

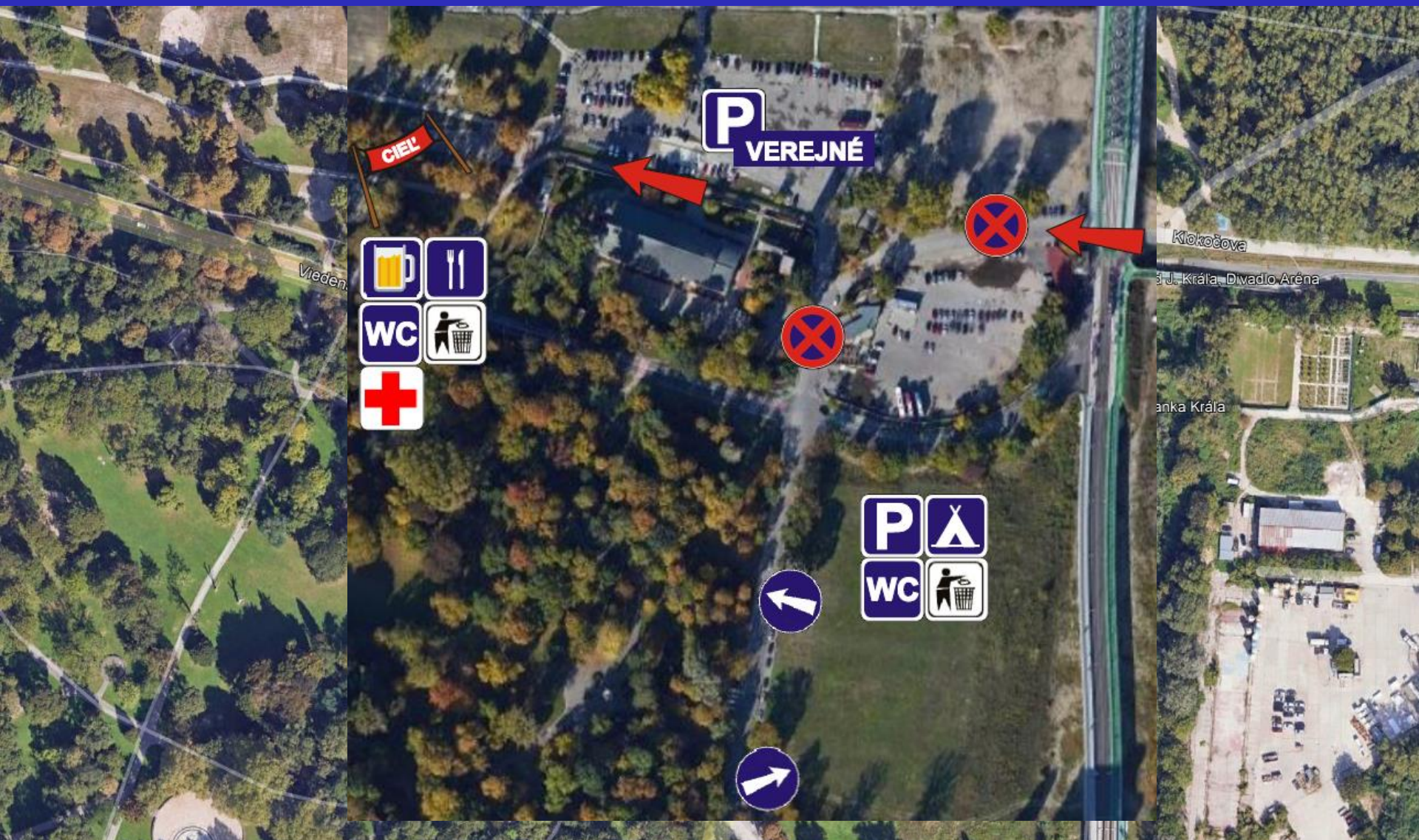
Štafetový beh 345 km Od Tatier k Dunaju 2024





Ročník:	12. ročník
Počet tímov:	210
Dĺžka behu:	348,5 km
Dátum konania akcie:	17. – 18.8.2024
Štart pretekov:	Jasná, hotel Sorea Marmot sobota 6:30 až 14:00 hod
Cieľ pretekov:	Bratislava, nedeľa 12:00 až 20:00 hod Na chodníku za Divadlom Aréna
Limit behu:	36 hod
Kategórie:	ALL, ŽENY, MIX, ULTRA, SÓLO
1 tím:	9 až 12 bežcov, v kategórii Ultra 6
Označené motorové vozidlá:	2 v každom tíme.

