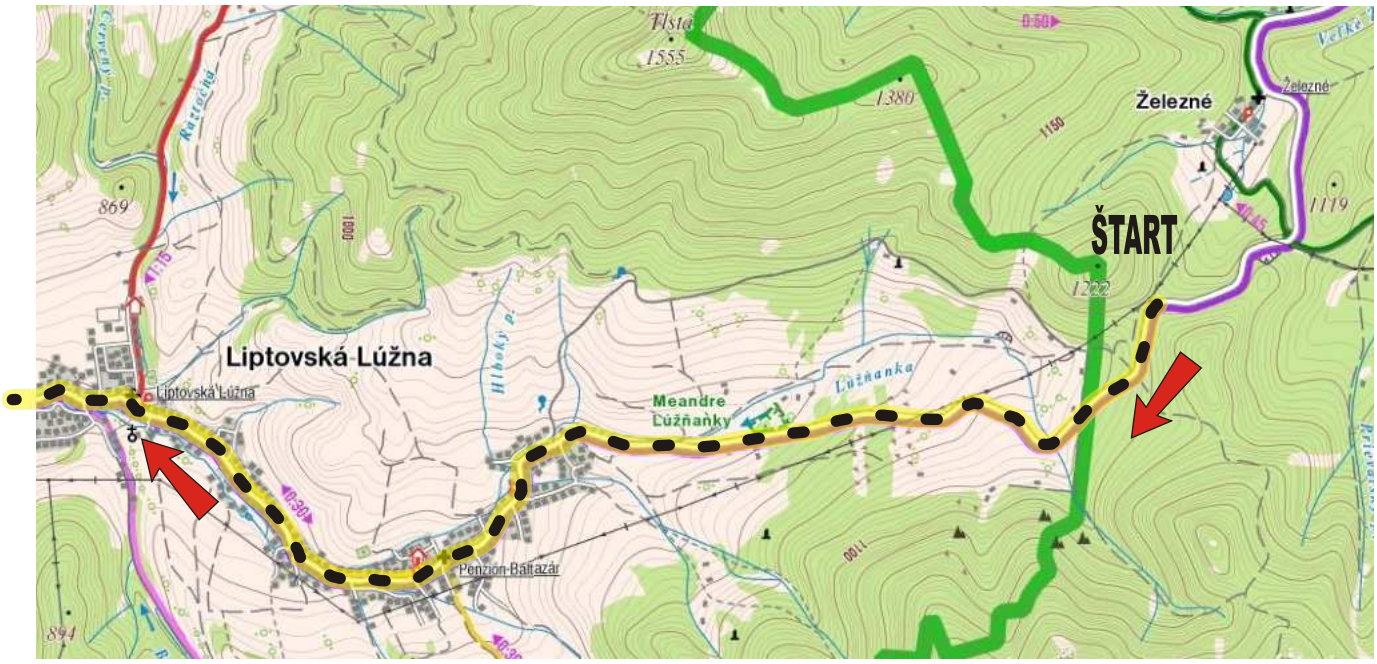
ÚSEK 5 ŽELEZNÔ - LIPT. OSADA BEŽEC 5

Dĺžka: 11 km

Prevýšenie: cca + 30 m / - 530 m

Obtiažnosť: 1 ľahká





S

OD TATIER K DUNAJU
ŠTAFETOVÝ BEH

Zemepisná šírka: 48°57'08.55"S Zemepisná dĺžka: 019°15'50.29"V

ÚSEK 6

POPIS PRE BEŽCA:

Od odovzdávky pokračovať 200 m cez Liptovskú Osadu až k hlavnej ceste na Donovaly, beží sa vľavo. Na križovatke doľava, po chodníku na ľavej strane cesty na Donovaly asi 250 m k prechodu pre chodcov.

Prebehnúť cez priechod na druhú stranu cesty a pokračovať odbočkou smer Nižná Revúca. Cez Nižnú Revúcu stále po hlavnej ceste do Liptovských Revúc, mierne stúpanie je počas celého úseku. Cez obec stále po hlavnej ceste do Vyšných Revúc.

Vo Vyšnej Revúcej pri pohostinstve odbočka vľavo (9,7 km) na starý Šturec a po prechode cez potok je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Priestor pre vozidlá v blízkosti odovzdávky je limitovaný, preto na tomto úseku platí špeciálny režim pre motorové vozidlá.

Motorové vozidlo tímu, ktoré ide k odovzdávke, musí mať pri sebe kartičku na oprávnenie vjazdu, ktorá je súčasťou štartového balíčka. Kartička je prenosná medzi vozidlami daného tímu a spôsob odovzdania kartičky medzi vozidlami je na logistike každého tímu.

Na odovzdávke je zakázané státie motorových vozidiel a v blízkosti odovzdávky platí zákaz zastavenia. Dodržiavanie zákazov státia a zastavenia bude kontrolovať polícia.

Vozidlo č. 2, ktoré preberá na odovzdávke funkciu bežiaceho, po príchode k odovzdávke vyloží bežca, ktorý má prebrať štafetu, a bez státia odchádza. Bežec č. 7 čaká na prevzatie štafety bez vozidla, preto si načasujte jeho vyloženie tak, aby zbytočne dlho nestál na odovzdávke. Nezabudnite, že na príjazd k odovzdávke je potrebné mať vo vozidle kartičku oprávňujúcu k vjazdu, ktorú po vyložení bežca odovzdajte vozidlu č. 1 (napr. na parkovisku pri vleku alebo v obci Liptovská Osada).

„Bežiace" vozidlo ide po rovnakej trase ako bežec, ale len po záchytné parkovisko pod lyžiarskym vlekom, kde musí počkať na prebehnutie bežca. Bežca môžete sledovať cez GPS tracking, alebo môžete na ceste, pri odbočke k vleku, nechať jedného člena posádky, ktorý vás bude informovať o prebehnutí bežca. Následne sa môžete s autom presunúť k odovzdávke, kde bežca č. 6 naložíte a bez státia odchádzate. Nezabudnite, že na príjazd k odovzdávke je potrebné mať vo vozidle kartičku oprávňujúcu k vjazdu, ktorú si musíte prebrať od vozidla č. 2.

Pokiaľ sa vo vašom tíme na odovzdávke č. 6 nestriedajú vozidlá, môže „bežiace" vozidlo zo záchytného parkoviska pri lyžiarskom vleku vyraziť v predstihu, aby vozidlo počkalo bežca už na odovzdávke, tak ako aj na iných úsekoch.

Vozidlo, ktoré následne pôjde vyzdvihnúť bežca č. 7 sa musí zastaviť na záchytnom parkovisku na Donovaloch. Po informácii, že sa už uskutočnila odovzdávka štafety na odovzdávke č. 6, bude vozidlo označené nálepkou na povolenie vjazdu k odovzdávke č. 7.

Odporúčame zvážiť alternatívne riešenie, pri ktorm vozidlo č. 1 mimoriadne privezie bežca č. 6 aj bežca č. 7 na odovzdávku č. 6 Vyšné Revúce.

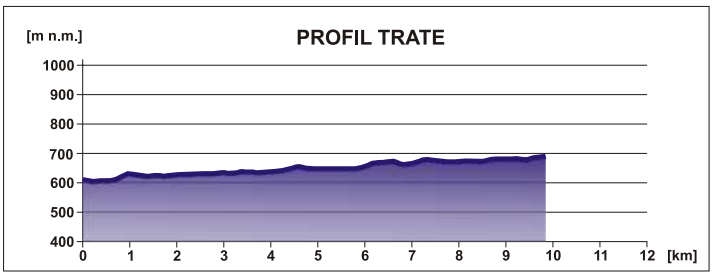
Vozidlo č. 2 môže tak ísť s veľkým predstihom na Donovaly, kde počká na povolenie príjazdu k odovzdávke č. 7 Hotel Šturec.

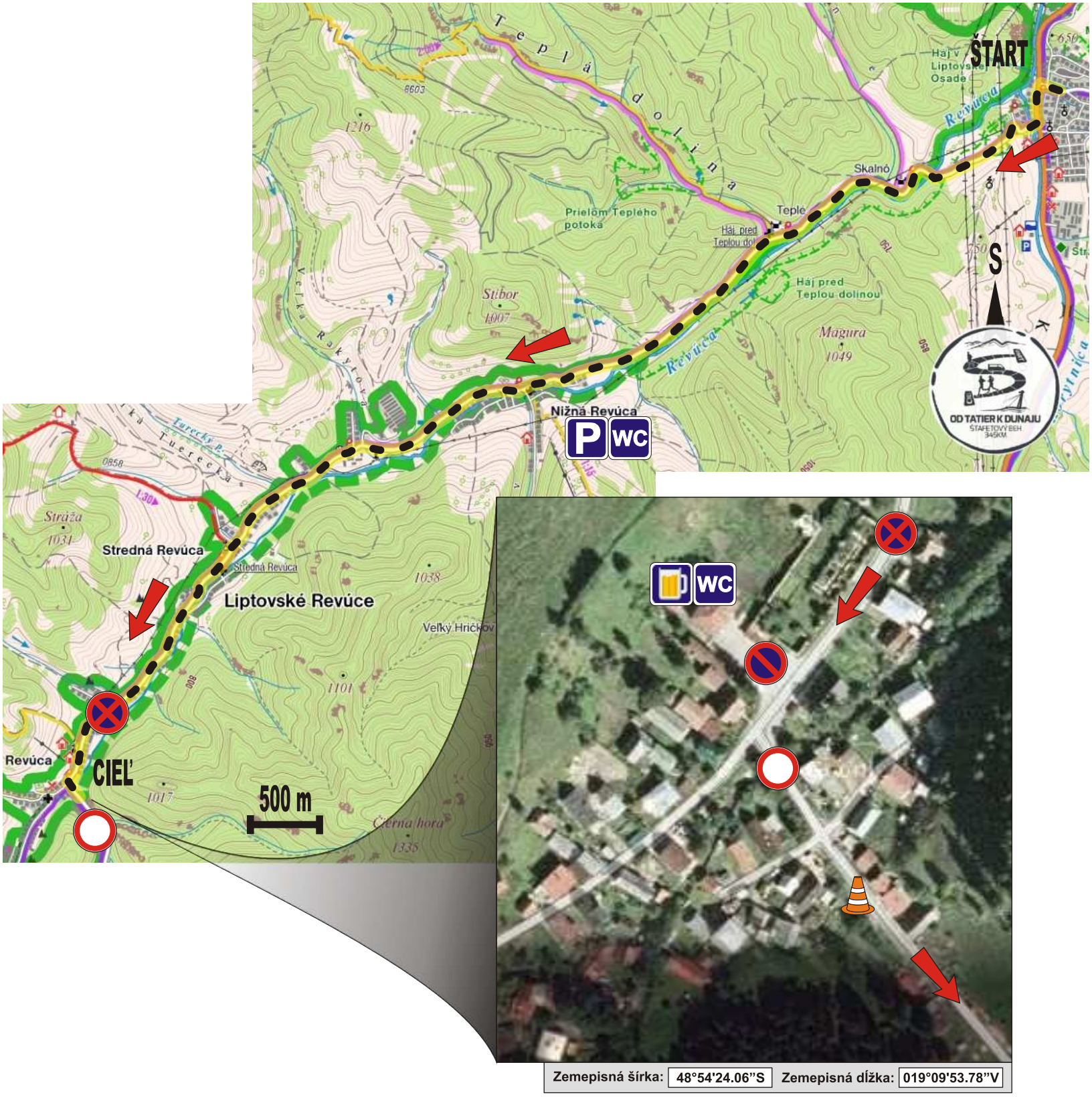
ÚSEK 6 LIPT. OSADA - VYŠNÁ REVÚCA BEŽEC 6

Dĺžka: 9,8 km

Prevýšenie: cca + 230 m / - 110 m

Obtiažnosť: 3 stredne náročná





ÚSEK 7

POPIS PRE BEŽCA:

Beží sa po spevnenej kamenistej ceste cez horské sedlo Veľký Šturec. Na križovatke cyklotrasy na začiatku doliny (0,6 km) doprava, prudšie stúpanie. Ďalej po cyklotrase prudké serpentíny do kopca až na sedlo (4,5 km), kde je občerstvovačka. Zo sedla pokračuje cyklotrasa smer Motyčky, stredne náročné klesanie, po spevnenej ceste, nikde neodbočovať. Stále klesanie smer cesta na Donovaly a bývalý horský hotel Šturec, pri ktorom je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace vozidlo", sa vracia späť po rovnakej trase ako prišlo cez Liptovské Revúce do Liptovskej Osady. Na hlavnej ceste odbočiť doprava smer Donovaly.

Vozidlo, ktoré bude stáť na odovzdávke č. 7, sa musí zastaviť na záchytnom parkovisku na Donovaloch a počkať na označenie. Označenie vozidla uskutoční organizátor, keď sa bežiaci člen tímu bude nachádzať na 7. úseku trate (po uskutočnení odovzdávky štafety na odovzdávke č. 6.). Z každého tímu, bude nálepkou označené len jedno vozidlo a ostatným vozidlám nebude umožnený príjazd k tejto odovzdávke!

Označené vozidlo následne pokračuje po hlavnej ceste smer Banská Bystrica. Za osadou Motyčky je, z dôvodu behu, úsek cesty s regulovanou premávkou. Po cca 500 m je potrebné odbočiť doprava k horskému hotelu Šturec, pri ktorom je odovzdávka.

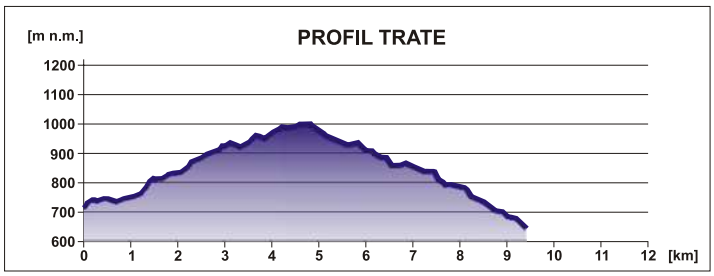
Len vozidlo označené nálepkou má právo vjazdu na parkovisko odovzdávky č. 7. Státie na odovzdávke je obmedzené na 30 min, po uskutočnení odovzdávky štafety, je potrebné ihneď opustiť priestor odovzdávky.

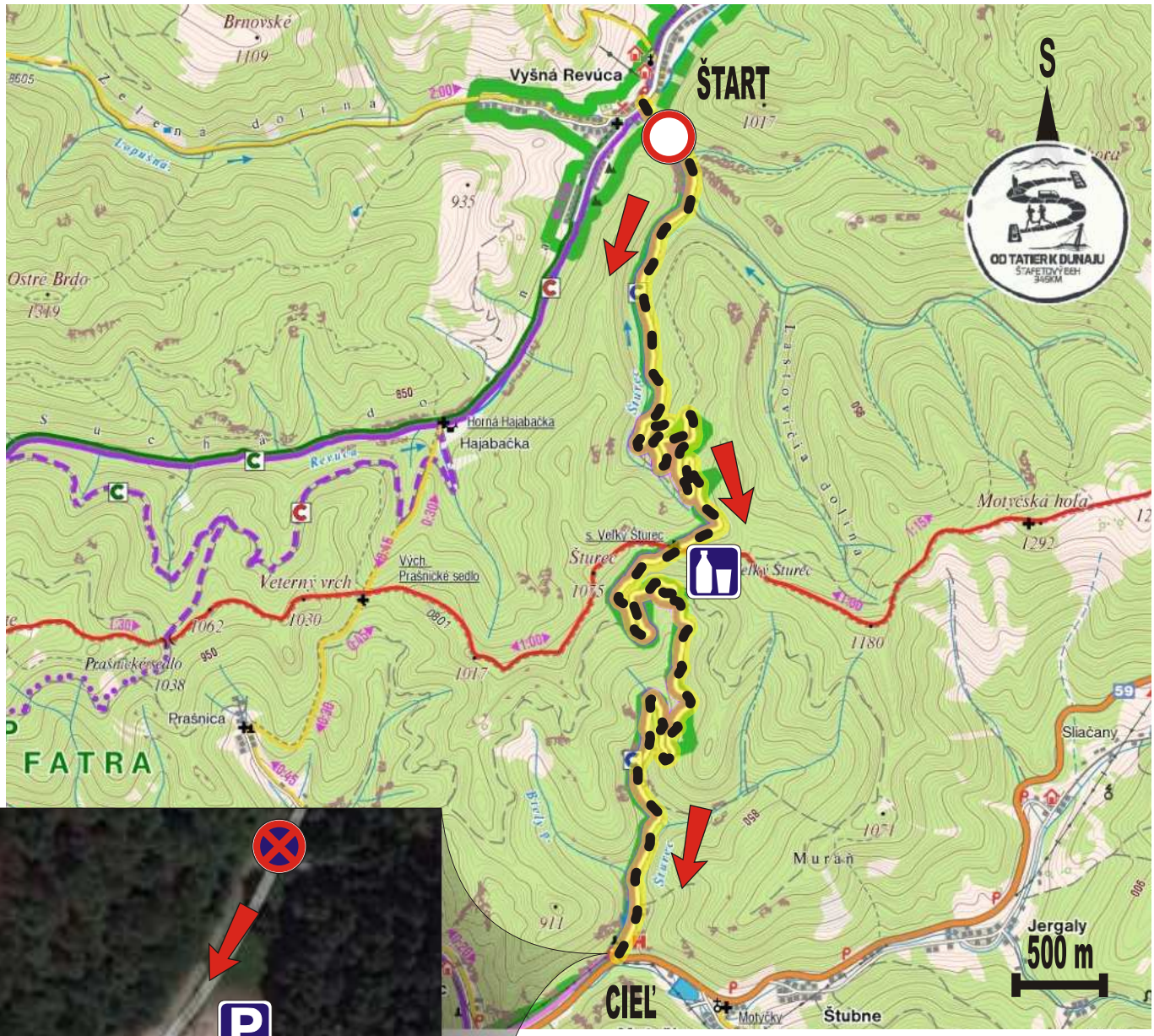
ÚSEK 7 V. REVÚCA - HOTEL ŠTUREC BEŽEC 7

Dĺžka: 9,4 km

Prevýšenie: cca + 500 m / - 550 m

Obtiažnosť: 4 náročná





Zemepisná šírka: 48°51'47.35"S Zemepisná dĺžka: 019°09'44.82"V

ÚSEK 8

POPIS PRE BEŽCA:

Úsek častého blúdenia bežcov! Odporúčame bežať s mobilným telefónom a s min. 0,5 l vody.

Za odovzdávkou je potrebné prebehnúť cez hlavnú cestu, za asistencie polície. Beží sa doľava, po pravej strane cesty na Donovaly (v smere jazdy), mierne do kopca. Pre bežcov je tu uzavretý jazdný pruh. Na konci uzavretej časti, odbočiť vpravo na prvej možnej odbočke do obce Motyčky (0,5 km), dolu kopcom, popri malej vodnej nádrži. Cez Motyčky sa beží vľavo, cez mostík na žltou farbou značenú cyklotrasu, neskôr vpravo medzi domami smer Krčahy, Baláže po úzkej asfaltovej ceste. Pokračuje sa okolo tenisového kurtu stúpajúc po lesnej kamenistej - asfaltovej ceste. Na križovatke lesných ciest (2,1 km) sa treba držať vľavo a pokračovať ďalej po lesnej asfaltke až do osady Bukovec. Po prebehnutí popred radom domov po ľavej strane sa pred posledným domom odbočí vpravo (2,9 km) a pokračuje sa lesným turistickým chodníkom značeným žltou farbou smer Krčahy.

Po krátkom stúpaní sa chodník stáča prudko doľava, pokračuje v smere vrstevníc a ďalej nasleduje vpravo výraznejšie stúpanie rovno hore. Chodník vyústi na širokú, spevnenú cestu. Odbočí sa po nej vpravo a hneď za prvou ľavotočivou zákrutou asi po 50 m sa po žltej turistickej značke pokračuje vľavo (3,4 km).

Nasleduje stúpanie po trávnatej ceste medzi stromami, neskôr po lúke, po ľavej strane je na strome poľovnícky posed. Cesta je súčasťou cyklotrasy značenej žltou farbou. Treba sa držať vpravo až na vrchol, kde sa cesta zatočí mierne vľavo a nasleduje klesanie kolmo na vrstevnice, neskôr vpravo až sa plynulo napojí na širokú kamenistú zvážnicu. Po zelenej turistickej značke sa pokračuje miernym klesaním k rázcestníku Krčahy-Kováčka (4,3 km), kde je občerstvovačka. Ďalej doľava (nie po zelenej značke!), po poľnej ceste dolu do doliny.

Po tejto zvážnici sa beží dlhým klesaním, cesta sa zmení na asfaltovú cestu. Beží sa až k mohutnému stromu, s množstvom turistických smerovníkov (6,4 km), tu prudko doľava do doliny a po asfaltke až do dediny Baláže. Pri vstupe do Balážov, pri futbalovom ihrisku (8,7 km) pokračovať po ceste vľavo ponad dedinu až na dolný koniec obce.

Za dedinou pokračovať rovno dole po hlavnej ceste, až ku strelnici, kde je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo pokračuje po ceste do Banskej Bystrice. Pred Banskou Bystricou treba odbočiť na obchvat smer Brezno (rýchlostná komunikácia R1). Po obchvate Banskej Bystrice sa prejde za mesto a použije sa výjazd z R1 smer Selce (exit 168). Na križovatke smer Selce, cez Selce, smer Baláže. Odovzdávka je za obcou Priechod, pri strelnici.

Čas potrebný na presun je cca 35 minút! Preto by sa vozidlo, bezprostredne po odovzdávke č. 7, malo presunúť čo najrýchlejšie na odovzdávku do Balážov a dôsledne sledovať trasu presunu. V prípade zaváhania pri presune môže dôjsť k tomu, že nestihnete bežca na odovzdávke v Balážoch a stratíte čas.

VIĎ PRÍLOHA - MAPA CESTY VOZIDLA NA ODOVZDAVKU Č. 8

Na odovzdávku č. 8 môže ísť len „bežiace" vozidlo!

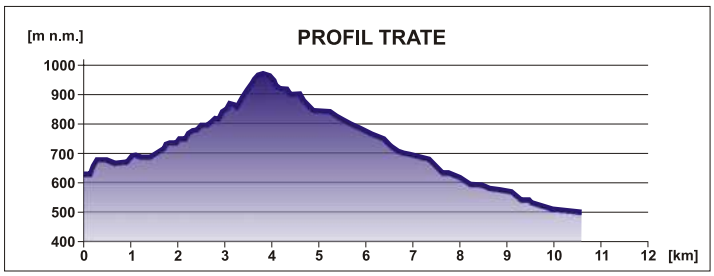
V prípade naplnenia parkoviska pri strelnici, alternatívne parkovanie je trávnatá plocha pred obcou Baláže.

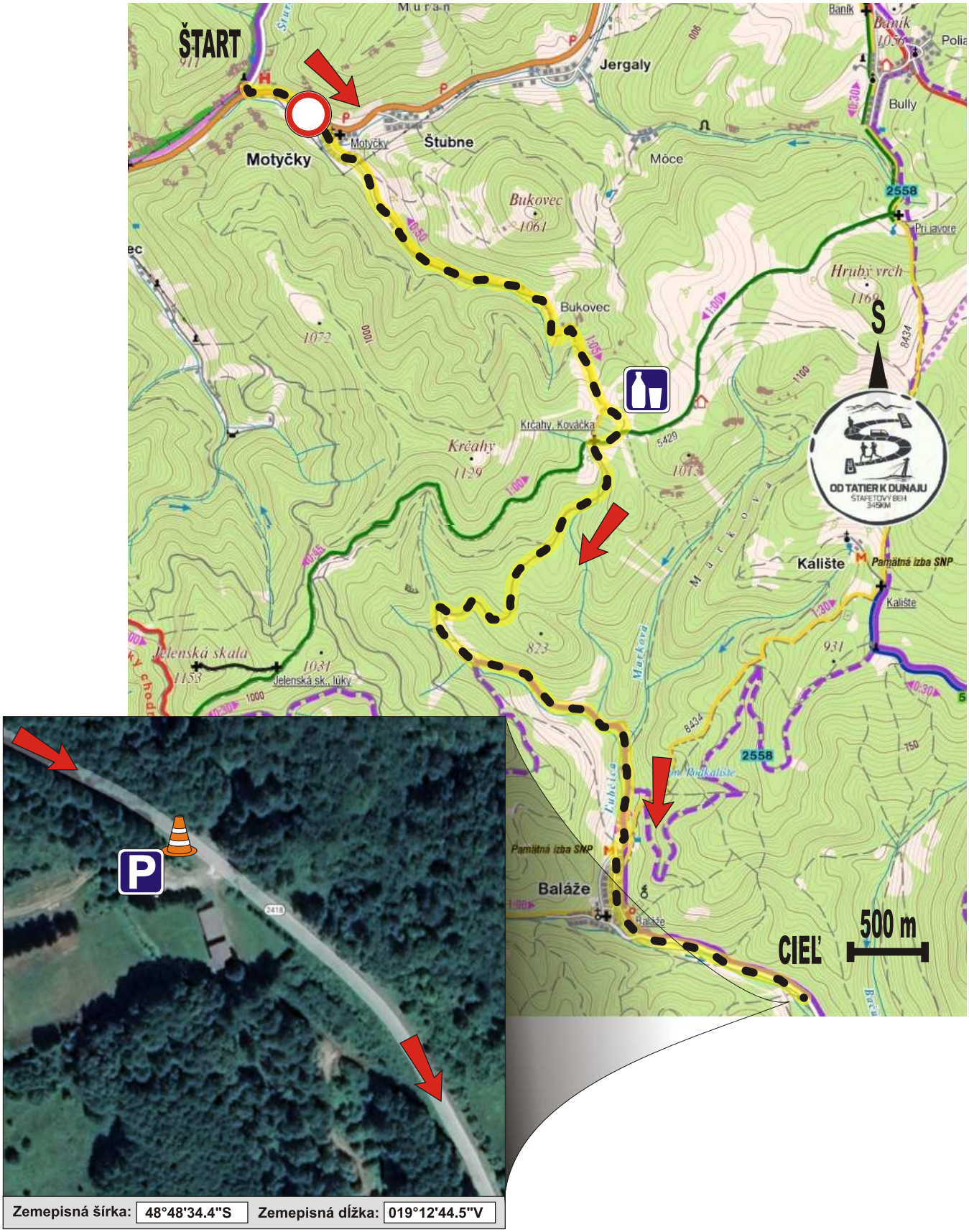
ÚSEK 8 HOTEL ŠTUREC - BALÁŽE BEŽEC 8

Dĺžka: 10,7 km

Prevýšenie: cca + 430 m / - 500 m

Obtiažnosť: 4 náročná, cross country





ÚSEK 9

POPIS PRE BEŽCA:

Po hlavnej ceste dolu smer Banská Bystrica, po 1,1 km odbočiť doľava na starú asfaltovú cestu. Po 200 m na križovatke mierne doprava, po asfalte smer obec Podkonice. Beží sa do kopca, cez les, neskôr popri poliach až ku družstvu v Podkoniciach.

Prebehnúť cez družstvo, okolo cintorína, až ku bytovkám v obci a doprava (3,7 km) strmo dolu, po ulici medzi rodinnými domami. Na križovatke (4,3 km) doprava, dole, von z dediny.

Pokračovať rovno, až do obce Priechod, cez dedinu mierne do kopca až ku malej zvonici (6,7 km), pred ňou doľava po schodoch na hlavnú cestu a pokračovať po chodníku na ľavej strane do obce Selce, kde je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo ide po hlavnej ceste cez Priechod do obce Selce.

Za odovzdávkou hneď doľava a pokračovať cca 100 m.

Parkovanie pri tréningovom futbalovom ihrisku, kde je vhodné miesto aj na odpočinok.

ÚSEK 9

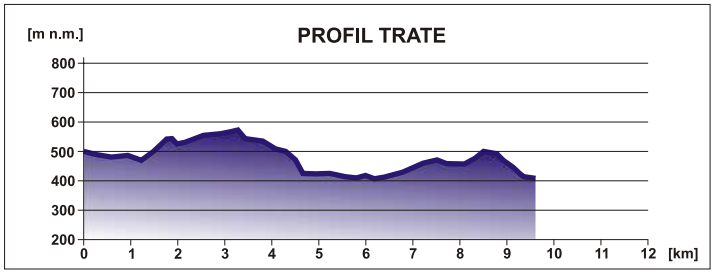
BALÁŽE - SELCE

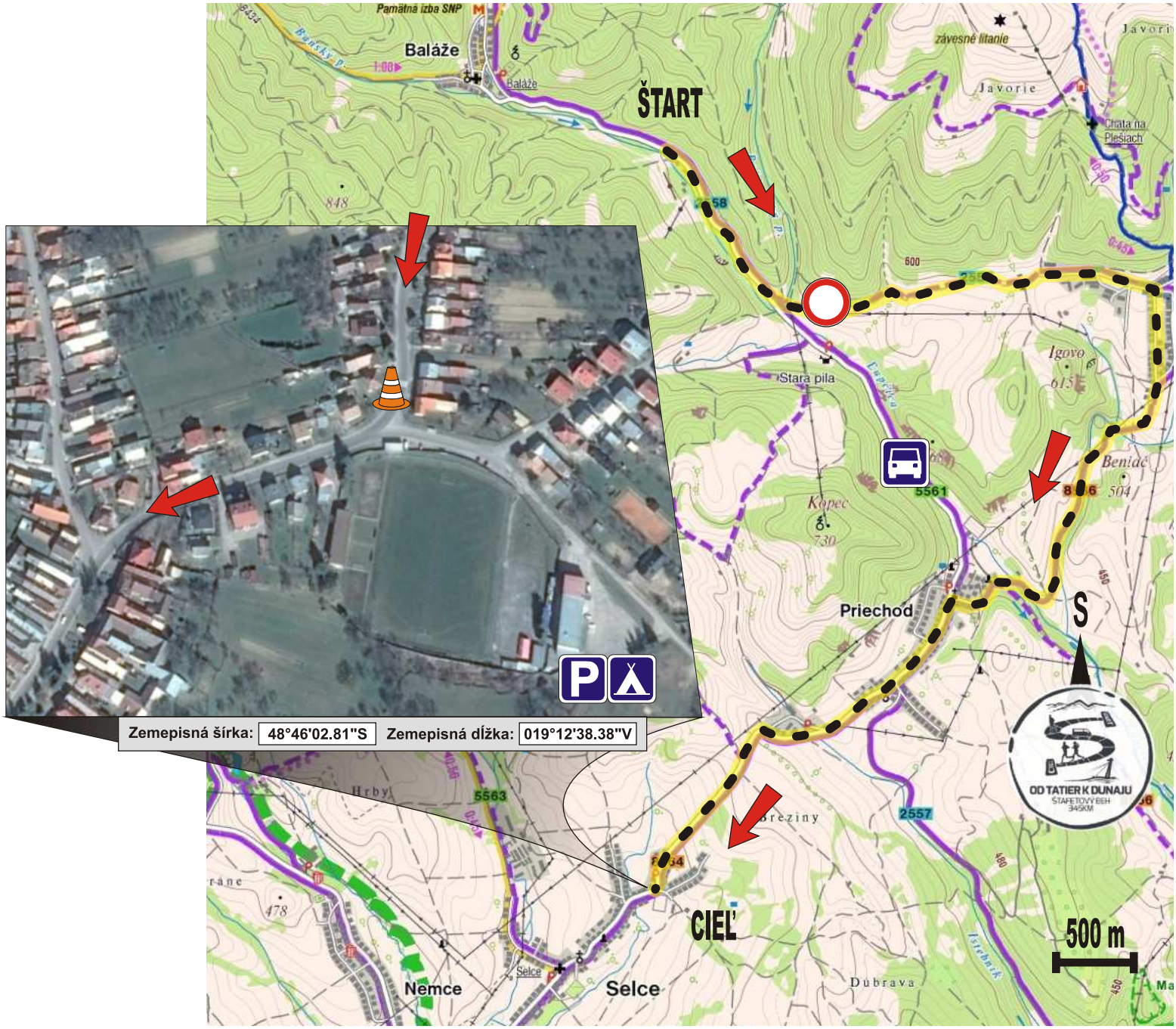
BEŽEC 9

Dĺžka: 9,6 km

Prevýšenie: cca + 210 m / - 280 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná





ÚSEK 10

POPIS PRE BEŽCA:

Úsek je orientačne náročný, pokiaľ si bežec nie je istý cestou, odporúčame bežať s GPS navigáciou. Beží sa po hlavnej ceste do obce Senica a ďalej cez dedinu. Za obcou Senica na Y – križovatke (2,9 km) sa beží vpravo, nasleduje križovatka s hlavnou cestou smer Banská Bystrica (3,3 km), beží sa doľava po pravej strane cesty, kde je chodník.

Po cca 250 m križovatka s hlavnou cestou z Brezna (3,5 km), kde sa odbočuje vpravo. Pokračuje sa smer mesto Banská Bystrica po chodníku na pravej strane. Rovno ponad diaľničný obchvat, beží sa stále vpravo.

Okolo Peugeotu doprava (4 km), začína ďalší chodník vpravo, stále rovno, mierne klesanie, dlho po Partizánskej ulici. Pri pošte doprava na Hornú ulicu (5,6 km), po pravej strane chodník. Pri OD Prior rovno, ďalej po Hlavnej ulici až na Námestie SNP.

Beží sa priamo cez námestie, pešia zóna, popri fontáne, potom klesanie po Dolnej ulici, držať sa vľavo. Na konci pešej zóny cez križovatku rovno (7,2 km), cez priechod pre chodcov na ľavej strane.

Pri SC Point prebehnúť na druhú stranu cesty po priechode pre chodcov a pokračovať do mierneho kopca ku kruhovému objazdu. Kruhový objazd sa prebieha po pravej strane cez priechody pre chodcov a popod viadukt smerom k hlavnému vstupu do OC Európa (7,4 km).

Pred OC Európa rovno, beží sa po chodníku okolo OC Európa z ľavej strany až po ďalší kruhový objazd. Kruhový objazd sa prebieha po pravej strane cez priechody pre chodcov až po Námestie Ľ. Štúra, smer Zvolen, Radvaň.

Pokračuje sa po chodníku vpravo okolo Jopa, cez svetelnú križovatku stále rovno po chodníku, do mierneho kopca. Križovatka na kopci, v ľavotočivej zákrute, sa mierne nadbieha sprava po priechode pre chodcov na Poľnej ulici (8,5 km), pokračuje sa po vyvýšenom chodníku na Sládkovičovu ulicu.

Stále rovno, beží sa po chodníku na pravej strane až k odovzdávke.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo ide po rovnakej trase ako bežec po hlavnú cestu z Brezna, č. 66.

Pokiaľ sa vozidlo presúva priamo na odovzdávku, neodbočuje do centra, pokračuje po hlavnej ceste okolo Hrona na Štadlerovo nábrežie.

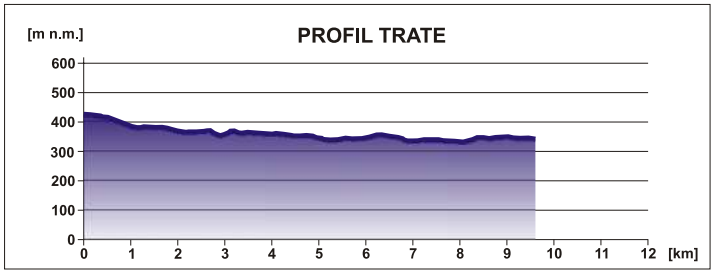
Na svetelnej križovatke rovno na Nábrežie Ľ. Štúra (nie na Zvolen) a ďalej po trase behu, cez všetky križovatky rovno. Parkovanie pri odovzdávke.

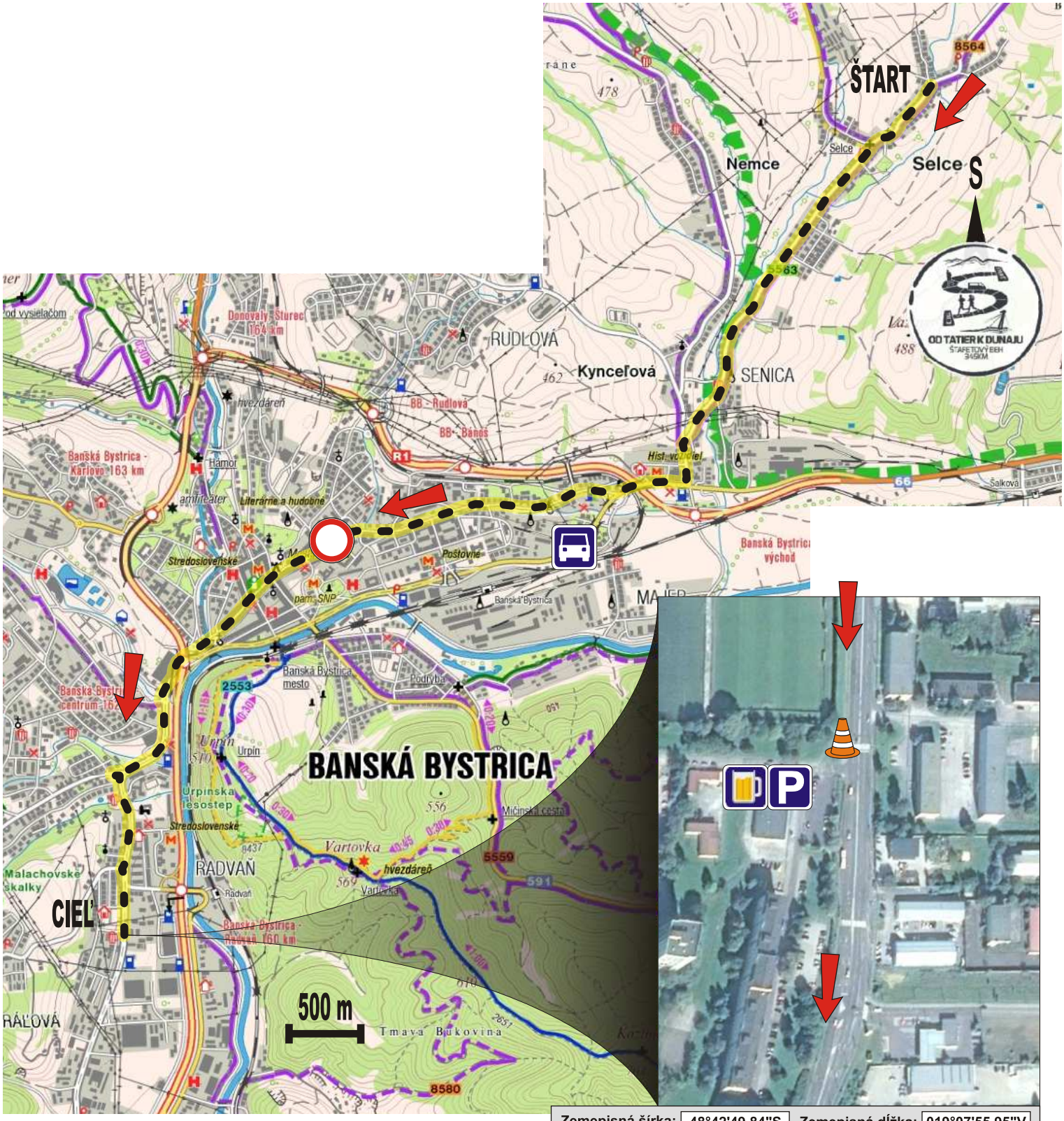
ÚSEK 10 SELCE - BANSKÁ BYSTRICA BEŽEC 10

Dĺžka: 9,8 km

Prevýšenie: cca + 70 m / - 150 m

Obtiažnosť: 1 ľahká, orientačne náročná





ÚSEK 11

POPIS PRE BEŽCA:

Pokračovať po rovnakej ceste, stále rovno, cez Kremničku a Rakytovce až do obce Badín, mierne stúpanie.

V Badíne (5,6 km) pokračovať stále rovno cez obec po Družstevnej ulici.

Na T – križovatke odbočiť doprava a na ďalšej križovatke (6,2 km) hneď doľava. Pokračovať popri družstve až na koniec obce, kde sa treba držať vpravo. Potom po poľnej ceste (6,7 km) stále rovno okolo veľkého bigboardu v poli až do Sielnice.

Stále rovno, odovzdávka je na križovatke pri futbalovom štadióne.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo pokračuje po Sládkovičovej ulici v smere behu, po 1 400 m doľava a potom v pravo na rýchlostnú komunikáciu R1 smer Zvolen. Po ceste R1 až po zjazd na Sielnicu (exit 150) a ďalej až do dediny Sielnica.

Parkovanie na asfaltovej ploche pri futbalovom ihrisku. V prípade zaplnenia parkoviska, možnosť využiť parkovanie v priľahlých uličkách pri odovzdávke, za pohostinstvom v ulici na ľavej strane, ktorá vedie na futbalové ihrisko.

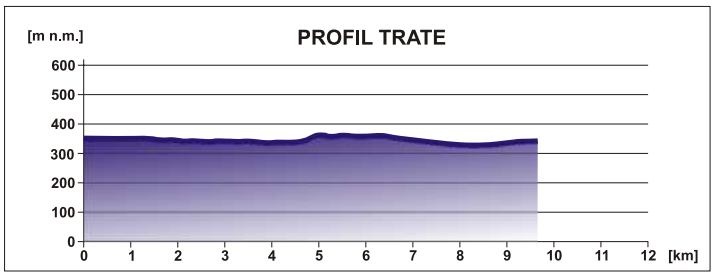
Neparkovať pred obecným úradom!

ÚSEK 11 B. BYSTRICA - SIELNICA BEŽEC 11

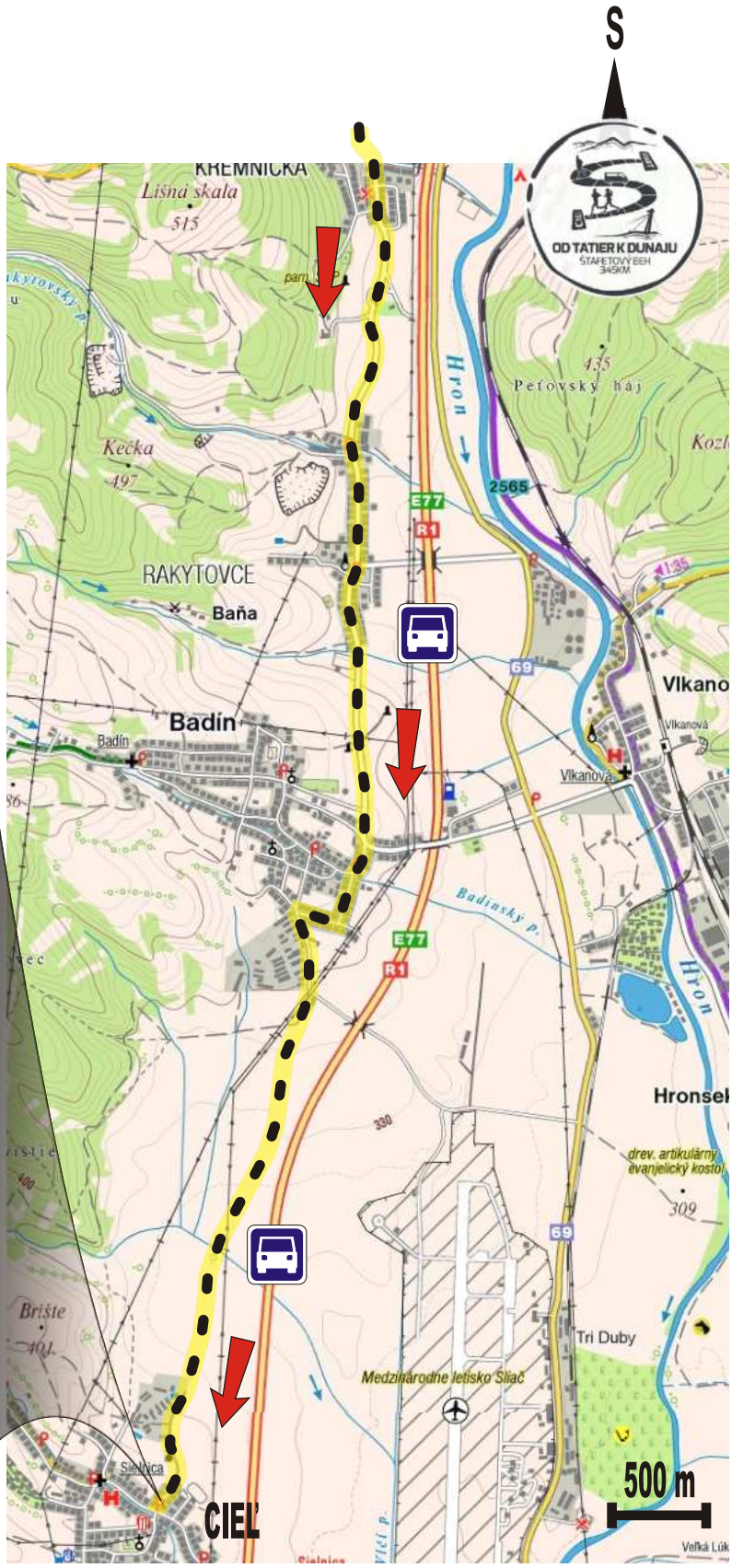
Dĺžka: 9,6 km

Prevýšenie: cca + 80 m / - 100 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná



Zemepisná šírka: 48°37'58.84"S Zemepisná dĺžka: 019°06'45.50"V



ÚSEK 12

POPIS PRE BEŽCA:

Beží sa najskôr mierne dolu kopcom a pred koncom obce (0,4 km) sa odbočí ostro doprava, pokračuje sa medzi rodinnými domami a na najbližšej križovatke (0,9 km) doľava, smer hotel Kaskády. Beží sa okolo hotela Kaskády a ďalej rovno až do obce Kováčová.

Pri príchode do Kováčovej na križovatke poľnej s asfaltkou zabočiť doľava a popri kúpeľných domoch sa beží do centra Kováčovej.

Na ďalšej križovatke (3,9 km) doľava a po hlavnej ceste sa beží po chodníku na pravej strane, cez celú Kováčovú až na jej koniec.

Pred koncom obce (4,6 km) odbočiť doprava okolo starého hotela Leona a pokračovať do prudkého kopca.

Stále po hlavnej ceste cez obec a ďalej až na vrchol stúpania, potom dolu kopcom až na T – križovatku (6,3 km), kde je treba zabočiť doľava a na ďalšej križovatke sa držať vpravo.

Pokračovať po asfaltovej ceste cez les, na ďalšej križovatke (8 km) odbočiť vľavo a ďalej až po odovzdávku na križovatke pod kolibou Stráže.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo sa vracia na rýchlostnú komunikáciu R1 smer Zvolen, z ktorej schádza na Zvolen (exit 102) a pokračuje ďalej na Zvolen. Na najbližšej veľkej križovatke odbočiť doprava smer Stráže. Odovzdávka je na ceste pri kolibe Stráže.

Vozidlá parkujú na parkovisku koliby Stráže (POZOR ! otváracia doba je len do 22 hod), alebo na protiľahlom parkovisku motorestu Stráže. V prípade, že sú tieto parkoviská obsadené je možnosť parkovať aj pri neďalekom nákupnom centre Metro.

ÚSEK 12

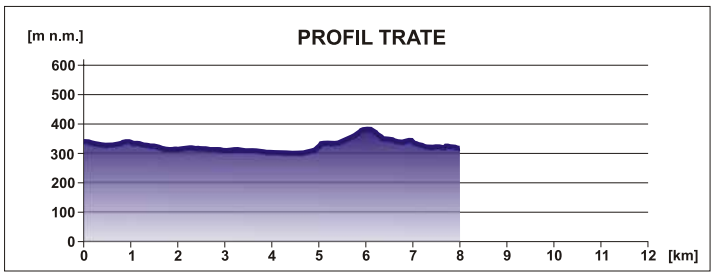
SIELNICA - STRÁŽE

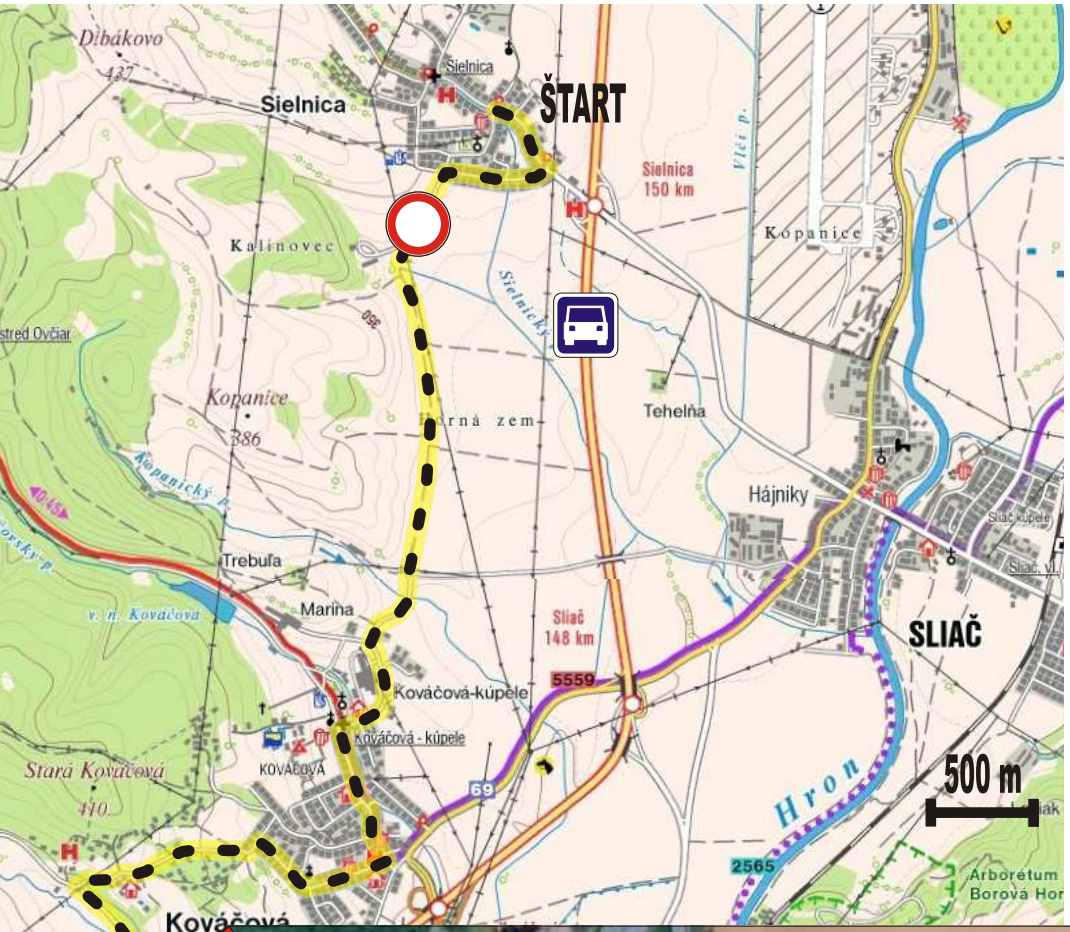
BEŽEC 12

Dĺžka: 8 km

Prevýšenie: cca + 100 m / - 100 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná





S

Zemepisná šírka: 48°35'10.71"S Zemepisná dĺžka: 019°05'17.79"V

ÚSEK 13

POPIS PRE BEŽCA:

Za odovzdávkou doprava (0,1 km), beží sa po hlavnej ceste do obce Budča. Cez obec prebehnúť po hlavnej ceste, uprostred obce začína chodník (2,3 km), beží sa po chodníku na pravej strane. Na križovatke (2,7 km) stále po hlavnej ceste, vpravo po chodníku až na koniec obce.