Cieľ 2024



Príručka – kniha pretekov

- Mapy úsekov
- Popis úsekov pre bežca
- Popis úsekov pre motorové vozidlo
- Doplnujúce informácie - neprejazdné úseky, parkovanie, toalety, miesta odpočinku, občerstvovačky a pod.
- Sumár všetkých úsekov v tabuľke
- GPS súradnice odovzdávok
- **Aktuálne propozície a pravidlá**

Verzia do auta a verzia pre bežca.

Prípadné zmeny na štarte.

Pokiaľ máte záujem o verziu v angličtine, treba to nahlásiť počas prezentácie.

DODRŽUJTE UVEDENÉ POKYNY A DÔSLEDNE NABRÍFUJTE VÁŠ TÍM!





NA STIAHNUTIE

- Logo behu
- GPS súradnice odovzdávok a časy prebehu
- Prehľad povinností kapitána
- Sumár všetkých úsekov v tabuľke
- GPX a KMZ súbory, GPX pre autá
- Mapy úsekov
- Vyhlásenie členov tímu
- Anglické verzie dôležitých dokumentov
- Štartová listina
- Newsletter a táto prezentácia



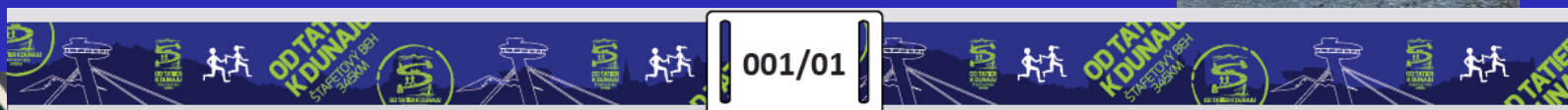
Prístup <https://www.odtatierkdunaju.sk/index.php/sk/na-stiahnutie>

Povinné označenie bežca

1. **Štartové číslo**, musí byť počas behu viditeľné.

2. **ŠTAFETOVÝ KOLÍK JE „NÁRAMOK“ NA KTOROM JE UCHYTENÝ GPS TRACKER**

- **NEDRŽTE TRECKER POČAS BEHU V RUKE – BUDE NEFUNKČNÝ!**
- **SUCHÝ ZIPS JE POTREBNÉ PRI ODOVZDÁVKE ŠTAFETY POVOĽIŤ! NIE JE Z GUMY...**
- **V PRÍPADE STRATY JE POPLATOK 200 EUR!**



3. **Náramok**, musí mať každý bežec na ruke až do cieľa. Číslo musí byť zhodné so štartovým číslom! Páska sa nesmie dať stiahnuť z ruky a nesmie byť poškodená.

NÁRAMOK SLUŽI NA EVIDENCIU BEŽCA PO ODOVZDANÍ ŠTAFETY A ZÁROVEŇ SLUŽI NA VÝDAJ OBČERSTVENIA V CIELI.



Reflexné prvky

Vzor reflexných prvkov, ktoré musí mať bežec počas svojho behu pri zníženej viditeľnosti:



Standard Reflective Vest



Nathon Reflective Vests

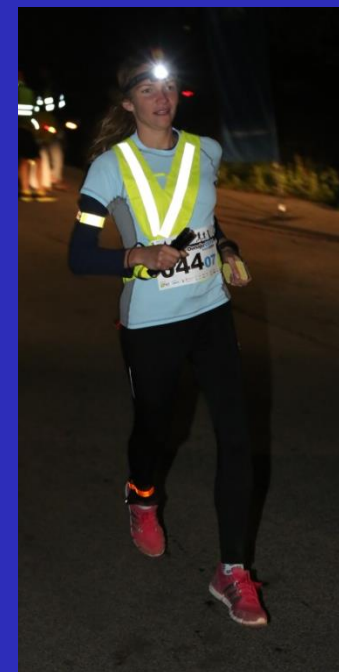


Reflective Harness



Reflexné vesty sú povinné počas zníženej viditeľnosti pre všetkých účastníkov behu **aj v obci, teda aj na odovzdávkach!**

Nedostatočné reflexné prvky:



Motorové vozidlá

Označenie vozidiel musí byť viditeľné spredu.

Na označení vozidiel sú S.O.S. čísla na organizátorov a na asistenčnú službu, ktorá je počas behu bezplatne k dispozícii v prípade technických problémov s autom bežcov.

VOZIDLÁ, KTORÉ VYUŽIJÚ ASISTENČNÚ SLUŽBU MUSIA BYŤ RIADNE OZNAČENÉ ŠTARTOVÝM ČÍSLOM (NÁLEPKOU)!

V opačnom prípade bude služba spoplatnená.

Dodržiujte inštrukcie uvedené v príručke!