Pokračovať ďalej popri novej kolibe až k nadjazdu cez rýchlostnú komunikáciu do Žiaru nad Hronom (4,7 km). Prebehnúť križovatkou rovno, smer Ostrá Lúka, za nadjazdom odbočiť doprava a ďalej bežať rovno cez rieku Hron. Za riekou (5,2 km) na križovatke doprava.

Pokračovať stále rovno až na ďalšiu križovatku - nadjazd cez rýchlostnú cestu. Z ľavej strany (6,9 km) sa pripája žltá turistická značka a trasa behu vedie až do cieľa tohto úseku po žltej turistickej značke.

Pred nadjazdom držať sa vľavo, na križovatke (8,1 km) odbočiť ostro doprava ponad rýchlostnú komunikáciu a potom doľava do Hronskej Breznice (8,5 km).

Pokračovať po hlavnej ceste cez celú obec až na koniec. Na konci obce stále rovno, prebehnúť cez tunel popod rýchlostnú komunikáciu a následne cez most ponad rieku Hron. Pokračovať po žltej turistickej značke až k železničnej trati. Na konci poľnej cesty odbočiť doprava, cez železničné priecestie, za ním odbočiť doľava (10,6 km) na hlavnú cestu. Po 150 m, pred autobusovou zastávkou, zbehnúť doľava k železničnej stanici, kde je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo ide po rovnakej trase ako bežec až po nadjazd ponad rýchlostnú komunikáciu, kde pred nadjazdom odbočí doprava na rýchlostnú komunikáciu R1 smer Žiar nad Hronom.

Asi po 3 km sa schádza z R1 smer Hronská Dúbrava. Odovzdávka je pred železničnou stanicou, parkuje sa na prekládkovej ploche pred odovzdávkou.

Pri odovzdávke je krčma otvorená v čase prebehnutia bežcov.

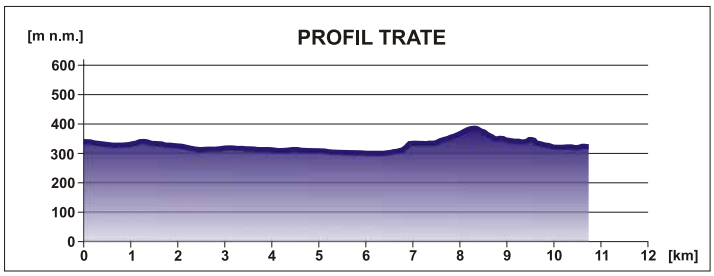
Na odovzdávku môže ísť len „bežiace" vozidlo! Ostané vozidlá pokračujú po R1 na ďalšie odovzdávky.

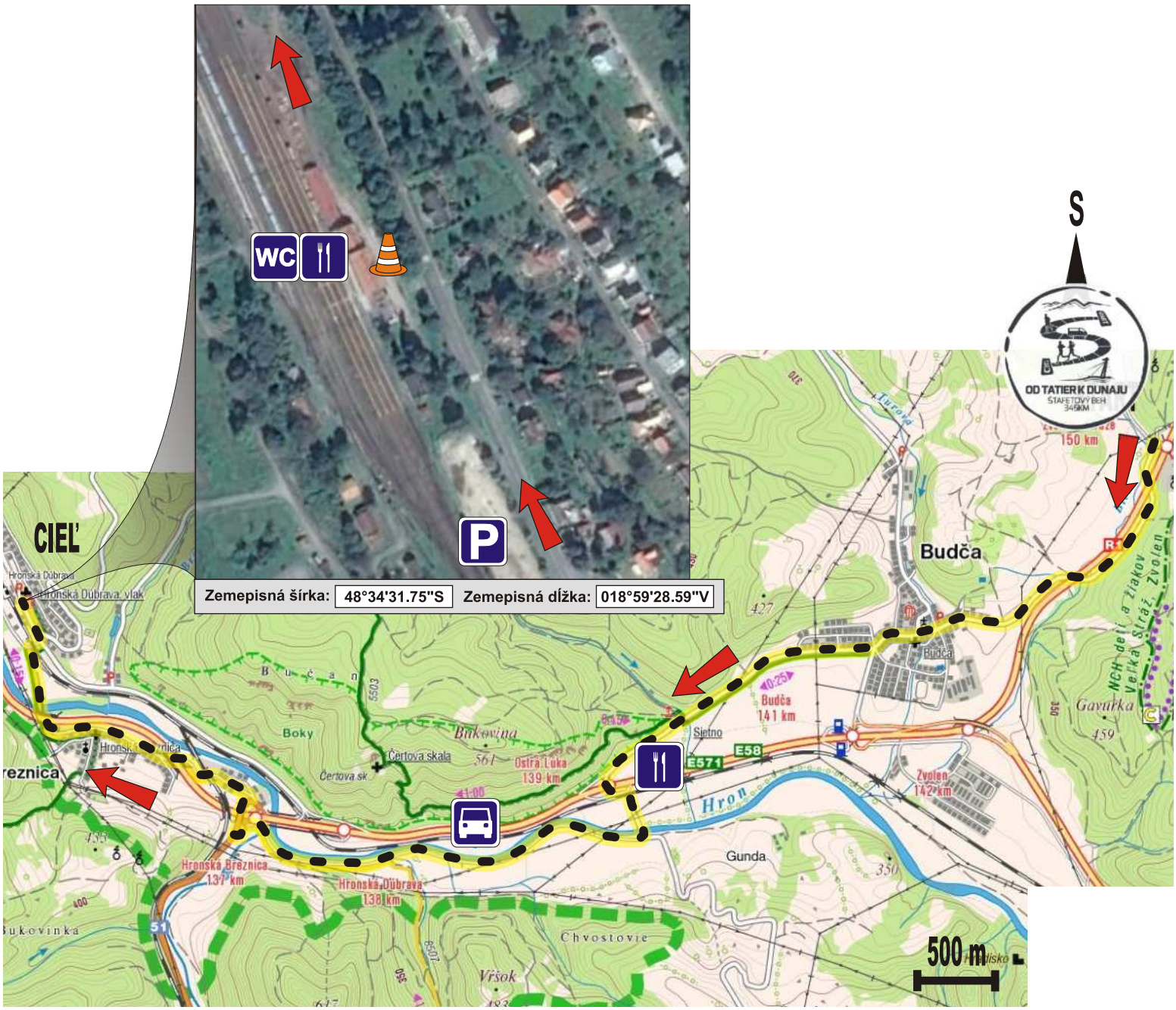
ÚSEK 13 STRÁŽE - HRON. DÚBRAVA BEŽEC 1

Dĺžka: 10,8 km

Prevýšenie: cca + 100 m / - 140 m

Obtiažnosť: 1 ľahká





ÚSEK 14

POPIS PRE BEŽCA:

Pokračovať na hlavnú cestu, dlho len rovno, smer Žiar nad Hronom.

Pred Šášovským Podhradím najprv popod rýchlostnú komunikáciu, potom okolo reštaurácie mierne do kopca až ku križovatke s hlavnou cestou (8,3 km).

Na križovatke rovno cez hlavnú cestu za asistencie polície a zbehnúť popod rýchlostnú komunikáciu a potom rovno až do Žiaru nad Hronom.

Pri futbalovom ihrisku (10,7 km) zabočiť kolmo doprava a pokračovať rovno až k sídlisku. Zabočiť doľava (11,4 km) k panelákom a pokračovať do kopca, po schodoch až k podchodu pod hlavnou cestou, kde je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo sa vracia späť na rýchlostnú cestu R1 do Žiaru nad Hronom.

Na prvom možnom zjazde z rýchlostnej cesty R1 Žiar nad Hronom - východ (exit 82) zísť z rýchlostnej komunikácie a po zjazde vpravo, smer Žiar nad Hronom.

Prejsť nadjazdom ponad rýchlostnú komunikáciu, po príjazde na ďalšiu križovatku odbočiť doprava a pokračovať po starej ceste do Žiaru nad Hronom (trasa behu).

Stále rovno až na hlavnú cestu, kde odbočíte doprava a pokračujete po hlavnej ceste okolo autobusového nástupišťa až k OD Tesco, kde sa parkuje.

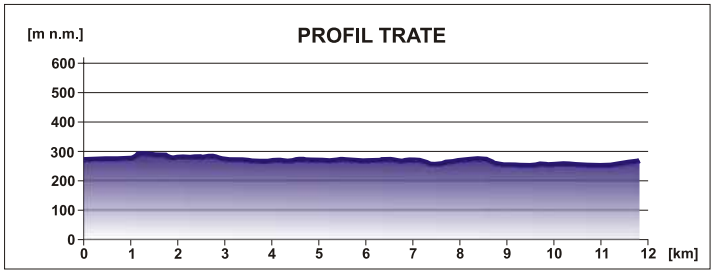
Príchod k odovzdávke je 100 m naspäť, popri hlavnej ceste.

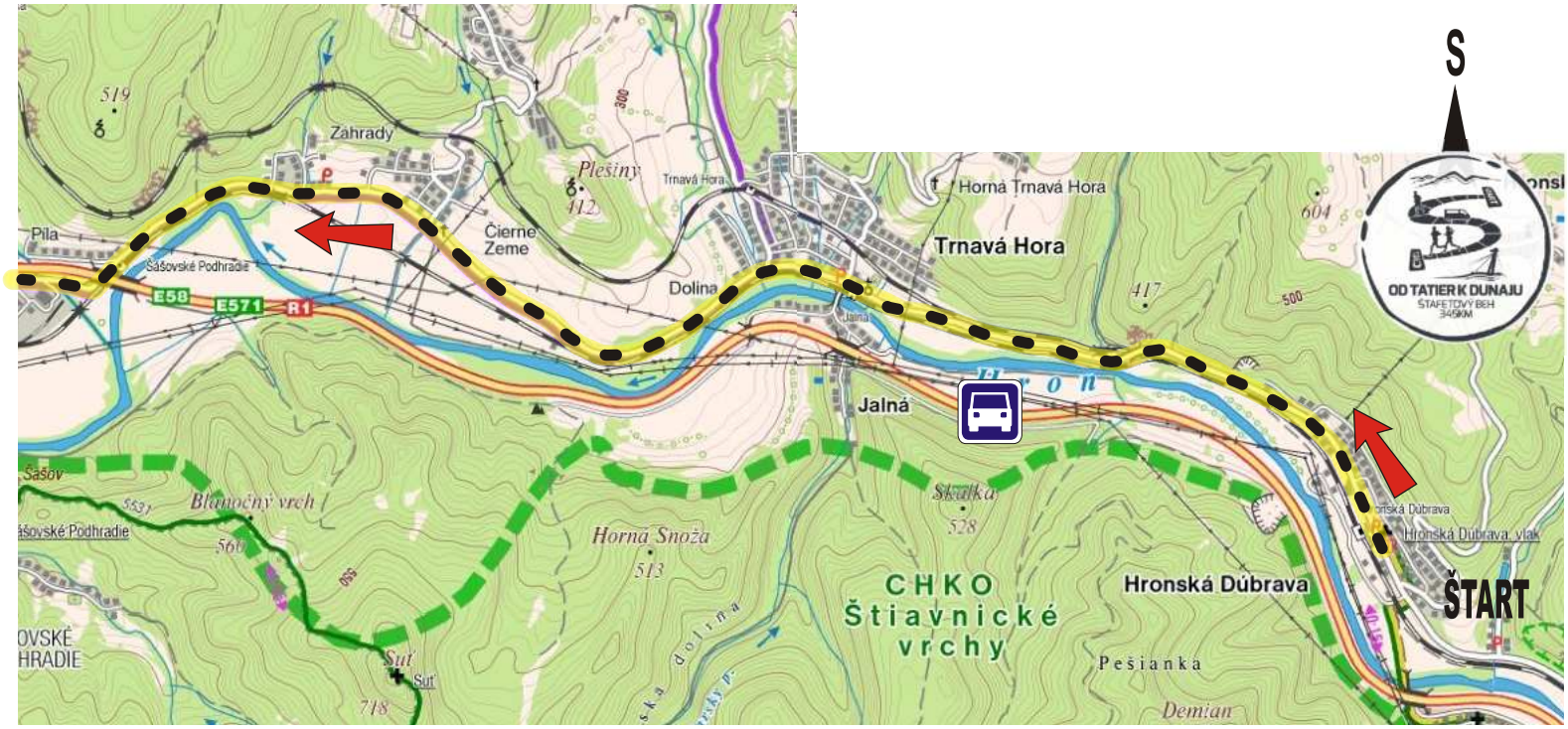
ÚSEK 14 HRON. DÚBRAVA - ŽIAR N. H. BEŽEC 2

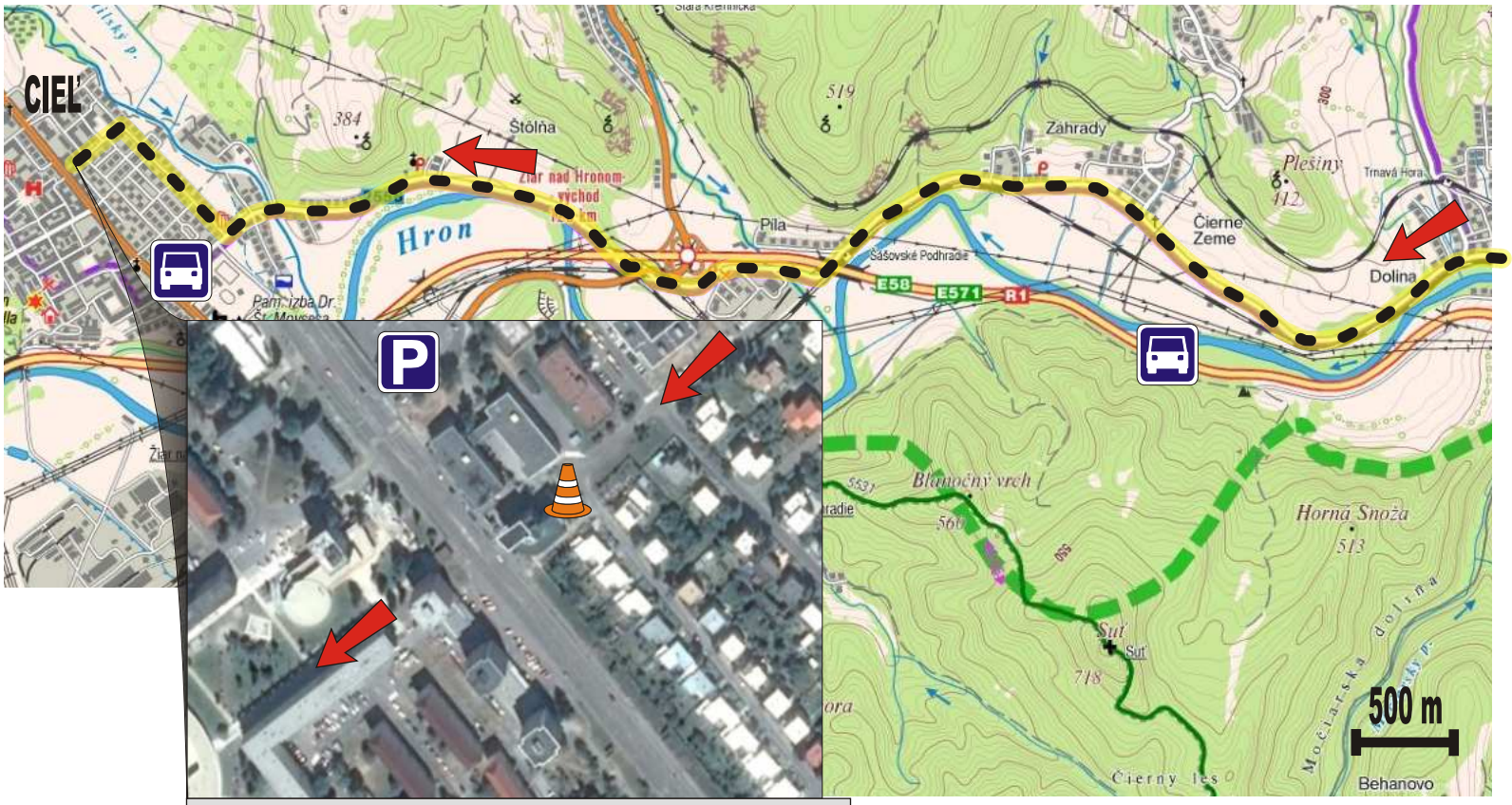
Dĺžka: 11,8 km

Prevýšenie: cca + 150 m / - 150 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná







Zemepisná šírka: 48°35'32.45"S Zemepisná dĺžka: 018°51'12.36"V

ÚSEK 15

POPIS PRE BEŽCA:

Prebehnúť podchodom popod hlavnú cestu a pokračovať rovno na hlavné námestie. Na námestí v strede zabočiť doľava a pokračovať asi 200 m, na druhej križovatke (0,5 km) zabočiť doprava.

Pokračovať stále po hlavnej ceste von zo Žiaru nad Hronom do obce Lovča, ďalej do obce Horná Trnávka a Dolná Ždaňa. V Dolnej Ždani na križovatke (9,3 km) doľava a pokračovať popod diaľnicu rovno do Hliníka nad Hronom, kde je odovzdávka pred Domom kultúry.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace vozidlo" sa vráti na štvorprúdovú hlavnú cestu smer Banská Bystrica a na prvej križovatke odbočí doprava smer Lovča.

Pokračuje po rovnakej trase ako bežec, až do Hliníka nad Hronom, kde je odovzdávka.

Parkuje sa pri odovzdávke na tráve alebo v obci, pri parku.

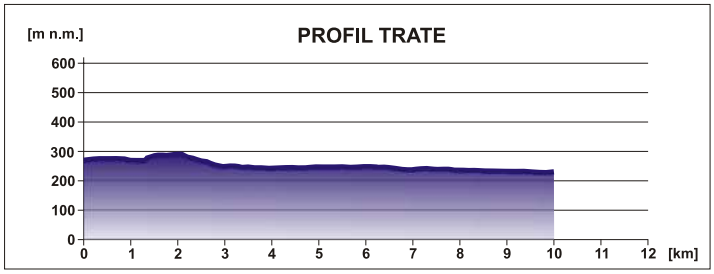
Pokiaľ z dediny Dolná Ždaňa idete smerom na Hliník nad Hronom a za mostom, pred podjazdom pod R1, odbočíte doprava smer futbalové ihrisko, asi po 200 metrov sa dostanete na lúku pri Hrone, ktorá je vhodná na kempovanie.

ÚSEK 15 ŽIAR N. H. - HLINÍK N. H. BEŽEC 3

Dĺžka: 10 km

Prevýšenie: cca + 70 m / - 100 m

Obtiažnosť: 1 ľahká



ÚSEK 16

POPIS PRE BEŽCA:

Za odovzdávkou doprava, okolo parčíka na pravej strane cesty. Pokračovať rovno von z Hliníka nad Hronom, na pravej strane cesty je úzky chodník.

Na konci obce sa držať vpravo a bežať po chodníku popri hlavnej ceste až na jeho koniec pri vstupe do fabriky (1,5 km).

Potom po hlavnej ceste smer Žarnovica. Prebehnúť cez obec Bzenica rovno (3,5 km) a pokračovať až do Žarnovice, okolo benzínovej pumpy na odovzdávku pred starou fabrikou „Preglejka".

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace vozidlo" ide po rovnakej trase ako bežec.

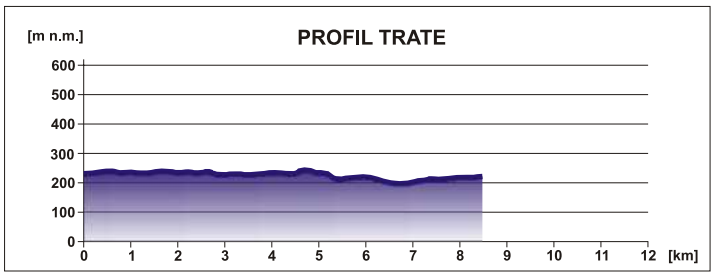
Parkuje sa pred odovzdávkou vľavo, na betónovej ploche pri fabrike.

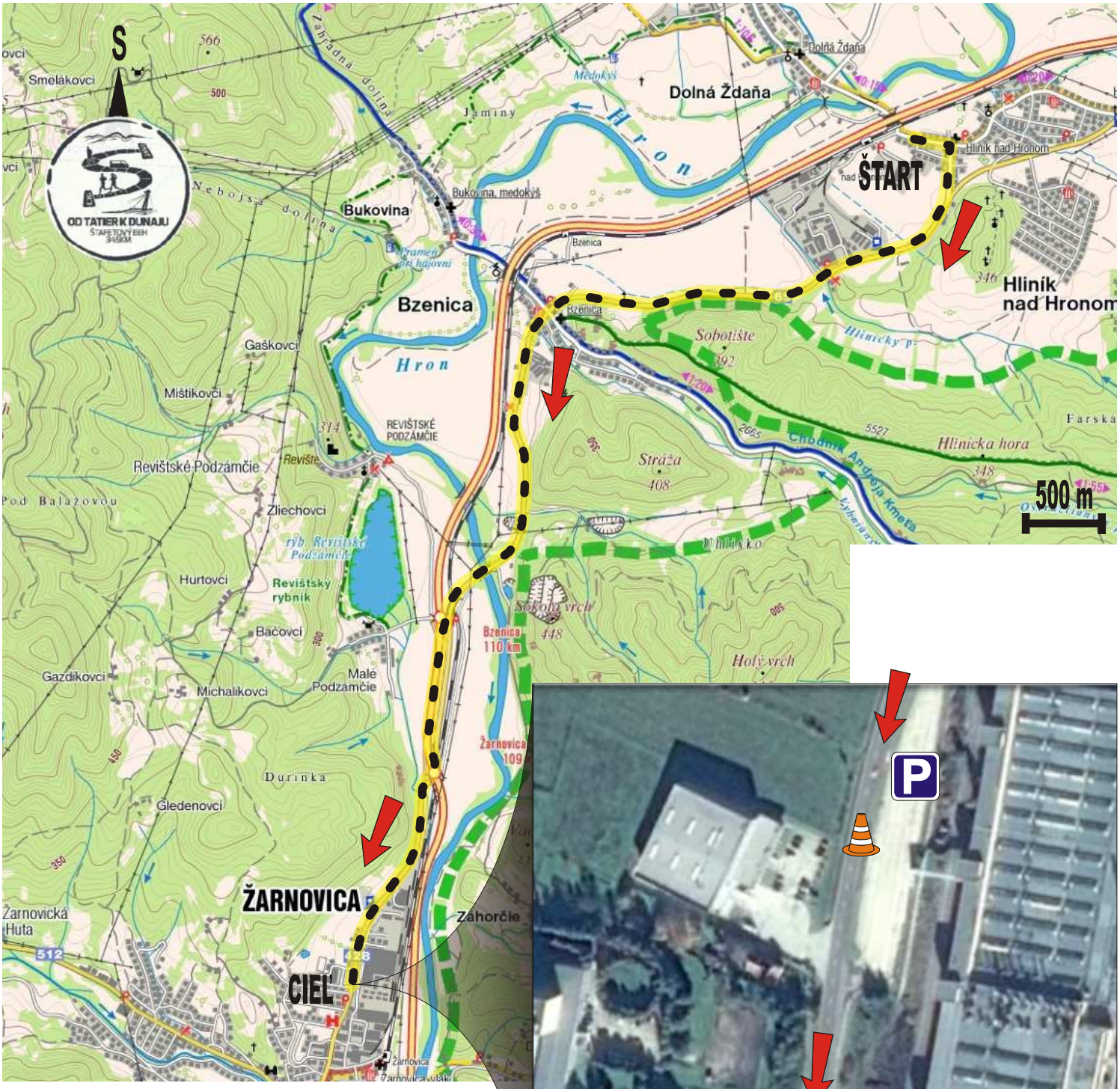
ÚSEK 16 HLINÍK N. H. - ŽARNOVICA BEŽEC 4

Dĺžka: 8,2 km

Prevýšenie: cca + 120 m / - 130 m

Obtiažnosť: 1 ľahká





Zemepisná šírka: 48°29'28.73"S Zemepisná dĺžka: 018°43'30.38"V

ÚSEK 17

POPIS PRE BEŽCA:

Beží sa po hlavnej ceste cez Žarnovicu až k rieke Kľak pred hlavným námestím. Pred mostom cez rieku (0,9 km) odbočiť doľava a popri rieke Kľak bežať až k rieke Hron. Prebehnúť mostom a pokračovať do kopca až do osady Lukavica.

Na prvej križovatke (2,1 km) prudko doprava, do protismeru. Beží sa po asfaltovej ceste v lese až na hlavnú cestu z Dolných Hámrov do Žarnovice (4,5 km), tu doprava.

Pred stúpaním na nadjazd nad rýchlostnú komunikáciu zabočiť doľava (4,8 km) smer Voznica. Stále rovno po hlavnej ceste až do obce Voznica, kde v strede obce je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace vozidlo" ide rovno cez Žarnovicu po hlavnej ceste, cez námestie až na koniec Žarnovice. Na križovatke odbočiť doľava a pokračovať nadjazdom nad rýchlostnú komunikáciu.

Za nadjazdom doprava smer Voznica a stále rovno až do Voznice.

Parkovanie je v strede obce pred kultúrnym domom, kde je možné aj prespať.

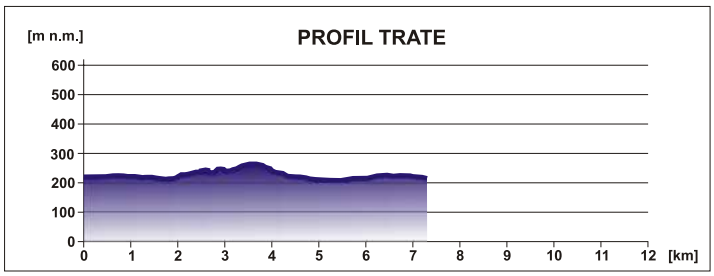
V prípade zaplnenia parkoviska, autá môžu parkovať na komunikáciách v obci.

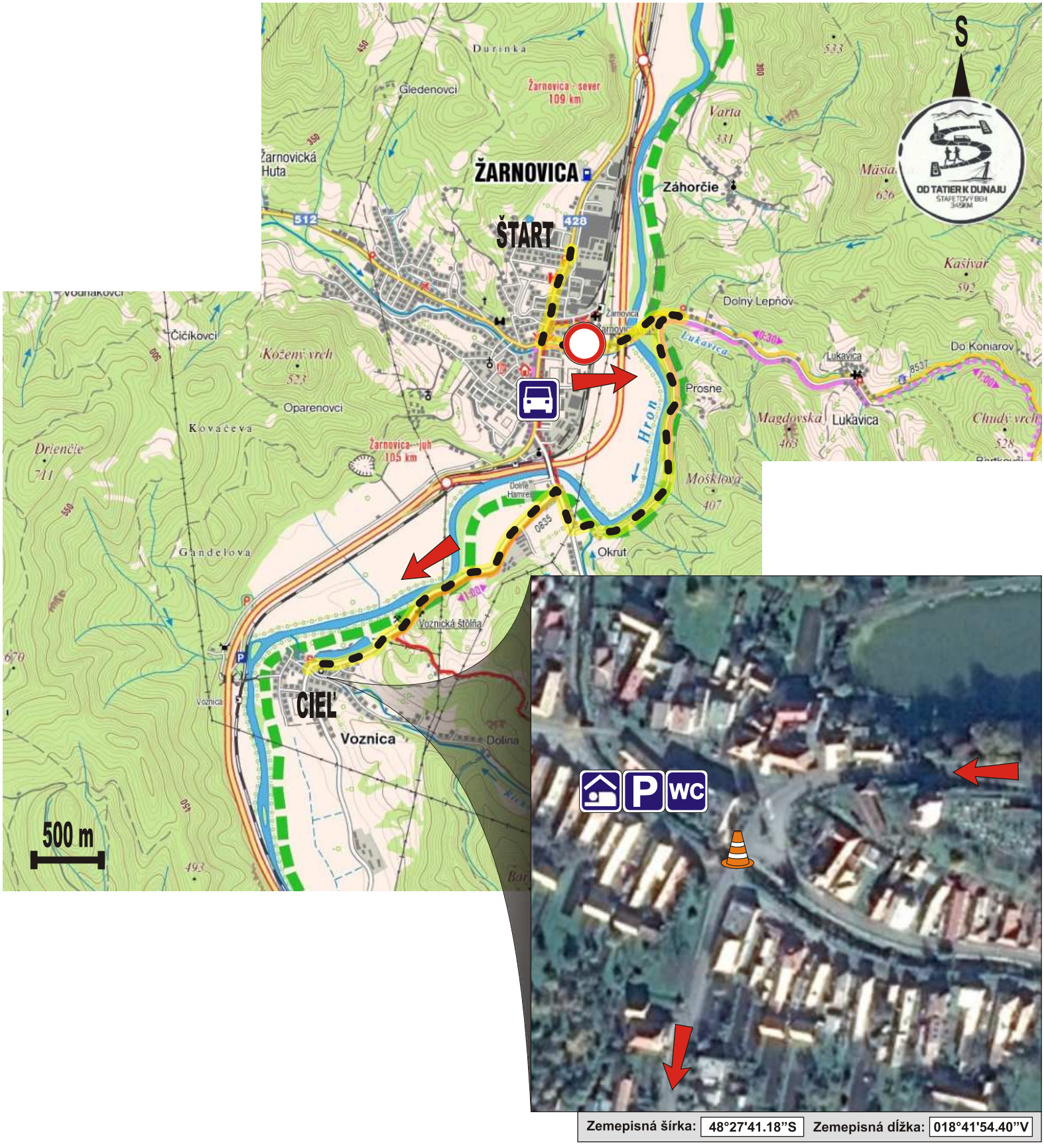
ÚSEK 17 ŽARNOVICA - VOZNICA BEŽEC 5

Dĺžka: 7,2 km

Prevýšenie: cca + 140 m / - 150 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná





Zemepisná šírka: 48°27'41.18"S Zemepisná dĺžka: 018°41'54.40"V

ÚSEK 18

POPIS PRE BEŽCA:

Za odovzdávkou rovno, von z obce Voznice až do obce Rudno nad Hronom. V centre obce (4,3 km) doprava a po cca 100 m, pred mostom cez Hron, doľava k futbalovému štadiónu, kde je k dispozícii otvorený bufet a sprchy.

Pokračovať rovno po ceste von z obce Rudno nad Hronom až do obce Brehy. Na križovatke prebehnúť rovno na námestie, kde je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace vozidlo" ide po rovnakej trase ako bežec.

Pri odovzdávke, v obci Brehy, je parkovisko na futbalovom štadióne. Je tu zriadená oddychová zóna, otvorený bufet a sociálne zariadenia, ktoré poskytuje futbalový klub OŠK Brehy.

Na nocľah je možné využiť i priestor neďaleko odovzdávky.

Prosíme všetkých vodičov, aby v záujme bezpečnosti bežcov, rešpektovali zákaz zastavenia motorových vozidiel priamo na trase behu!

ÚSEK 18

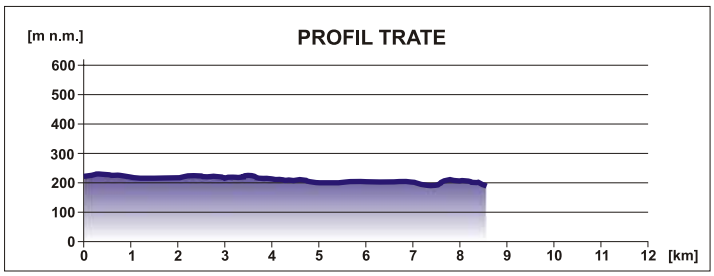
VOZNICA - BREHY

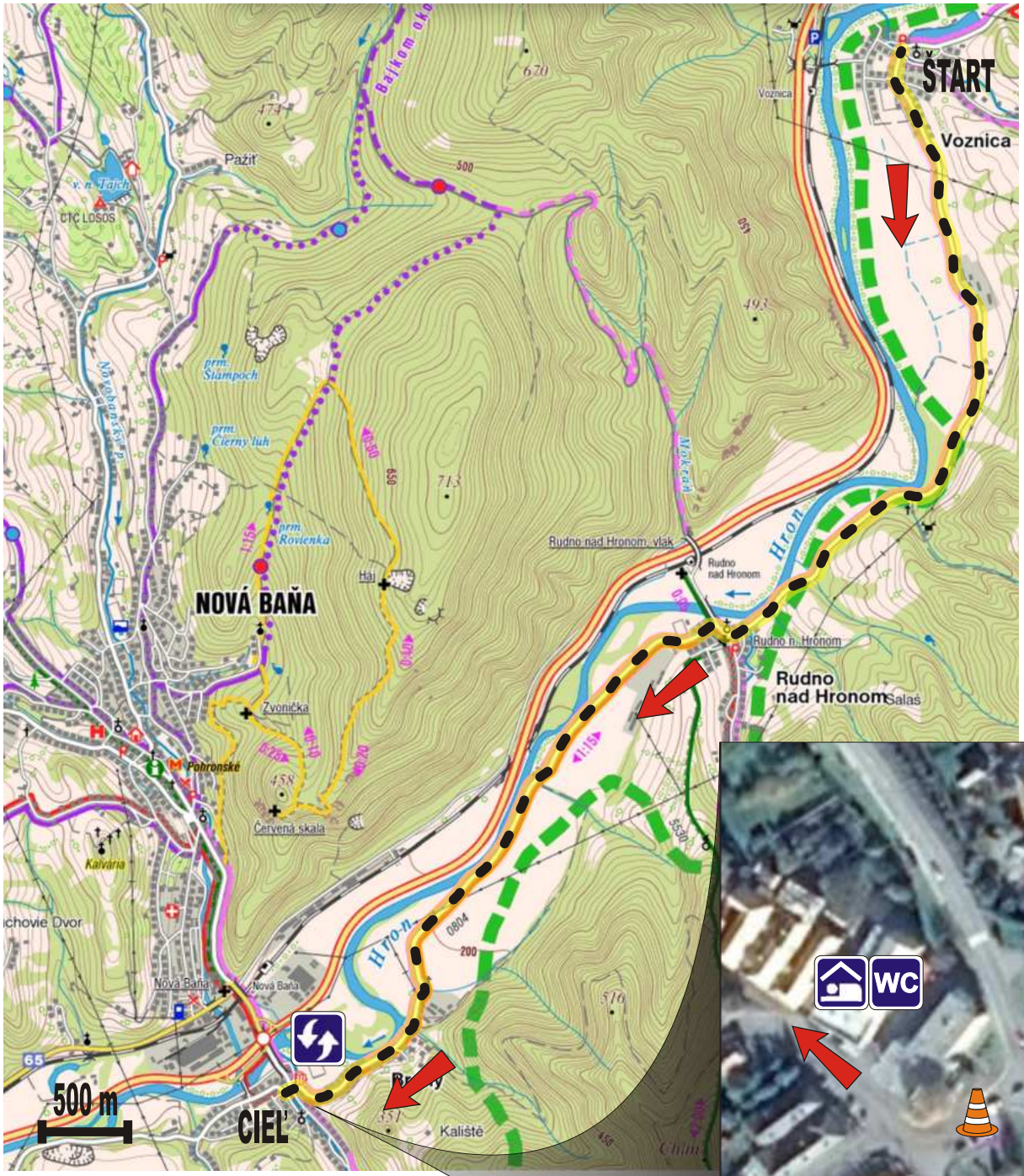
BEŽEC 6

Dĺžka: 8,6 km

Prevýšenie: cca + 100 m / - 120 m

Obtiažnosť: 1 ľahká





Zemepisná šírka: 48°24'24.68''S Zemepisná dĺžka: 018°38'59.15''V

ÚSEK 19

POPIS PRE BEŽCA:

Za odovzdávkou sa beží stále po hlavnej ceste do obce Tekovská Breznica. Na konci obce (4,6 km) odbočiť doprava, popod rýchlostnú komunikáciu mierne do kopca až na hlavnú cestu v obci Orovnica (5,5 km), tu odbočiť doľava.

Ďalej po hlavnej ceste prvej triedy von z Orovnice. Cesta je úzka so zvodidlami na ľavej strane.

Stále rovno popri železnici, popod rýchlostnú komunikáciu (8,7 km), smer Hronský Beňadik, neskôr sa cesta rozširuje.

Obec Hronský Beňadik prebehnúť vľavo (9,9 km), dolu je chodník. Beží sa až na námestie pod kláštorom, kde je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace vozidlo" ide po rovnakej trase ako bežec.

Parkovanie v strede obce vedľa námestia pred potravinami. Veľké parkovacie priestory sú taktiež za námestím na ľavej strane smer železničná stanica.

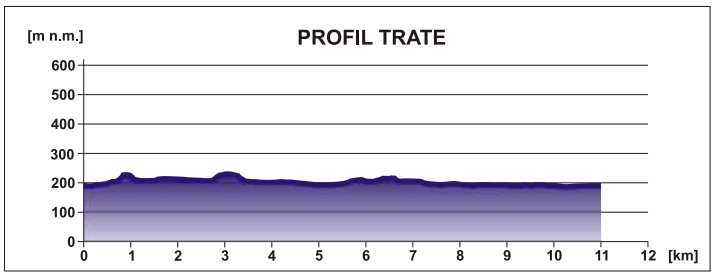
V blízkosti odovzdávky sú pre bežcov k dispozícií verejné toalety.

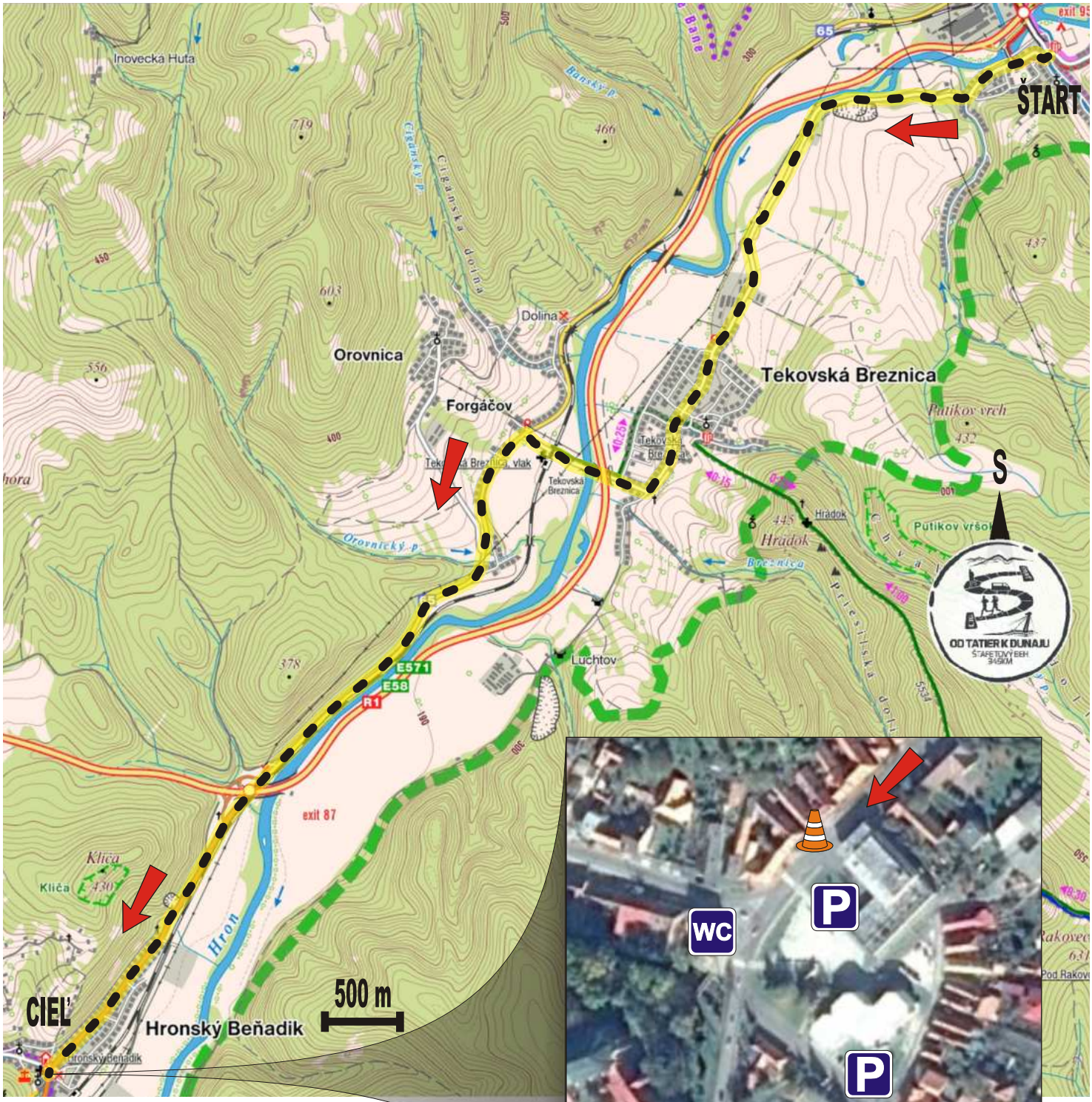
ÚSEK 19 BREHY - HRONSKÝ BEŇADIK BEŽEC 7

Dĺžka: 11 km

Prevýšenie: cca + 130 m / - 180 m

Obtiažnosť: 1 ľahká





Zemepisná šírka: 48°20'43.81"S Zemepisná dĺžka: 018°33'32.77"V

ÚSEK 20

POPIS PRE BEŽCA:

Po odovzdávke pokračovať po ľavej strane cesty smer Psiare.

Po 400 m odbočiť z hlavnej cesty doľava na nadjazd cez železničnú trať a pokračovať po ceste smer hrádza. Prebehnúť cez otvorenú závoru a popri betónovom plote skladu Slovnaft na hrádzu. Doprava po hrádzi v smere „dolu vodou", prebehnúť cez drevený mostík cez potok a stredom luky asi 900 m pokračovať do obce Psiare.

Na konci lúky prebehnúť krížom cez hrádzu a pokračovať okolo futbalového ihriska, za ihriskom odbočiť doprava späť na hlavnú cestu. Na konci ulice zabočiť doľava a pokračovať po hlavnej cez obec Psiare.

Po 500 m odbočiť z hlavnej cesty doprava (2,7 km) cez železničné priecestie a po poľnej asfaltke okolo družstva pokračovať do obce Kozárovce. Stále sa držať hlavnej cesty cez polia do dediny Kozárovce, v dedine pri kostole (4,9 km) doprava.

Asi po 300 m odbočiť doľava a cez mostík nad Čaradickým potokom pokračovať do centra obce. Prebehnúť cez námestie stále rovno, aj na križovatke s hlavnou cestou (5,3 km) rovno a pokračovať von z obce smer Nemčiňany.

Beží sa po užšej ceste cez polia. Pri poľnohospodárskom družstve (7,8 km) je ostrá zákruta vpravo, mierne stúpanie, neskôr les a mierne klesanie.

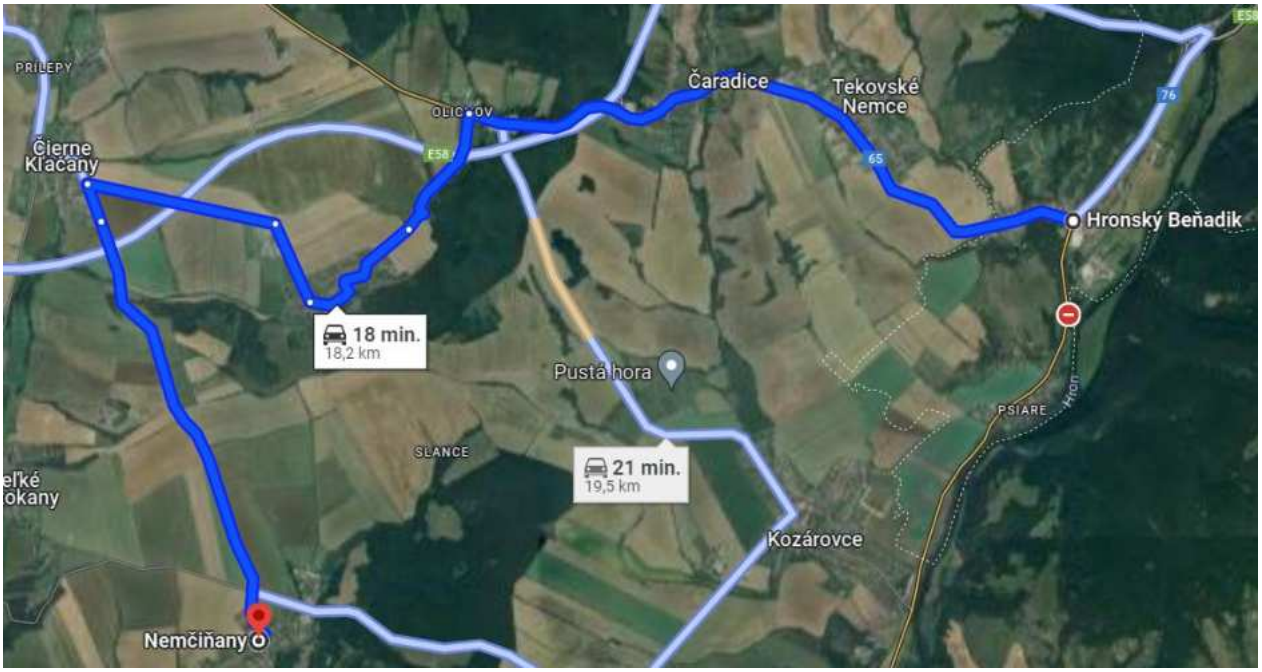
V Nemčiňanoch na prvej križovatke (11,2 km) odbočiť doľava a pokračovať cez obec až na odovzdávku na križovatke na konci obce.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Na ceste 76 v obci Psiare prebiehajú aktuálne stavebné práce.

„Bežiace" vozidlo z Hronského Beňadiku pokračuje po hlavnej ceste smer Tekovské Nemce, Čaradice, Volkovce, Čierne Kľačany až do Nemčinian na odovzdávku.

Parkovisko je za odovzdávkou a za ním je vhodná plocha na kempovanie.

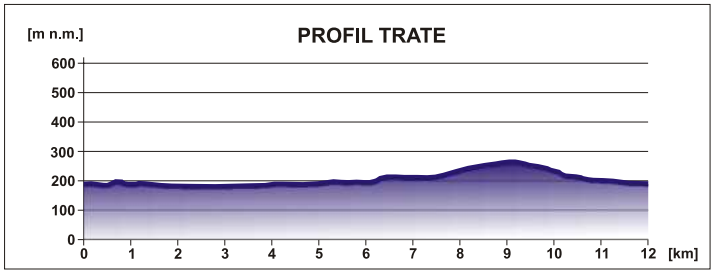


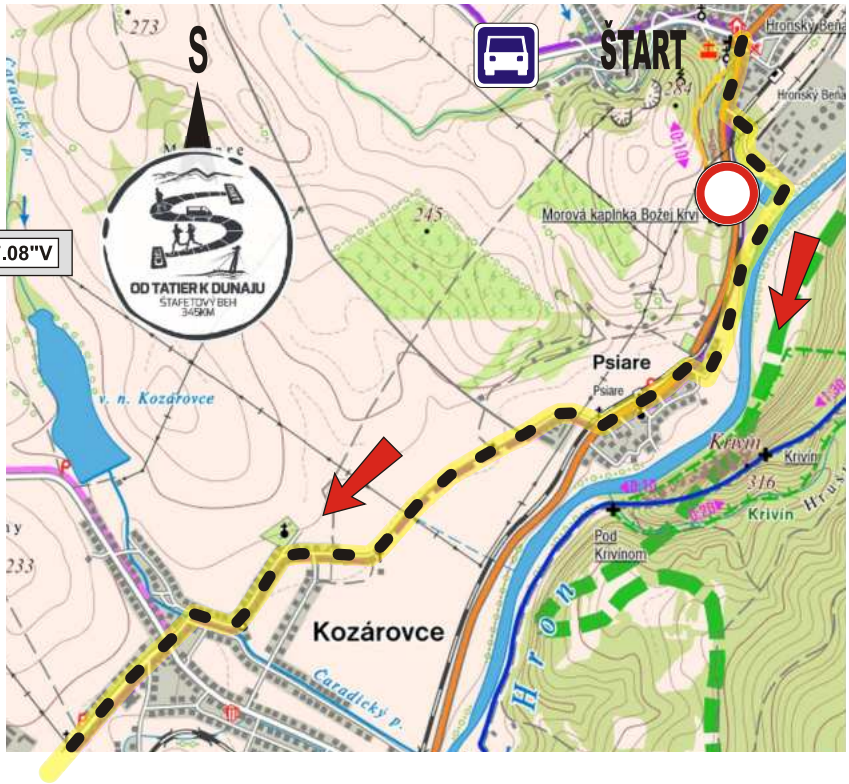
ÚSEK 20 H. BEŇADIK - NEMČIŇANY BEŽEC 8

Dĺžka: 12 km

Prevýšenie: cca + 170 m / - 150 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná





Zemepisná šírka: 48°18'17.74"S Zemepisná dĺžka: 018°26'47.08"V

ÚSEK 21

POPIS PRE BEŽCA:

Za odovzdávkou pokračovať rovno po hlavnej ceste a po cca 100 m, pred futbalovým ihriskom, odbočiť doprava. Beží sa po asfaltke na križovatku (0,8 km) a tam doľava do kopca.