- vyznačenú trasu pre autá
- popisy na úsekoch s komplikovanou logistikou
- zákaz vjazdu na vyznačené úseky
- Vyznačený zákaz zastavenia a zákaz státia

PRÍJAZD K ODOVZDÁKE Č. 6 A PARKOVANIE NA ODOVZDÁVKE Č. 7 SÚ MOŽNÉ LEN SO ŠPECIÁLNYM OZNAČENÍM!



Navigácia na trase behu

Biele šípky na zemi.

Žltó-čierna vytyčovací páska.

Dopravná značka
s blikajúcim svetlom.

Žlté tabuľky s logom behu, napr. na stromoch alebo stĺpoch:

- šípky – správna cesta
- X – nesprávna cesta

Reflexné štvorčeky – odrazky



Navigácia pre auto:

- červeno-biela páska
- biele tabuľky
- šípky s označením



Záznam časov – časomiera

Prvé medzičasy budú generované z GPS záznamu

- záznam sa uskutoční automaticky pri odovzávke
- všetky medzičasy budú dostupné na webe aj v appke

NOVINKA! Bežec, ktorý odbehne svoj úsek a odovzdá štafetu, priloží svoj náramok na ruke k telefónu obsluhy. Vytvorí sa tak presnejší záznam medzičasu, ktorý na webe prepíše čas zaznamenaný z GPS a zároveň sa kontroluje poradie bežcov v tíme na jednotlivých úsekoch.



Ručný zápis do karty tímu

- kartu tímu má každý tím počas behu v „bežiacom vozidle“
- záznam času robí kapitán alebo poverená osoba
- záznam nie je povinný – slúži pre kontrolu medzičasov

0	B	Meno	Min.	Vypočet [min.]	Predpoklad	Relay čas
1	1	PeterČinčura	55	47.19	15.08.2015 00:00:00	00:00
2	2	JaroslavLompart	58	59.16	15.08.2015 01:46:20	01:46
3	3	AndrejPalič	55	65.45	15.08.2015 02:51:47	02:51
4	4	RomanHružik	50	57.00	15.08.2015 03:48:47	03:48
5	5	EvaHružiková	54	53.46	15.08.2015 04:42:14	04:42
6	6	ŠtefanMihál	45	45.23	15.08.2015 05:27:27	05:27
7	7	MichalStromko	49	48.36	15.08.2015 06:15:48	06:15
8	8	PeterVeselovsky	50	55.80	15.08.2015 07:11:36	07:11
9	9	MariánHanko	50	35.10	15.08.2015 07:46:42	07:46
10	10	AlexandraKotillova	50	51.00	15.08.2015 08:37:42	08:37
11	11	JánKulich	50	42.75	15.08.2015 09:20:27	09:20
12	12	PeterŽipaj	54	42.12	15.08.2015 10:02:34	10:02

Oficiálny čas

- čísla /12 a /6 v kategórii Ultra majú čip nalepený
- v tíme s počtom bežcov 10 až 11, alebo pri zranení bežca č.12, je potrebné mať číslo /12 pri sebe pri prehnutí cieľom



Medzičasy aj oficiálny čas budú k dispozícii na web stránke behu.

Správanie sa na odovzdávke

Zóna podujatia je prístupná len pre troch členov štafety – pribiehajúci bežec, bežec preberajúci štafetu a jeden člen tímu ako doprovod.

Do zóny odovzdávky štafety má prístup len pribiehajúci bežec a bežec preberajúci štafetu!

Pri vstupe do odovzdávky môže prebehnúť kontrola zhody náramku na ruke a štartového čísla.

Za prípadné škody spôsobené svojim správaním nesie každý účastník pretekov osobnú zodpovednosť.

Neodpočívajte na ceste a na parkoviskách!

Žiadame vás o vyššiu ohľaduplnosť, aj k miestnym obyvateľom, a vzájomnú kolegiálnosť.

POKIAL' ZAZNAMENÁME SŤAŽNOSTI NA NEVHODNÉ SPRÁVANIE BEŽCOV VOČI MIESTNYM OBYVATEĽOM, TÍMU HROZÍ DISKVALIFIKÁCIA!

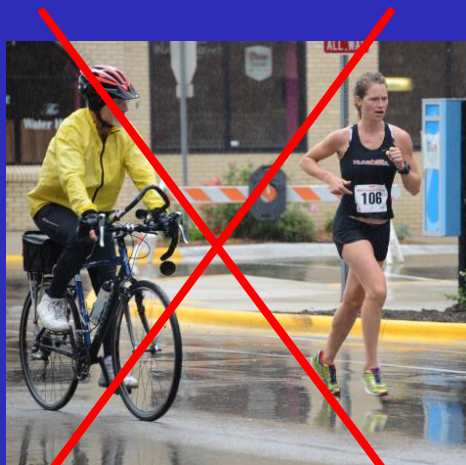


Sprevod bežca

2.10. Počas pretekov nie je dovolené sprevádzanie bežca „tempovým“ vodičom (tzv. pacer) alebo cyklistom, príp. sprevádzanie bežca psom. Neplatí v kategórii SÓLO.