Na vrchole kopca pokračovať stále po asfaltke popri lese po pravej strane. Na ďalšej križovatke (5,3 km) doprava - zbehnúť dolu z kopca až na hlavnú cestu.

Na hlavnej ceste (6,6 km) doľava a potom stále rovno až k odovzdávke na začiatku obce Nevidzany.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo ide za odovzdávkou vpravo, po hlavnej ceste v tvare „esíčka" von z obce Nemčiňany až na križovatku s hlavnou cestou, pri značke koniec obce odbočiť vľavo do obce Malé Vozokany.

V Malých Vozokanoch cez prvú križovatku rovno a po cca 150 m, na druhej križovatke s hlavnou cestou, pri pošte, odbočiť doľava smer Vráble.

Ďalej po hlavnej ceste cez obec Červený Hrádok rovno do obce Nevidzany, kde je hneď na začiatku odovzdávka.

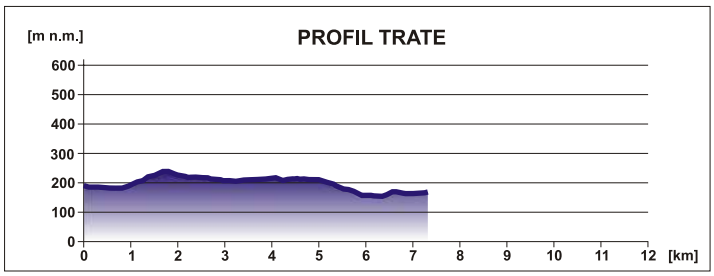
Parkovisko je za odovzdávkou vpravo, v starom JRD vľavo alebo v obci.

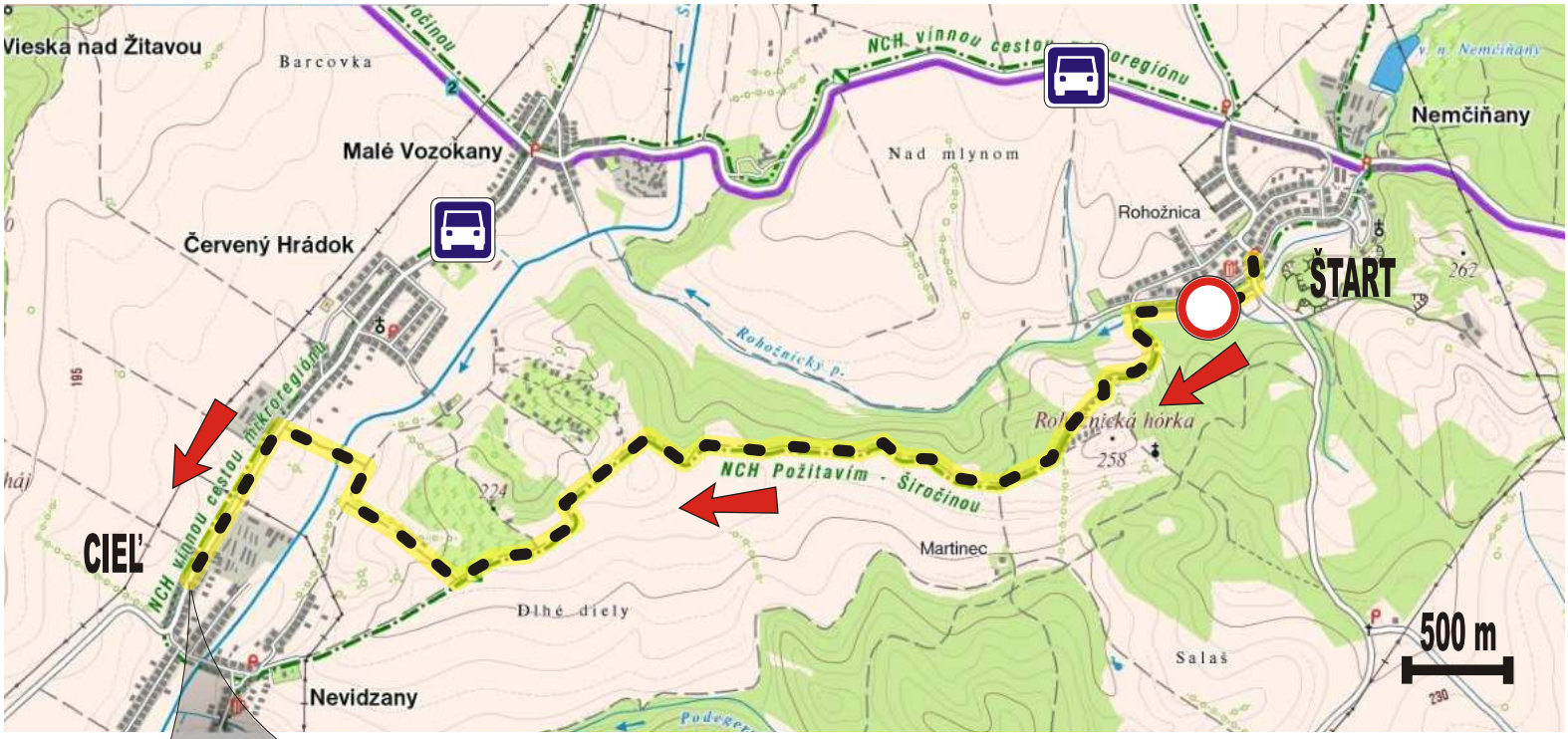
ÚSEK 21 NEMČIŇANY - NEVIDZANY BEŽEC 9

Dĺžka: 7,3 km

Prevýšenie: cca + 100 m / - 110 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná





Zemepisná šírka: 48°17'30.53"S Zemepisná dĺžka: 018°22'33.93"V

S

OD TATIER K DUNAJU
ŠTAFETOVÝ BEH
345KM

ÚSEK 22

POPIS PRE BEŽCA:

Z odovzdávky sa beží po hlavnej ceste až na križovatku (0,4 km), kde sa odbáča doľava ďalej do obce.

Cez obec Nevidzany stále po hlavnej ceste do mierneho kopca, pred malým parčíkom sa držať vpravo. Na križovatke (1,0 km) vpravo, mierne dolu kopcom. Pokračovať po hlavnej ceste a držať sa stále vpravo až na koniec obce. Za obcou (1,6 km) stále rovno, po spevnenej ceste do obce Tajná.

V Tajnej, za zámockým parkom (3,3 km) odbočiť doprava a pokračovať cez obec smer Horný Oháj.

Na križovatke (6,3 km) rovno a beží sa cez obec Horný Oháj. Na konci obce sa beží po chodníku na pravej strane popri ceste, do Vrábľov, až po veľkú križovatku s hlavnou cestou (8,9 km). Cez križovatku sa prebehne rovno, po priechode pre chodcov na pravej strane.

Pokračuje sa stále rovno po chodníku na pravej strane popri autobusovej stanici z pravej strany. Na ďalšej križovatke (9,4 km) odbočiť vpravo. Pokračovať po chodníku cez most ponad Telinský potok. Na nasledujúcej križovatke prebehnúť po priechode pre chodcov na ľavú stranu cesty, pokračovať rovno, okolo pamätníka, kde je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo ide po hlavnej ceste, v tvare „esíčka", von z obce Nevidzany smer Horný Oháj. Ďalej po rovnakej trase ako bežec, až po križovatku s cestou č. 51 vo Vrábľoch. Na križovatke sa odbočí doprava a pokračuje sa cez mesto smer Nitra až k Lidl-u, kde sa parkuje.

K odovzdávke sa ide po pešej zóne asi 400 m.

ÚSEK 22

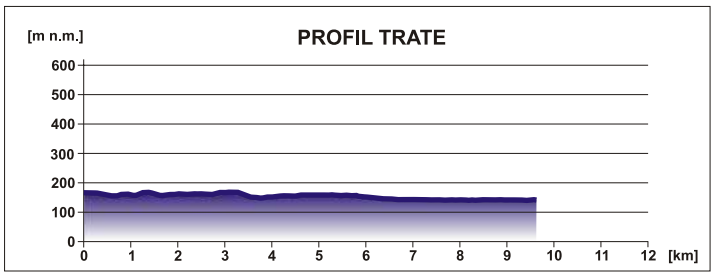
NEVIDZANY - VRÁBLE

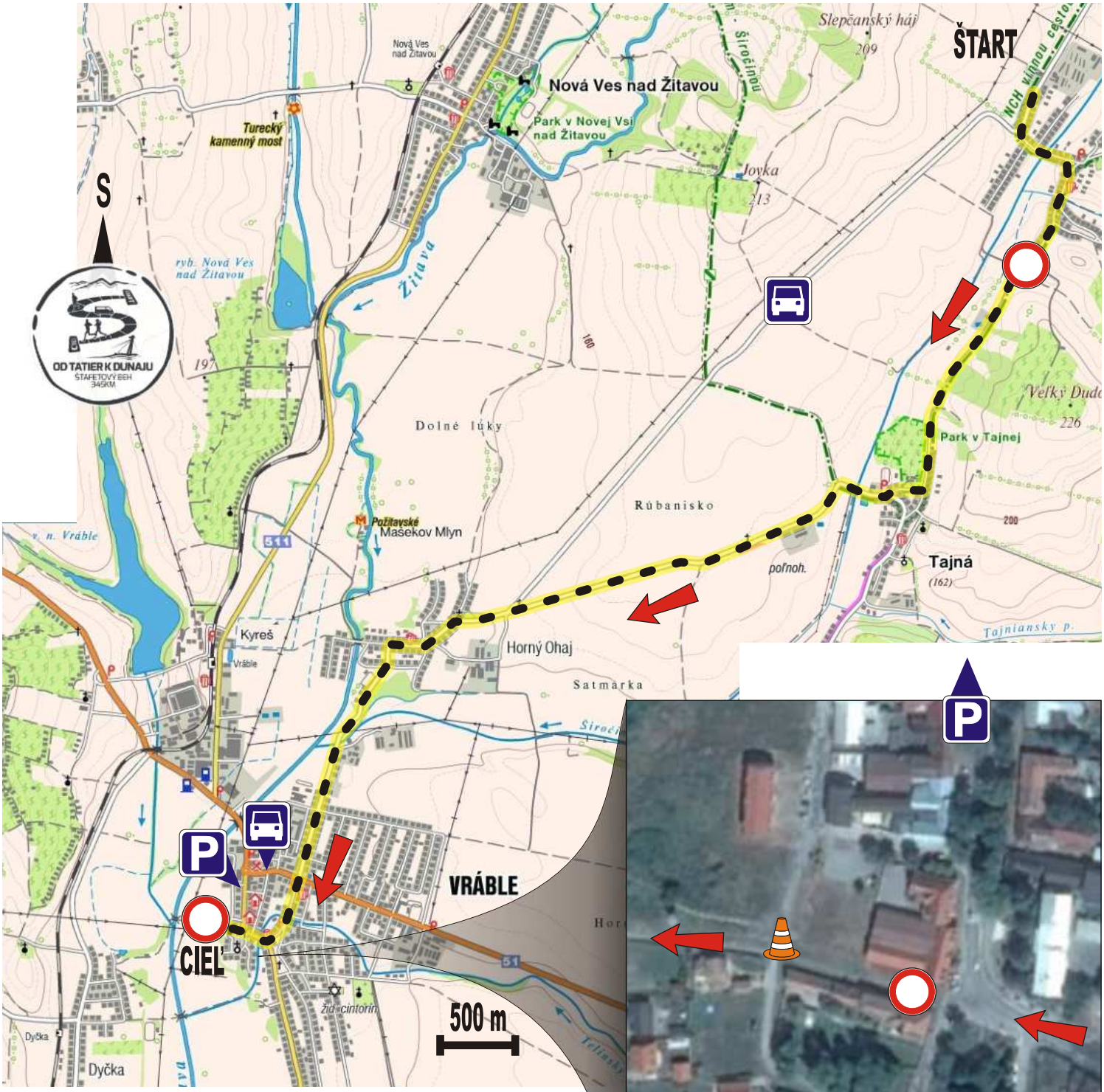
BEŽEC 10

Dĺžka: 9,7 km

Prevýšenie: cca + 70 m / - 100 m

Obtiažnosť: 1 ľahká





Zemepisná šírka: 48°14'26.37"S Zemepisná dĺžka: 018°18'08.36"V

ÚSEK 23

POPIS PRE BEŽCA:

Asi 50 m od odovzdávky sa napojíte na cyklistický chodník, ktorý začína medzi dvomi budovami. Po cyklistickom chodníku sa beží rovno, za mostíkom ponad rieku Žitava odbočiť vľavo (0,4 km) a beží sa až do obce Dyčka.

Na konci cyklistického chodníka sa odbáča doľava (0,9 km), po asi 100 m na prvej križovatke doprava a po Vrábeľskej ulici až ku križovatke s hlavnou cestou (1,2 km), kde sa odbočí doľava. Pokračuje sa po hlavnej ceste stále rovno von z obce Dyčka.

Ďalej sa beží stále po hlavnej ceste cez obce Lúčnica nad Žitavou, Martinová, Michal nad Žitavou, až do obce Kmeťovo. Beží sa po ľavej krajnici, prípadne po chodníku na ľavej strane cesty.

Odovzdávka je v Kmeťove uprostred obce, pred krčmou.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo pokračuje po ceste č. 51 cez mesto smer Nitra.

Na konci mesta, pred železničným priecestím, sa zabočí vľavo smer Dyčka a ďalej po trase behu až k odovzdávke.

Parkuje sa na hlavnej ceste pred krčmou, alebo kúsok ďalej pri potravinách, prípadne za odovzdávku pri futbalovom štadióne.

V kultúrnom dome hneď vedľa odovzdávky sú k dispozícii toalety, bude sa ponúkať káva a čaj. V kultúrnom dome je možnosť prenocovať a za cintorínom je vhodná plocha na kempovanie.

ÚSEK 23

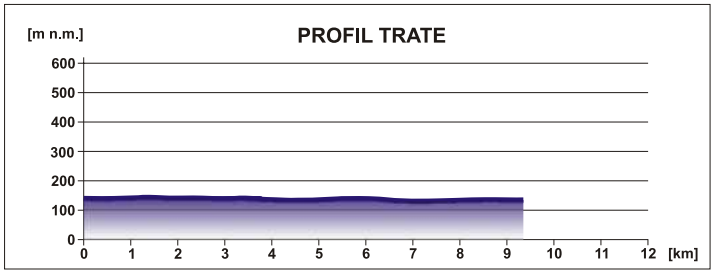
VRÁBLE - KMEŤOVO

BEŽEC 11

Dĺžka: 9,2 km

Prevýšenie: cca + 20 m / - 20 m

Obtiažnosť: 1 ľahká



ÚSEK 24

POPIS PRE BEŽCA:

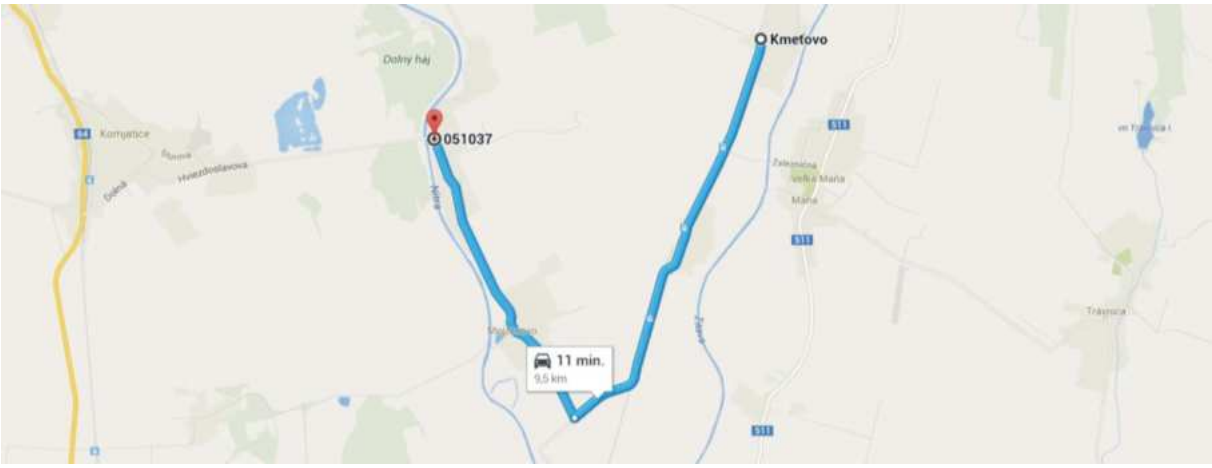
Od odovzdávky sa prebehne cez železničné priecestie a beží sa okolo cintorína do mierneho kopca. Dlhšie rovno, neskôr sa cesta točí najskôr vpravo, potom vľavo okolo poľa, cez háj až do vinohradníckej chatovej osady, kde sa odbáča vľavo (3,4 km). Na konci asfaltovej cesty pokračuje spevnená poľná cesta, ktorá naďalej lemuje vinohrady až k občerstvovačke. Nasleduje prudšie klesanie rovno do obce Černík a napojenie opäť na asfaltovú cestu.

Po príchode na križovatku (5,1 km) s hlavnou cestou sa zabočí doľava. Pokračuje sa po hlavnej ceste až na ďalšiu križovatku (6,5 km), kde sa odbočí doprava smer Komjatice.

V Komjaticiach po 600 m, pri potravinách (9,3 km) sa odbočí doprava do centra obce. Beží sa po chodníku na pravo, stále rovno, po hlavnej ceste, cez malý parčík rovno, stále po chodníku okolo Miestneho úradu ku Domu kultúry, kde je na ľavej strane odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Vozidlo z Kmeťova pokračuje ďalej cez Malú Maňu, Mojzesovo a Černík. V obci Černík je odbočka doľava na Komjatice.



Parkuje sa na parkovisku pri Dome kultúry.

Priestor oddychovej zóny je v miestnej základnej škole. Vchod do areálu školy je z ulice Fraňa Kráľa. Oddychová zóna je vzdialená 100 m od odovzdávky.

V oddychovej zóne sú k dispozícií toalety, je možnosť dať si sprchu i prenocovať v telocvični. Priestor na kempovanie je na trávnatom ihrisku v areáli základnej školy.

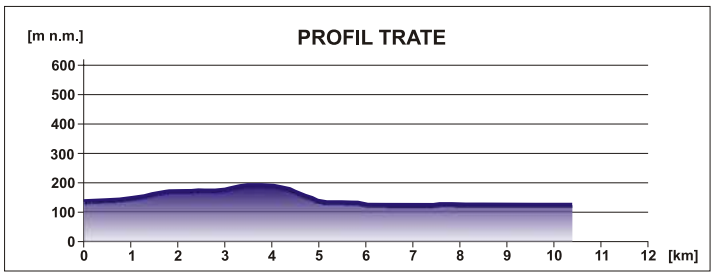
K dispozícií bude kávička, občerstvenie a zdarma tejping pred záverečným úsekom.

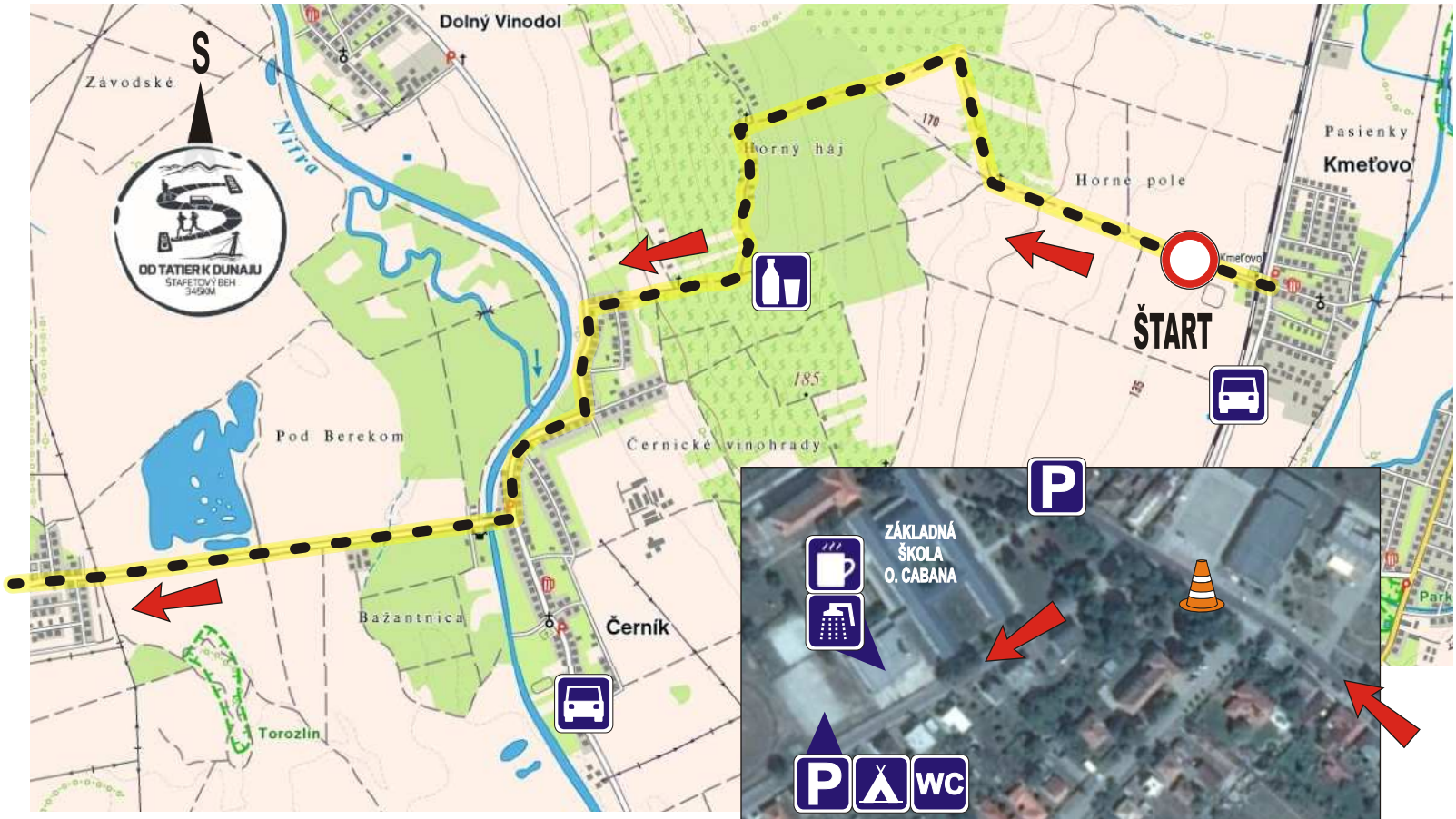
ÚSEK 24 KMEŤOVO - KOMJATICE BEŽEC 12

Dĺžka: 10,4 km

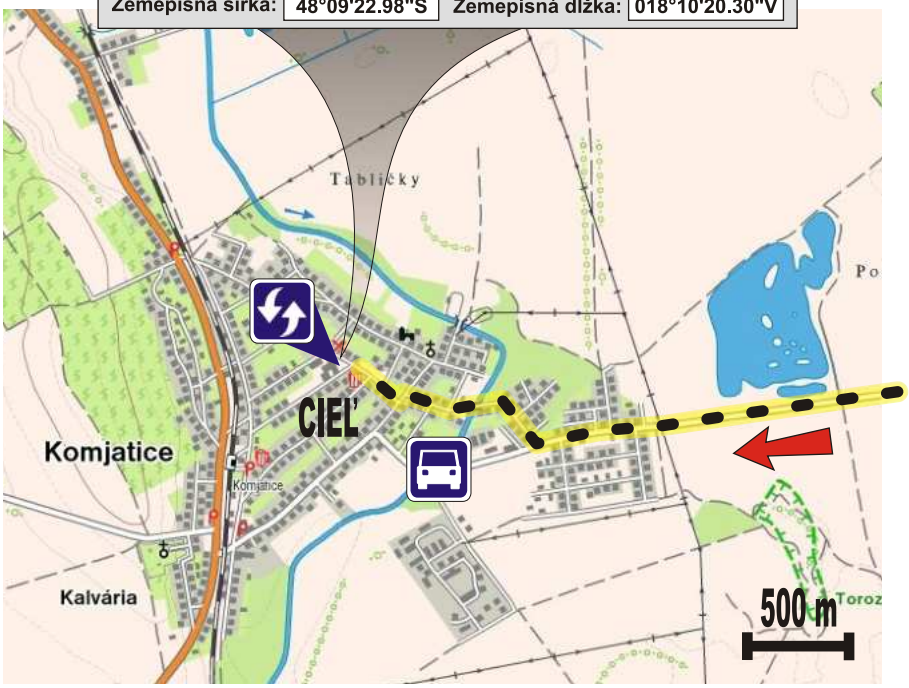
Prevýšenie: cca + 70 m / - 80 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná





Zemepisná šírka: 48°09'22.98"S Zemepisná dĺžka: 018°10'20.30"V



ÚSEK 25

POPIS PRE BEŽCA:

Z odovzdávky za parčíkom hneď doľava a popri areáli oddychovej zóny v miestnej škole pokračovať po ľavej strane stále rovno. Na konci zabočiť doľava a potom stále rovno až ku hlavnej ceste, cez železničné priecestie na cestu 1. triedy (1,2 km), tu odbočiť vpravo.

Po 100 m sa prebehne po prechode pre chodcov na ľavú stranu cesty a pokračuje sa ešte asi 50 m po hlavnej ceste na križovatku (1,4 km), kde sa odbočí vľavo.

Beží sa po chodníku na ľavej strane cesty, do kopca, okolo cintorína po ľavej strane.

Po skončení chodníka sa beží stále rovno po ľavej krajnici do obce Rastislavice, kde v strede obce, na parkovisku pred Jednotou, je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo ide po rovnakej trase ako bežec.

Parkovanie pri Jednote.

1 km pred odovzdávkou je pre bežcov k dispozícií kultúrny dom s toaletami a základným občerstvením (káva, čaj, voda), ktoré zabezpečuje obec Rastislavice.

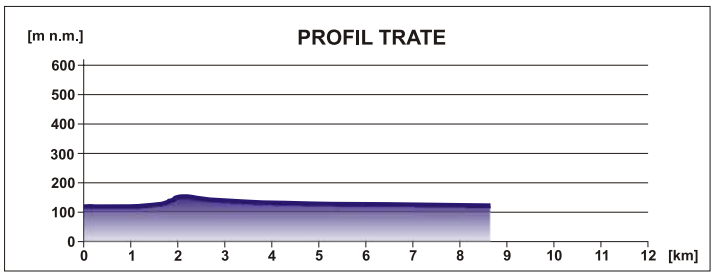
Na odovzdávke budú požiarnici z DHZ Rastislavice ponúkať kávu a čaj.

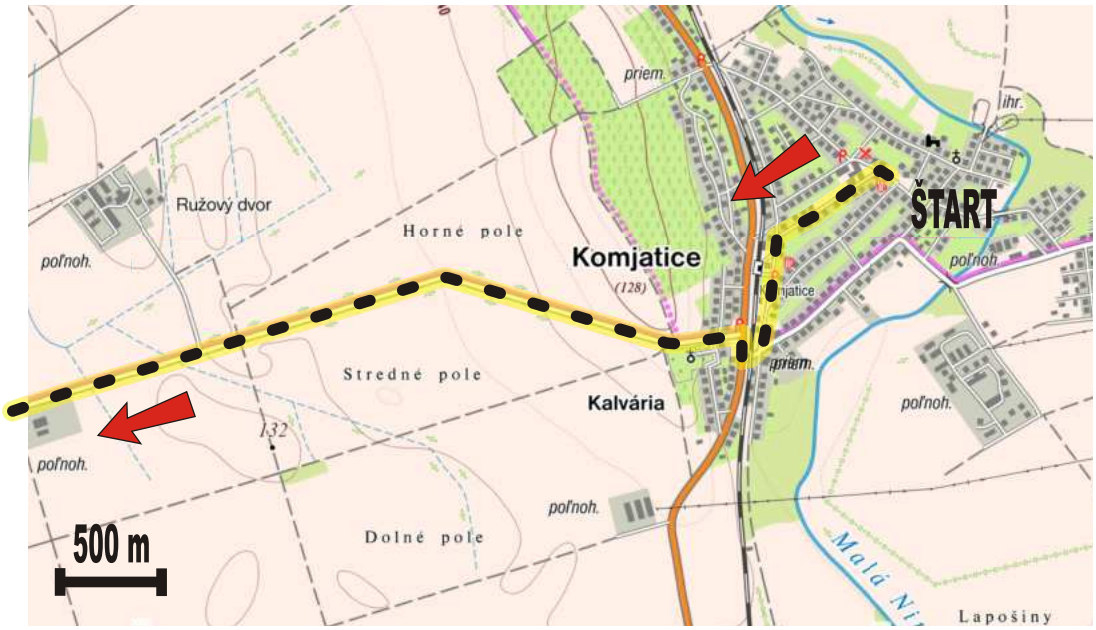
ÚSEK 25 KOMJATICE - RASTISLAVICE BEŽEC 1

Dĺžka: 8,5 km

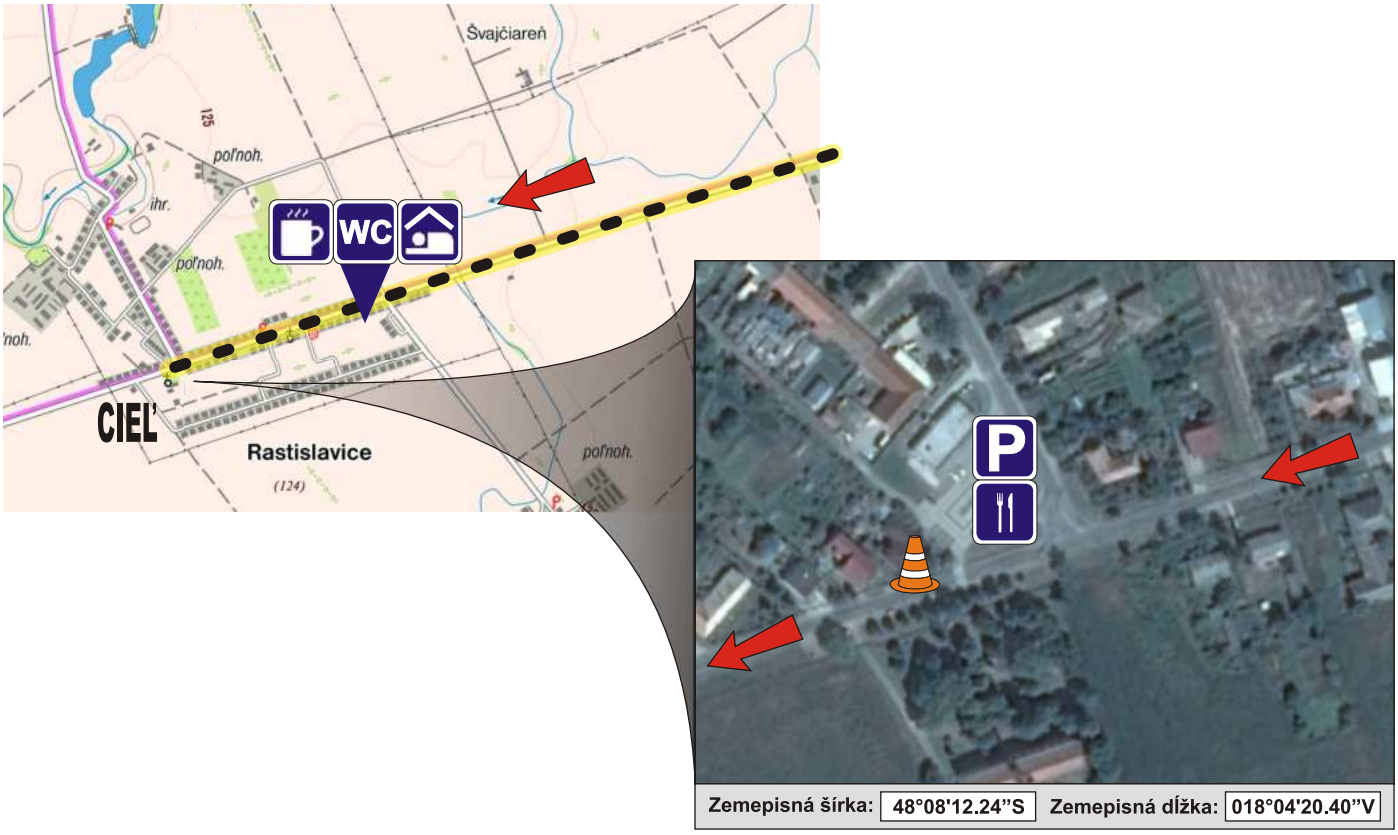
Prevýšenie: cca + 20 m / - 20 m

Obtiažnosť: 1 ľahká





S



Zemepisná šírka: 48°08'12.24"S Zemepisná dĺžka: 018°04'20.40"V

ÚSEK 26

POPIS PRE BEŽCA:

Po odovzdávke sa beží do obce Jatov, na križovatke s cestou 1. triedy (3,5 km) stále rovno, neskôr cez železničné priecestie a pokračuje sa do obce Selice.

V strede Selíc na križovatke (9,7 km) doprava smer Šaľa a Trnovec nad Váhom.

Odovzdávka je na námestí v Seliciach.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo ide po rovnakej trase ako bežec.

Hneď za odovzdávkou odbočiť doľava na námestie v strede obce Selice.

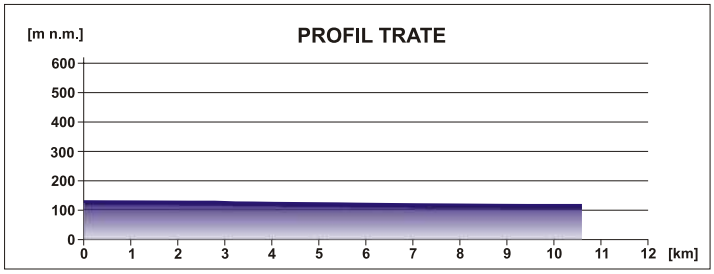
Parkuje sa pred kostolom, prípadne pred kultúrnym domom, kde sú toalety a základné občerstvenie (káva, čaj, voda), ktoré pre bežcov zabezpečuje obec Selice.

ÚSEK 26 RASTISLAVICE - SELICE BEŽEC 2

Dĺžka: 10,4 km

Prevýšenie: cca + 10 m / - 20 m

Obtiažnosť: 1 ľahká



S

Zemepisná šírka: 48°05'42.82"S Zemepisná dĺžka: 017°57'53.35"V

ÚSEK 27

POPIS PRE BEŽCA:

Beží sa po hlavnej ceste do obce Trnovec nad Váhom. Prebehne sa celou obcou Trnovec a na konci asi 200 m za obecným úradom sa odbočí z hlavnej cesty vľavo (7,5 km).

Pokračuje sa stále rovno až na koniec asfaltky. Asfaltka sa zmení na panelovú cestu. Treba sa držať stále vpravo aj na križovatke (8,2 km) odbočiť vpravo.

Prebehne sa ponad hrádzu a pokračuje sa po panelovej ceste. Neskôr popod železničný most a po čase sa opäť prebehne ponad hrádzu. Potom už stále rovno po panelovej ceste popri hrádzi smer Šaľa.

Na konci cesty (11 km) sa odbočí doľava a vybehne sa na hrádzu. Po hrádzi asi 300 m k odovzdávke.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo ide až do Trnovca nad Váhom po rovnakej trase ako bežec, až po križovatku, kde bežec odbáča doľava, na hrádzu. Vozidlo pokračuje rovno na koniec obce, cez železničné priecestie smer Šaľa.

Prejde sa mestskou časťou Šaľa Veča, z kruhového objazdu použite tretí zjazd a potom na parkovisko OC Tesco, kde sa parkuje.

Odovzdávka je na hrádzi, z parkoviska je to asi 300 m.

ÚSEK 27

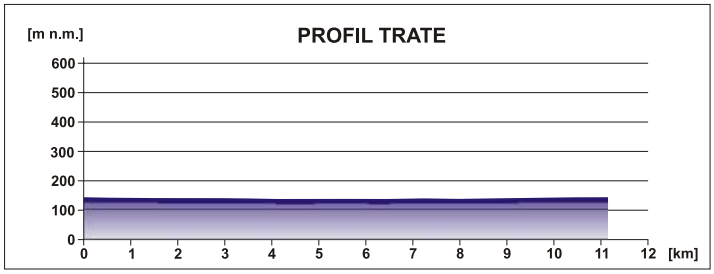
SELICE - ŠAĽA

BEŽEC 3

Dĺžka: 11,4 km

Prevýšenie: cca + 20 m / - 10 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná, orientačne náročná



ÚSEK 28

POPIS PRE BEŽCA:

Za odovzdávkou 100 m sa odbáča vľavo, po chodníku sa prebehne cez most ponad rieku Váh a odbočí sa vľavo (0,8 km). Po priechode pre chodcov sa prebehne na pravú stranu, následne sa beží po ulici Petra Pázmaňa, ktorá sa mierne točí vpravo. Pokračuje sa stále rovno, prebehne sa križovatka rovno (1,5 km) a pokračuje sa na pešiu zónu, cez centrum mesta Šaľa.

Po prebehnutí pešou zónou sa pokračuje cez kruhový objazd stále rovno (2 km), po priechode pre chodcov na pravej strane, smer Diakovce. Za cintorínom sa prebehne cez priechod pre chodcov na ľavú stranu a po krajnici sa prejde cez železničné priecestie (2,4 km).

Pokračuje sa stále rovno po hlavnej ceste, von zo Šale do obce Diakovce. Od čerpacej stanice L-Petrol (4,1 km) sa beží po chodníku po ľavej strane cesty.

Uprostred obce pred križovatkou sa prebehne po priechode pre chodcov doprava a hneď na najbližšej križovatke (4,7 km) sa odbočí vľavo. Beží sa okolo kultúrneho domu, na prvej križovatke vpravo až ku kostolu, potom doľava medzi rodinnými domami späť na cestu do obce Horné Saliby okolo Pensionu Europa.

Pokračuje sa po hlavnej ceste, na križovatke (7,6 km) za mostíkom cez potok Derňa, držať sa vľavo, k termálnemu kúpalisku. Neskôr na križovatke (10,8 km) rovno do obce Horné Saliby, kde je odovzdávka na začiatku obce.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Z parkoviska OC Tesco späť na kruhový objazd, použiť tretí zjazd smer centrum.

Cez most ponad rieku Váh, doľava po ceste č. 573 smer centrum. Pred pešou zónou doľava až na kruhový objazd. Na prvom kruhovom objazde prvý výjazd, smer Bratislava, na druhom kruhovom objazde tretí výjazd, smer Diakovce.

Pokračovať po trase behu do Diakoviec. V obci Diakovce po hlavnej ceste a ďalej po trase behu až do Horných Salíb.

Parkovanie pri futbalovom ihrisku a na 3. tréningovej ploche umiestnenej za hlavným štadiónom.

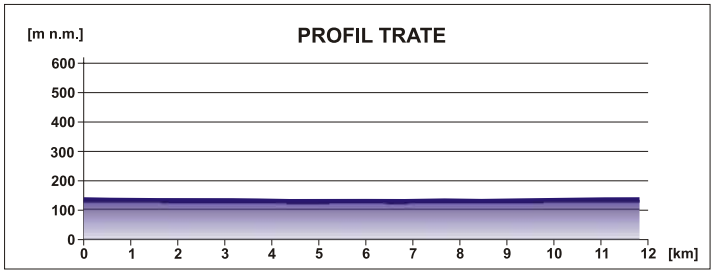
K dispozície je občerstvenie, toalety a plocha vhodná na kempovanie.

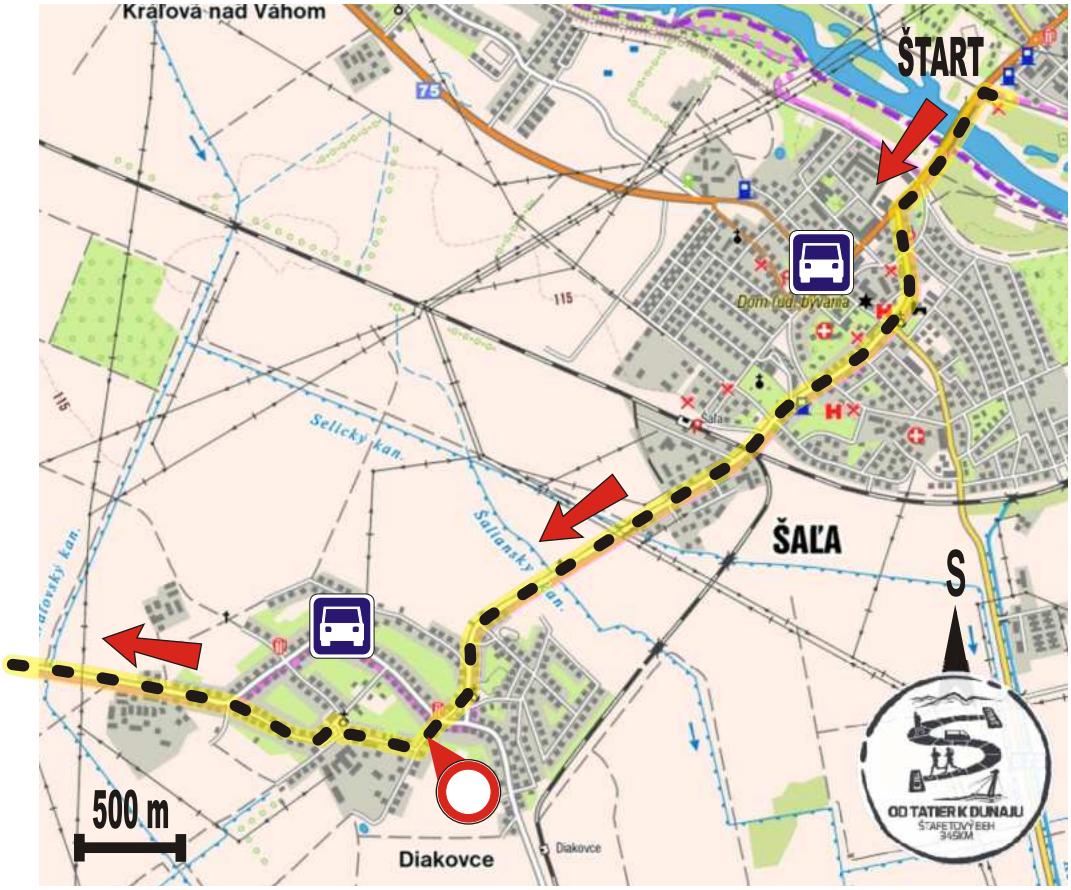
ÚSEK 28 ŠAĽA - HORNÉ SALIBY BEŽEC 4

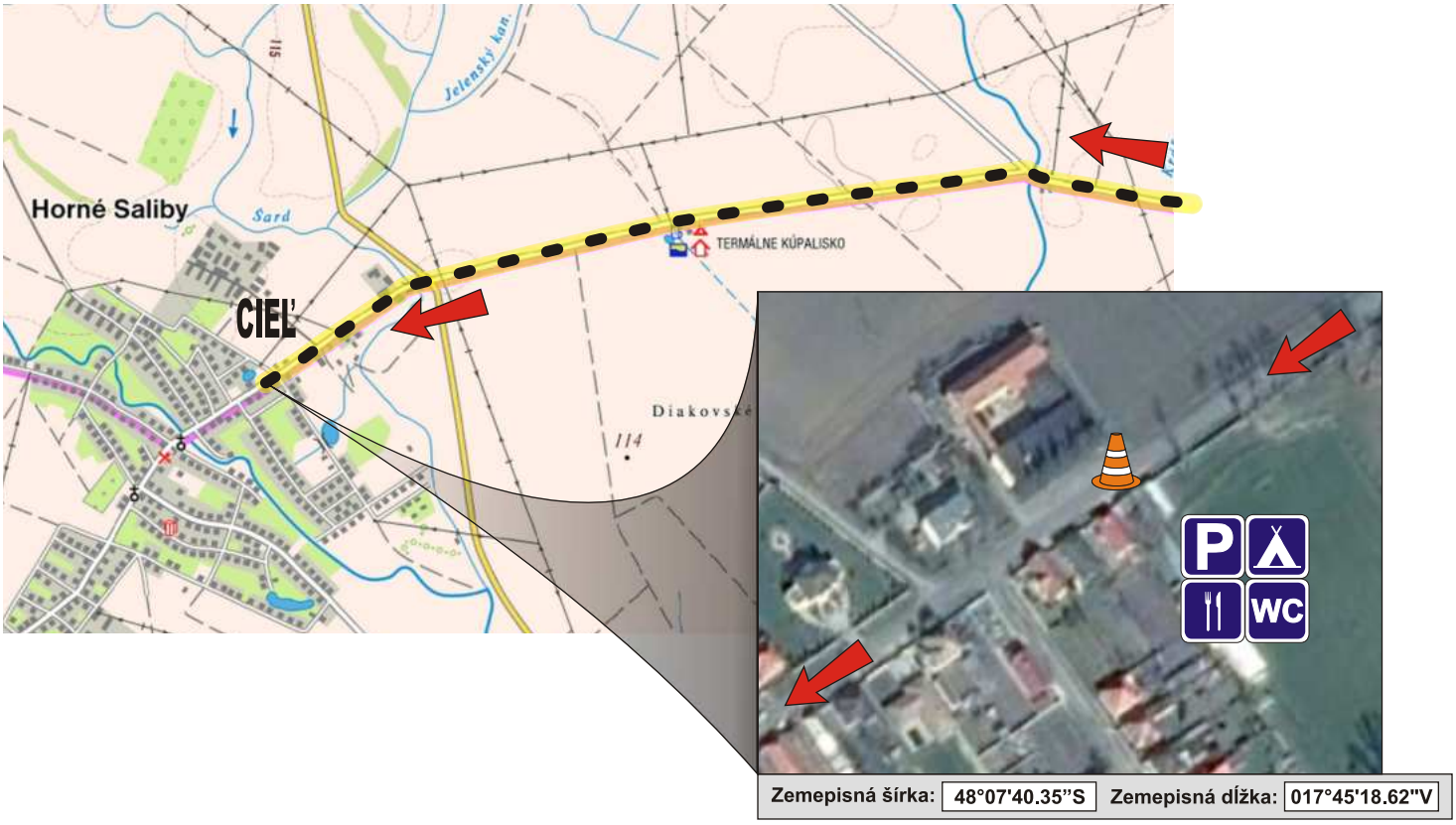
Dĺžka: 11,8 km

Prevýšenie: cca + 10 m / - 20 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná







Zemepisná šírka: 48°07'40.35"S Zemepisná dĺžka: 017°45'18.62"V

ÚSEK 29

POPIS PRE BEŽCA:

Po odovzdávke sa za autobusovou stanicou (0,3 km) odbočí doprava a pokračuje sa až na koniec dediny. Potom po betónovej ceste až k hydinárskej farme, stále rovno, neskôr po poľnej ceste okolo smetiska.

Na križovatke poľných ciest (4,3 km) je občerstvovačka, odbočiť doľava, poľnou cestou až do obce Mostová. Pokračovať okolo futbalového štadióna až na hlavnú cestu. Na križovatke (8,2 km) rovno po hlavnej ceste. Po priechode pre chodcov sa prebehne na pravú stranu cesty a od kultúrneho domu sa beží po chodníku na pravej strane cesty rovno (8,5 km) smer Čierna Voda. Na konci chodníka sa pokračuje po ľavej krajnici do obce Čierna Voda, kde na začiatku obce, pri parčíku, je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Od odovzdávky pokračovať cez obec Horné Saliby smer Vozokany a Tomášikovo. Na križovatke odbočiť doprava smer Vozokany a cez Vozokany do obce Mostová. V Mostovej na križovatke odbočiť doľava smer Čierna Voda.

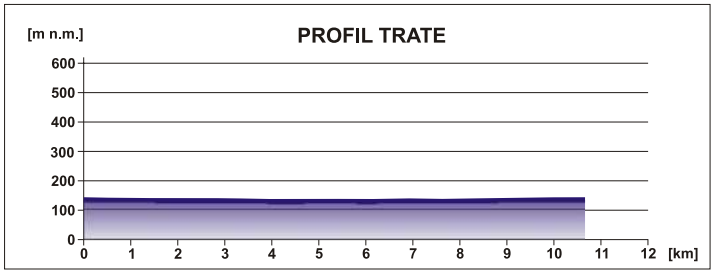
Parkovanie je na začiatku obce pri parčíku. V kultúrnom dome sú pre bežcov toalety.

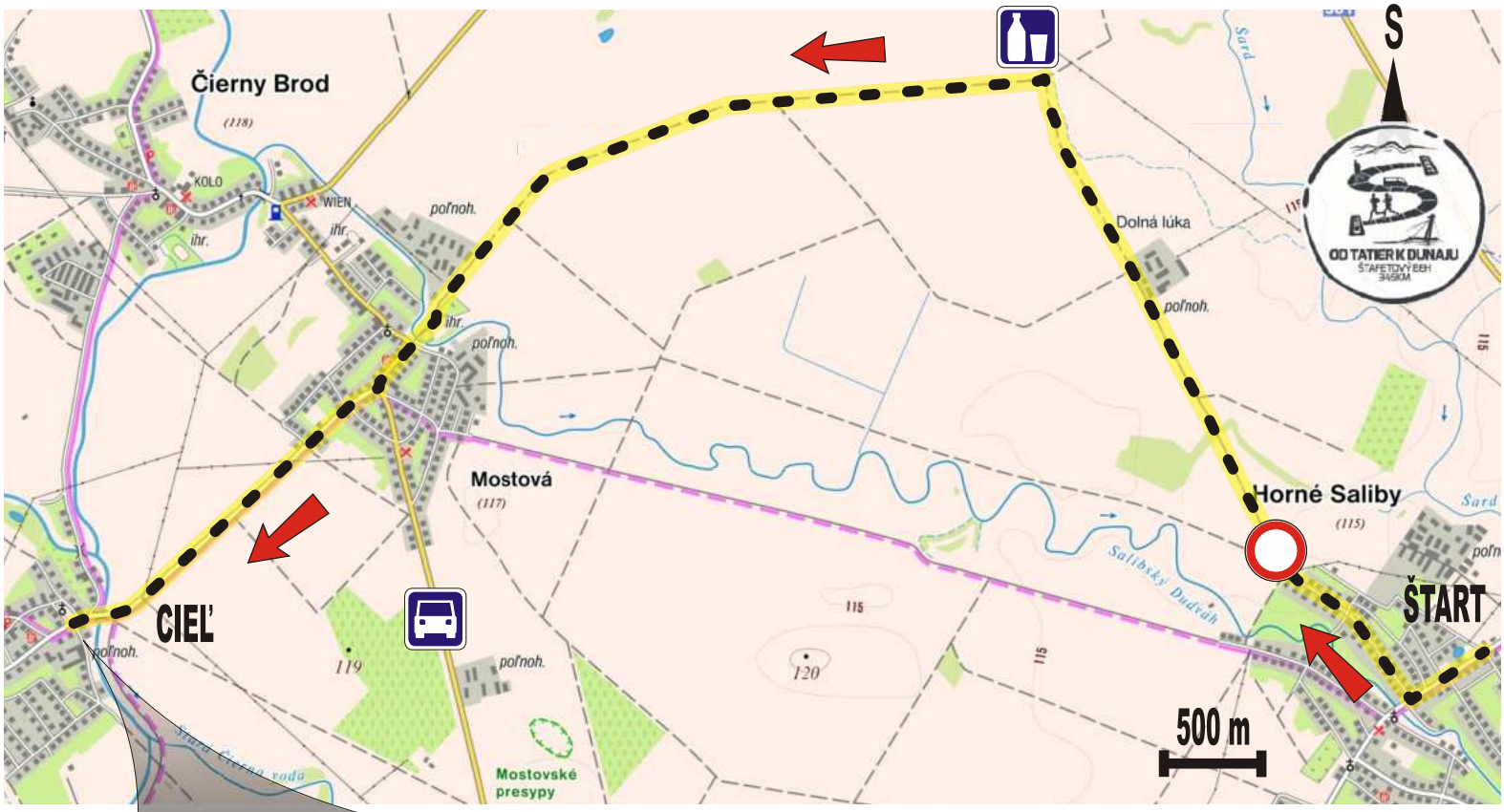
ÚSEK 29 H. SALIBY - ČIERNA VODA BEŽEC 5

Dĺžka: 10,7 km

Prevýšenie: cca + 20 m / - 20 m

Obtiažnosť: 1 ľahká





Zemepisná šírka: 48°07'45.79"S Zemepisná dĺžka: 017°39'11.24"V

ÚSEK 30

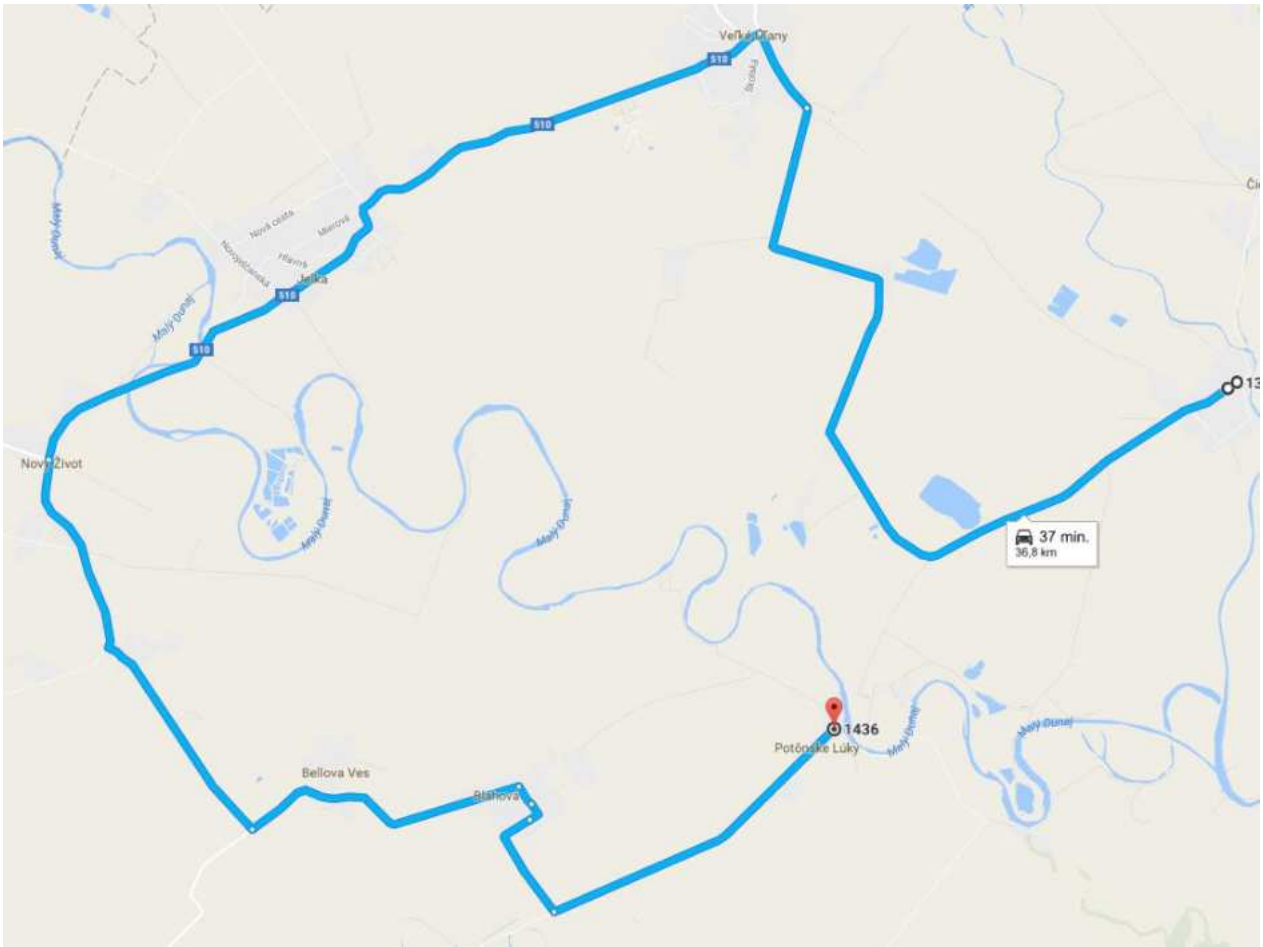
POPIS PRE BEŽCA:

Prebehne sa cez obec Čierna Voda po hlavnej ceste. Za dedinou sa beží okolo jazera a na najbližšej možnej odbočke, v pravotočivej zákrute za zvodidlami, sa odbočí doľava (4,1 km) na poľnú cestu, kde je občerstvovačka.

Najskôr sa beží po poľnej ceste stále rovno, potom treba odbočiť doľava (6 km) a pokračovať popri stromoch až k usadlosti. Poľná cesta sa tu stáča doprava (6,6 km) do malého lesíka, cez ktorý sa prebehne k lávke pre peších (most) cez Malý Dunaj. Po prebehnutí lávky po 50 m odbočiť doprava a pokračovať rovno cez obec Potônske Lúky okolo futbalového štadióna, za ktorým je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Pozor komplikovaná logistika! Trasa pre vozidlá začína po rovnakej ceste, ako ide bežec, až po odbočku za jazerom. Ďalej cez Veľké Úľany, Jelku, Nový Život, Vojtechovce, Bellovu Ves, Blahovú do Potônskych Lúk – POZOR – z Blahovej nie je možné ísť autom po trase behu proti bežcom, ale musí sa ísť po ceste naokolo! Celkový čas na presun z Čiernej Vody do Potônskych Lúk je cca 37 min. Pokiaľ máte v tíme 12 ľudí a 2 motorové vozidlá, vozidlo č. 2 môže ísť na odovzdávku v predstihu.



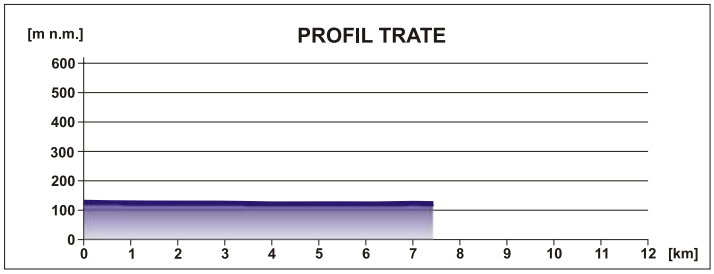
Pri odovzdávke bude v stánku ZP Dôvera šprintér Janko Volko ponúkať bežcom občerstvenie vo forme ovocia. Na lúke za futbalovým štadiónom je chill out zóna.

ÚSEK 30 Č. VODA - POTÔNSKE LÚKY BEŽEC 6

Dĺžka: 7,2 km

Prevýšenie: cca + 20 m / - 20 m

Obtiažnosť: 1 ľahká, orientačne náročná



Zemepisná šírka: 48°05'38.89"S Zemepisná dĺžka: 017°35'19.03"V

ÚSEK 31

POPIS PRE BEŽCA:

Z odovzdávky rovno von z obce, dal'ej po pol'nej ceste až na križovatku s asfaltkou (1 km), odbočiť doľava a pokračovať do obce Blahová, ďalej rovno cez dedinu až na jej koniec a pokračovať po hlavnej ceste do Bellovej Vsi, kde je občerstvovačka.

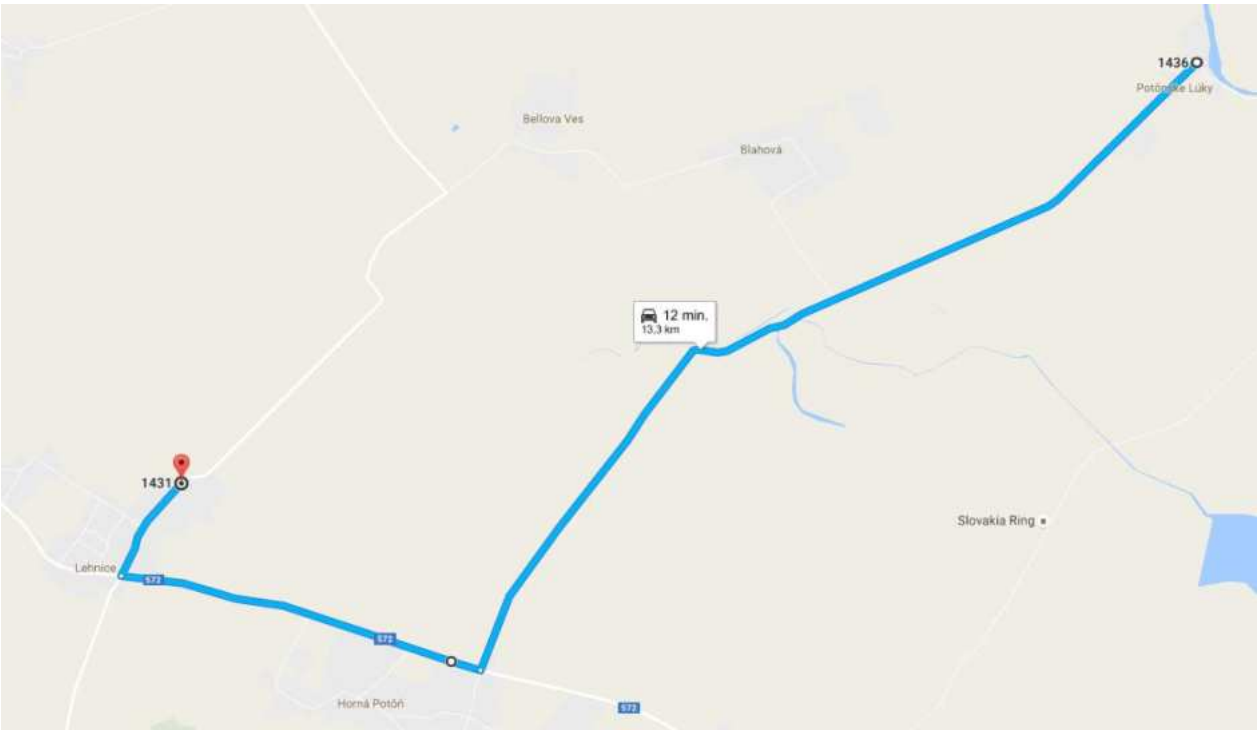
Cez Bellovú ves po hlavnej ceste, na križovatke za obcou (7,7 km) rovno až do obce Lehnice, kde na začiatku je odovzdávka pri cintoríne.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

„Bežiace" vozidlo ide z Potônskych Lúk rovno až do Hornej Potôni, tu vpravo až do Lehníc a znovu vpravo až k odovzdávke.

Parkovanie je pri odovzdávke, na veľkej trávnatej ploche pred cintorínom.

Ďalej po trase behu, v obci Veľký Lég, budú pre bežcov otvorené malé potraviny.

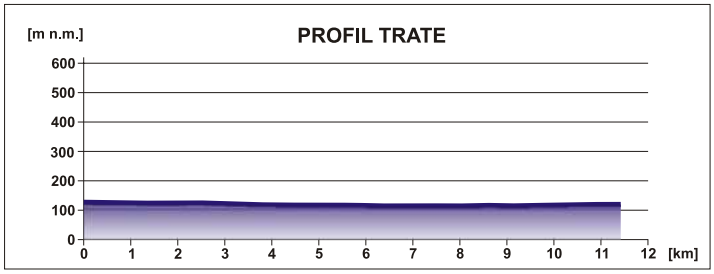


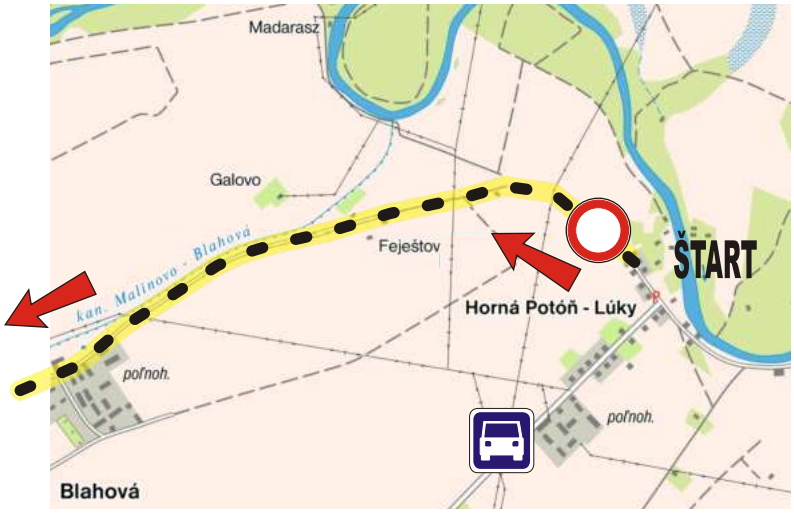
ÚSEK 31 POTÔN. LÚKY - LEHNICE BEŽEC 7

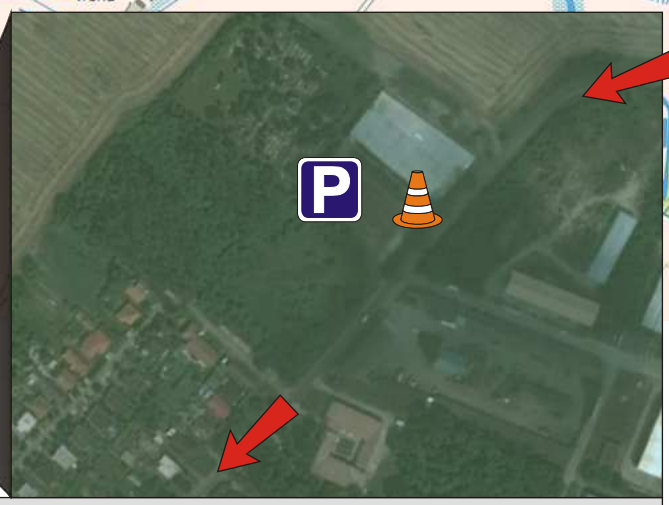
Dĺžka: 11,5 km

Prevýšenie: cca + 20 m / - 20 m

Obtiažnosť: 2 mierne náročná







S

OD TATIER K DUNAJU
ŠTAFETOVÝ BEH
345KM

Zemepisná šírka: 48°03'29.41"S Zemepisná dĺžka: 017°27'54.58"V

ÚSEK 32

POPIS PRE BEŽCA:

Beží sa cez Lehnice, na križovatke (1 km) doprava, prebehnúť cez hlavnú cestu na ľavú stranu popri zámockom parku.

Za parkom (1,3 km) odbočiť doľava a po štrkovej ceste pokračovať do Veľkej Paky, po ceste je občerstvovačka.

Prebehnúť po hlavnej ceste cez obec a pokračovať do Čukárskej Paky na odovzdávku, ktorá je na konci obce.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Priestor pre vozidlá v blízkosti odovzdávky je limitovaný, je tu zakázané státie motorových vozidiel, a preto na tomto úseku platí „špeciálny režim" pre motorové vozidlá!

Vozidlo v Lehniciach odbočí na križovatke pred parkom doprava smer Mierovo, ďalej rovno cez obec až po odbočku doľava smer Veľká Paka.

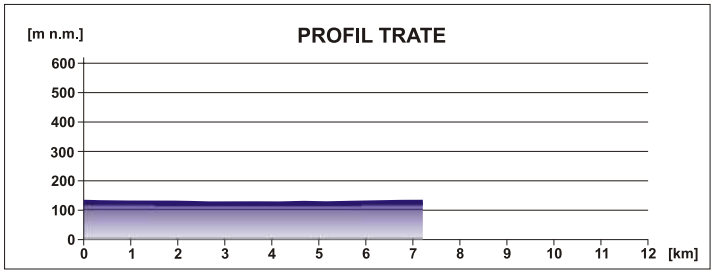
Z Veľkej Paky po rovnakej trase ako bežec až do Čukárskej Paky na odovzdávku.

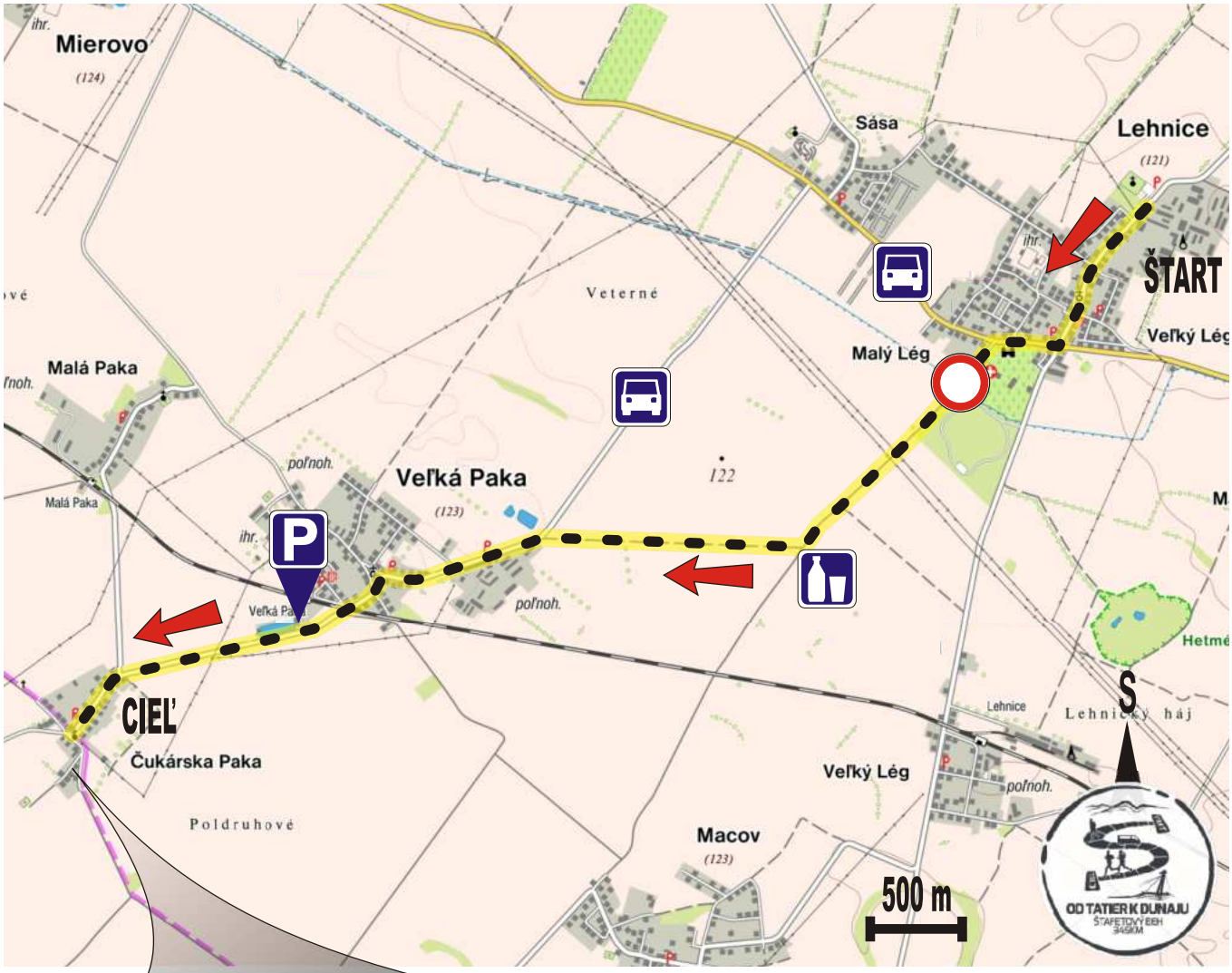
ÚSEK 32 LEHNICE - ČUKÁRSKA PAKA BEŽEC 8

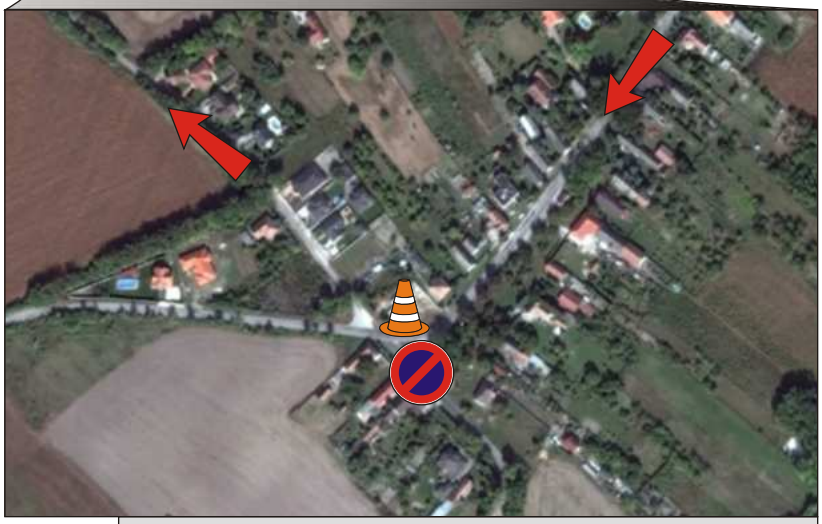
Dĺžka: 7,2 km

Prevýšenie: cca + 20 m / - 20 m

Obtiažnosť: 1 ľahká







Zemepisná šírka: 48°01'55.08"S Zemepisná dĺžka: 017°23'07.02"V

ÚSEK 33

POPIS PRE BEŽCA:

Hneď z odovzdávky odbočiť z hlavnej cesty doprava na úzku cestu, ktorá je najskôr asfaltová a potom panelová. Beží sa stále rovno, až do Kvetoslavova.

Cez hlavnú cestu (3,3 km) prebehnúť rovno cez priechod pre chodcov a pokračovať ďalej do Kvetoslavova.

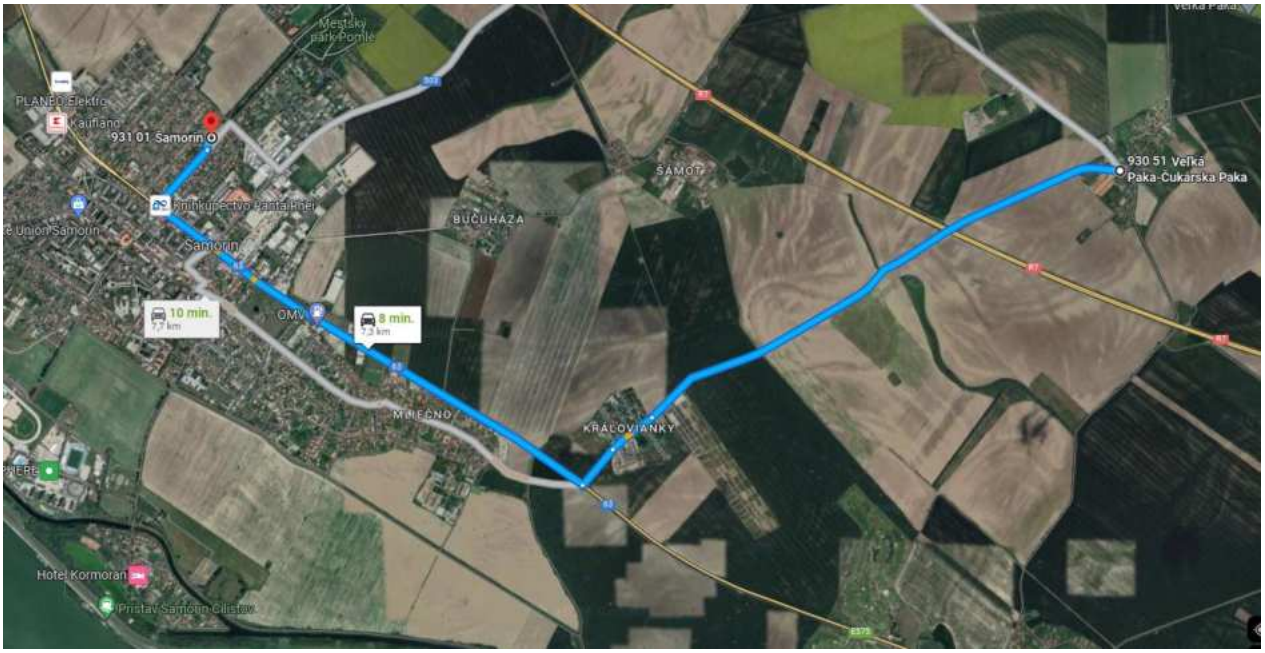
Pred parčíkom (4,3 km) odbočiť doľava a pokračovať cez parčík, neskôr po hlavnej ceste von z Kvetoslavova smer Šamorín.

Na najbližšej križovatke (7,1 km) odbočiť doľava smer futbalový štadión, pri Pomlé parku doprava, rovnou alejou smer centrum, kde pred najbližšou križovatkou je odovzdávka.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Motorové vozidlá idú cez Kráľovianky na hlavnú cestu a po nej doprava do Šamorína.

Na prvom kruhovom objazde zvoľte prvý výjazd (odbočte vpravo). Na ďalšej križovatke rovno až po Pomlejskú cestu, tu doprava proti smeru behu asi 450 m a odbočiť doľava do areálu bývalej železničnej stanice, kde je parkovisko.

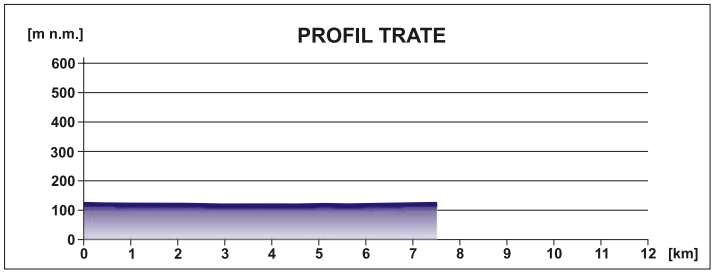


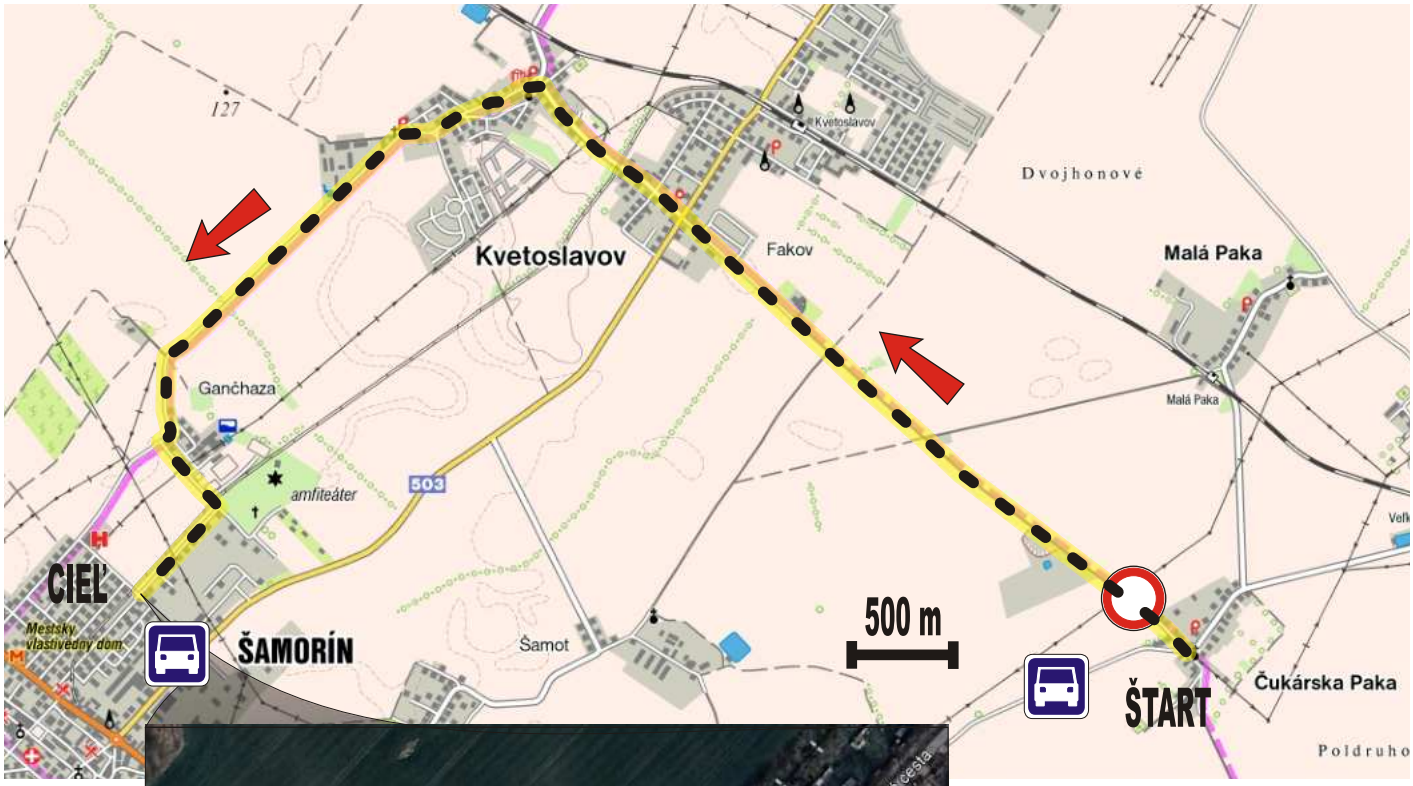
ÚSEK 33 ČUKÁRSKA PAKA - ŠAMORÍN BEŽEC 9

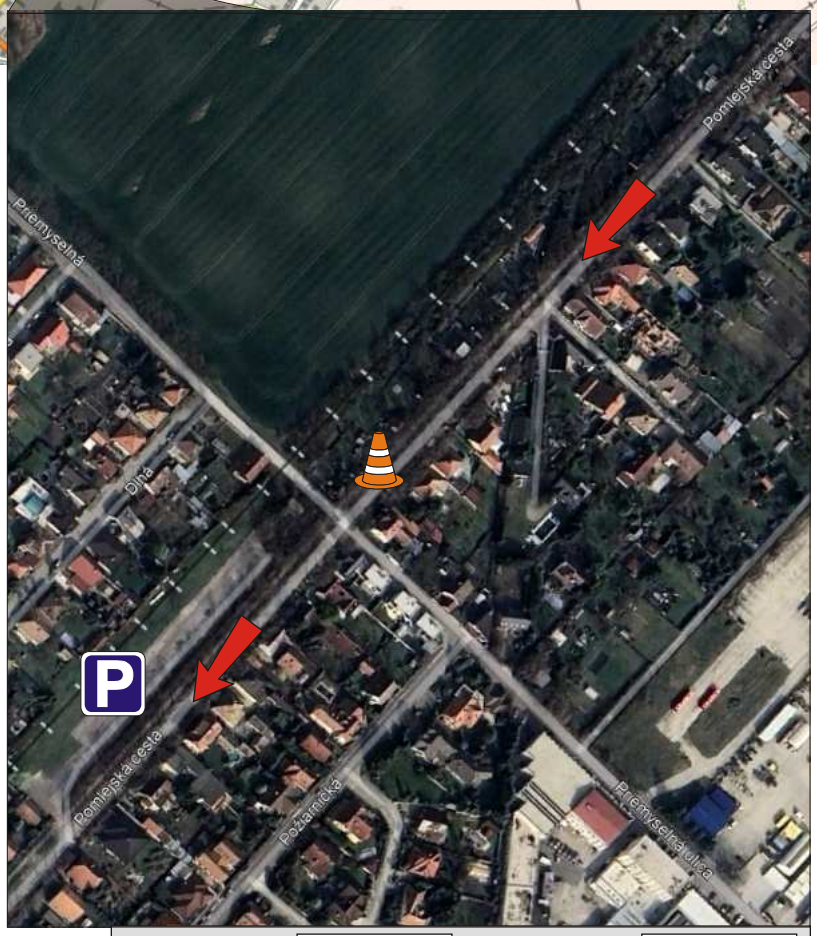
Dĺžka: 8,1 km

Prevýšenie: cca + 10 m / - 10 m

Obtiažnosť: 1 ľahká







Zemepisná šírka: 48°02'04.95"S Zemepisná dĺžka: 017°18'55.98"V

S

OD TATIER K DUNAJU
ŠTAFETOVÝ BEH
345KM

ÚSEK 34

POPIS PRE BEŽCA:

Po odovzdávke po chodníku až na koniec ku križovatke s hlavnou cestou.

Cez hlavnú cestu (0,7 km) prebehnúť po priechode pre chodcov a pokračovať rovno chodníkom popri budove, na konci chodníka zabočiť doprava potom hneď doľava (0,9 km) a popri detskom ihrisku k hlavnej ceste.

Beží sa po ulici Gazdovský rad, po chodníku na pravej strane. Na konci ulice, na kruhovom objazde (1,2 km) rovno do parku okolo malého kostolíka. Po chodníku na Kasárenskej ulici, rovno až na koniec mesta (1,7 km) a stále rovno na poľnú cestu, po nej alejou stromov stále rovno až na koniec spevnenej poľnej cesty. Následne prebehnete medzi dvoma poliam po neudržiavanej poľnej ceste (asi 200 m). Poľná cesta zabočí doľava a potom hneď doprava.

Pokračujete rovno po poľnej ceste až do obce Kalinkovo. Okolo cintorína rovno po ceste, cez prvú križovatku rovno až ku hlavnej ceste (6,3 km). Držať sa v pravo na chodníku, poza Miestny úrad až ku priechodu pre chodcov. Po priechode na ľavú stranu cesty (6,5 km) a doprava ulicou smer na hrádzu.

Prudký výbeh na hrádzu a odbočiť doľava, cca 500 m po hrádzi ku odovzdávke.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Vozidlá pokračujú rovnakou trasou ako bežec až k hlavnej ceste v Šamoríne. Na križovatke odbočiť doprava a po hlavnej ceste až k najbližšej svetelnej križovatke pred čerpacou stanicou. Na križovatke odbočiť doľava, smer hrádza, stále rovno cez kruhový objazd.

Na druhom kruhovom objazde odbočiť doprava smer Hamuliakovo a pokračovať až do Hamuliakova.

V Hamuliakove pokračovať po hlavnej ceste až do Kalinkova.

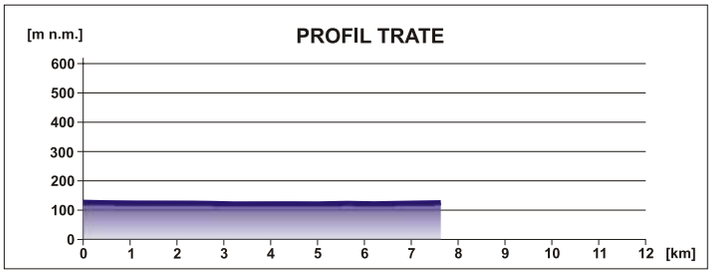
V Kalinkove doľava smer jazero, ku hrádzi, kde je parkovisko pri odovzádvke, prípadne v obci na krajniciach a za Miestnym úradom. Na parkovanie do Kalinkova majú povolený vjazd len „bežiace" vozidlá!

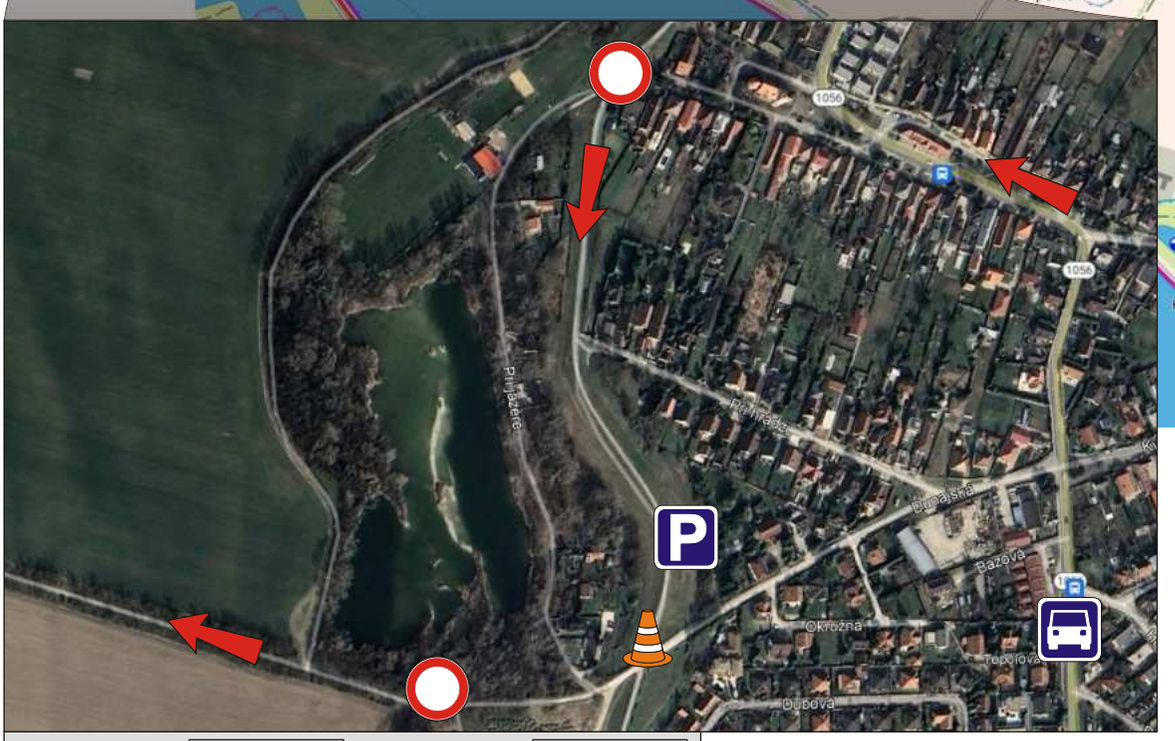
ÚSEK 34 ŠAMORÍN - KALINKOVO BEŽEC 10

Dĺžka: 7,2 km

Prevýšenie: cca + 20 m / - 20 m

Obtiažnosť: 1 ľahká





Zemepisná šírka: 48°03'22.20"S Zemepisná dĺžka: 017°14'51.80"V

ÚSEK 35

POPIS PRE BEŽCA:

Po odovzdávke z hrádze doprava, okolo jazera pokračovať po poľnej ceste smerom ku lesíku.

Prebehnúť cez lesík ku odvodňovaciemu kanálu vodného diela a po jeho pravej strane poľnou cestou stále rovno.

Druhým premostením odvodňovacieho kanála prebehnúť na hlavnú hrádzu a po nej pokračovať „proti prúdu" až ku odovzdávke.

INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Vozidlo sa vráti späť na hlavnú cestu a ide doľava cez Kalinkovo do Dunajskej Lužnej a po hlavnej ceste cez dedinu, na konci obce doľava smer Rovinka. Pokračujte ďalej po hlavnej ceste do Bratislavy, na svetelnej križovatke odbočiť doľava okolo čerpacej stanice Tanker.

Rovno cez prejazd ponad cestu R7, okolo spaľovne a popri teplovodnom potrubí. Na najbližšej križovatke ostro doľava a pokračovať ďalej asi 2 km na parkovisko pri bufete Flinstones - Micherova zátoka (bývalá Jamajka).

Na parkovisko majú povolený vjazd len „bežiace" vozidlá!

Vozidlá nesmú zachádzať až k odovzdávke! Bežec, ktorý ide prevziať štafetu, sa z parkoviska na odovzdávku presúva pešo cca 500 m, po hrádzi (doľava).

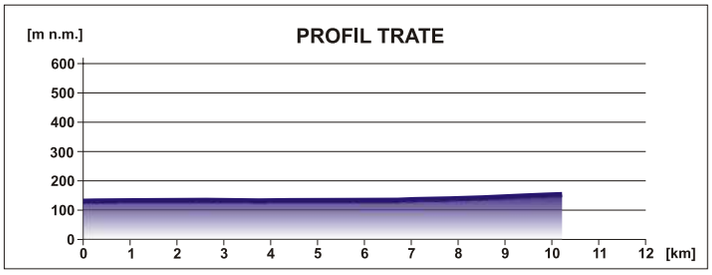
Čas potrebný na presun je cca 21 min. Bežiace auto musí ihneď po uskutočnení odovzdávky zahájiť presun, aby stihlo svojho bežca na odovzdávke! V prípade veľmi rýchlych bežcov odporúčame zapojiť do odovzdávky aj druhé vozidlo, aby ste nestratili čas kvôli presunu vozidla.

ÚSEK 35 KALINKOVO - JAMAICA BEŽEC 11

Dĺžka: 10,2 km

Prevýšenie: cca + 10 / 0 m

Obtiažnosť: 1 ľahká



ÚSEK 36

POPIS PRE BEŽCA:

Beží sa po hrádzi až na jej koniec pri lodenici.

Zbehnúť z hrádze a pokračovať po ceste von z lodenice a popri prístavu stále rovno až na koniec, kde za bufetmi zabočiť doľava (3,6 km) k občerstvovačke. Za ňou doprava a cez most ponad Malý Dunaj pokračovať popri prístave stále rovno.

Na križovatke (4,6 km) odbočiť doprava a po 100 m na hlavnej ceste doľava. Beží sa popri hlavnej ceste, po cyklotrase na ľavej strane cesty, po cca 250 m pred železnicou doľava, pokračovať pod Prístavný most. Ďalej na lávku pre chodcov na Prístavnom moste a prebehnúť cez Dunaj na petržalskú stranu. Beží sa po ľavej strane Prístavného mosta.

Zbehnúť z lávky mosta na hrádzu a odbočiť doprava (6,7 km). Beží sa po hrádzi, popod vynovený Starý most a za mostom stále rovno na chodník pri Divadle Aréna. Odovzdávka je za divadlom v parku.

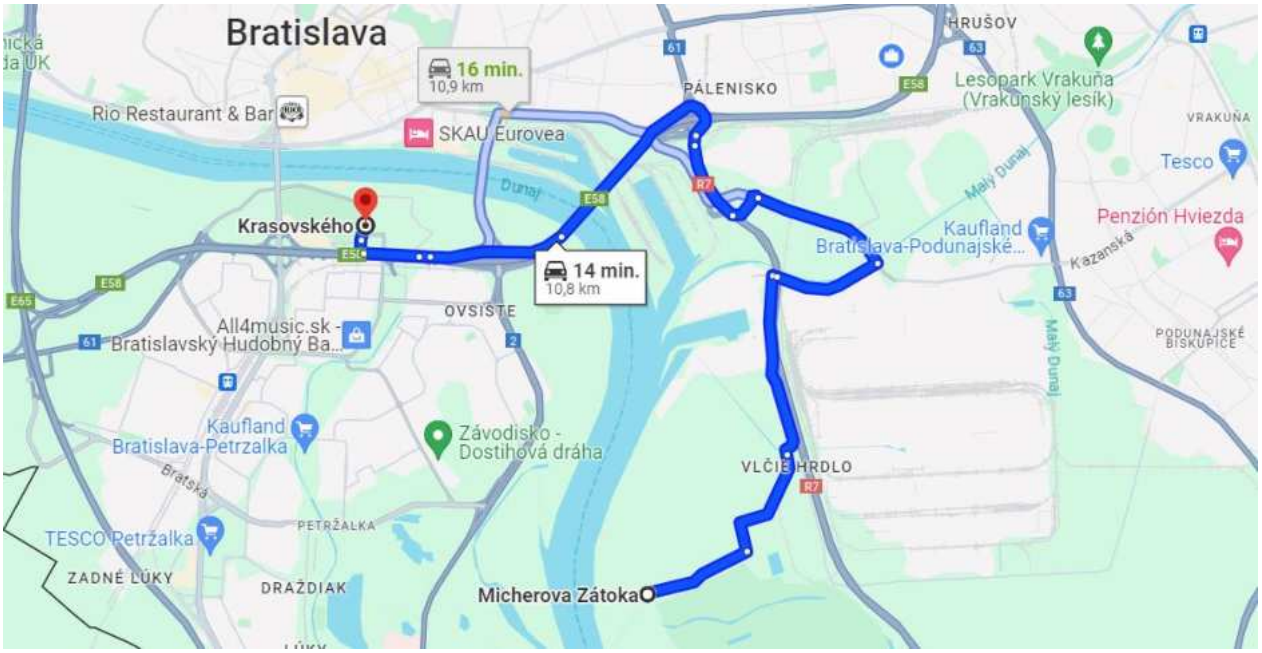
INFORMÁCIE PRE MOTOROVÉ VOZIDLÁ:

Z odovzdávky späť po rovnakej trase, na križovatke doľava cez Vlčie hrdlo a doprava pod cestou R7 smer Slovnaft. Pri kanáli pred mostom doľava smer Bratislava, cez Malý Dunaj.

Rovno smer Bratislava, na kruhovom objazde 4. výjazd smer Bajkalská ul. na cestu R7 a po nej až ku križovatke Prístavného mostu, tu doprava smer Brno. Pri zjazde z Prístavného mosta sa držte úplne vpravo smer Aupark. Pred Auparkom odbočka na Sad Janka Kráľa a smer Viedenská cesta.

Odbočte vpravo na veľkú trávnatú plochu bývalého futbalového štadióna Artmedie, na ktorej je parkovisko, zaparkujte podľa pokynov obsluhy. Z parkoviska je to do cieľa pešo 5 min. Asfaltová plocha na Tyršovom nábr. je verejné parkovisko.

Čas potrebný na presun je 15 – 20 min.

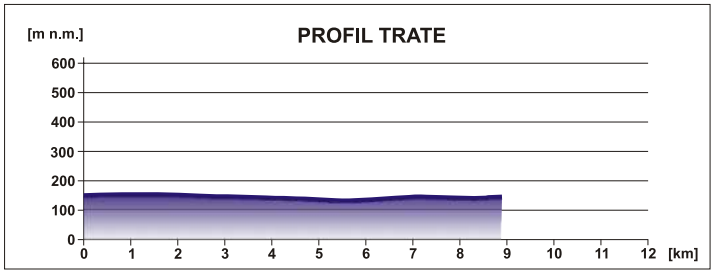


ÚSEK 36 JAMAICA - TYRŠOVO NÁB. BEŽEC 12

Dĺžka: 8,9 km

Prevýšenie: cca + 50 / -50 m

Obtiažnosť: 1 ľahká



Zemepisná šírka: 48°08'10.79"S Zemepisná dĺžka: 017°06'54.99"V