2.14. Bežec, počas nočných úsekov, môže mať sprievodcu – bežca alebo cyklistu, pri zachovaní pravidla 2.10.

2.11. Motorové vozidlá nesmú sprevádzať bežcov počas pretekov, nesmú ani osvetľovať cestu bežcovi pri behu nočných úsekov. **Elektrické kolobežky a iné vozidlá s elektrickým pohonom nesmú sprevádzať bežca cez deň, ani v noci.**



CEZ DEŇ

~~Bicykel~~

~~Bežec~~

~~Kolobežka~~

~~Auto~~

~~Pes~~

V NOCI

Bicykel

Bežec

~~Kolobežka~~

~~Auto~~

~~Pes~~



Mimoriadne situácie

Na každom štartovnom čísle a označení vozidiel sú uvedené **telefónne čísla na organizátorov**, pre prípad:

- zranenia bežca vyžadujúceho zmenu v poradí bežcov
- dlhšie trvajúcej neprítomnosti bežca (zablúdenia)
- nebezpečnej prekážky na trati či mimoriadnej udalosti.

V prípade zranenia bežca, meno zastupujúceho člena tímu je potrebné nahlásiť pred tým, ako vybehne na trať. Výmenu bežca na úseku je možné nahlásiť aj cez APP-ku

V prípade zranenie člena tímu, ktoré si vyžaduje rýchlu lekársku pomoc volajte 155.

Číslo na zdravotníkov volajte v prípade zranenia bežca, ktoré si vyžaduje zdravotnícku pomoc, na ktorú viete počkať na mieste, ktoré nahlásite! **V prípade, že zavoláte zdravotníkov a nepočkáte na ich príjazd, ide o bezdôvodné volanie a hrozí vám finančná pokuta 100€**

S otázkami k pravidlám alebo k trase behu, so svojimi sťažnosťami alebo výhradami sa neobracajte na usporiadateľov na trati, ale volajte na číslo organizátorom. Vaše hovory môžu byť nahrávané.



Pravidlá a protesty

Na trati behu budú rozmiestnení traťoví komisári (označenie STAFF), ktorí budú dohliadať na dodržiavanie pravidiel a majú aj právo kontrolovať bežca. Napr. v prípade bežca, ktorý beží bez viditeľného štartovného čísla alebo bez povinnej výbavy, komisár má právo ho zastaviť a skontrolovať, nie vylúčiť z behu.

Podnet od komisárov je dostatočný na penalizáciu tímu alebo jeho diskvalifikáciu.

V prípade, že účastník podujatia je svedkom porušenia pravidiel iným tímom, je potrebné podať oficiálny písomný protest. Na uznanie protestu je nutné:

- dodržanie časového limitu pre podanie protestu
- uvedenie dôkazu alebo ďalšie svedectvo
- uvedenie pravidla, ktoré bolo porušené

Porušenie pravidiel, na ktoré organizátor nedostal protest, nie je povinný riešiť. Strata bežca na trati, nie je porušenie pravidiel. Neriešte protesty cez Facebook...



Odpočinok a občerstvenie

V mapách sú vyznačené miesta vhodné na kempovanie a odpočinkové zóny s poskytovanými službami.

Veľká oddychová zóna je v blízkosti 18. a 24. odovzdávky – Brehy futbalový štadión a Komjatice priestor základnej školy.

Na úsekoch, kde nie je možný prístup motorovým vozidlom, budú zabezpečené občerstvovačky – **voda do pohárka alebo v PET fľaške.**

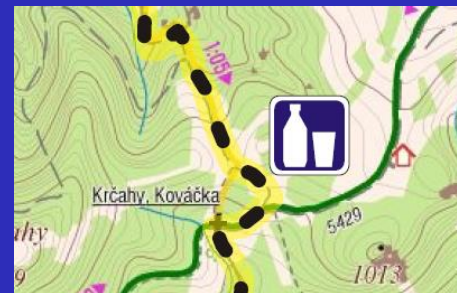
Občerstvovačky sú vyznačené na mapách.

Pokiaľ si bežec na občerstvovačke zoberie vodu, musí s fľaškou bežať až na koniec úseku!

Partneri behu zabezpečia pre každého bežca:

- v cieli 0,5 l pre každého Zlatý Bažant Radler nealko 0,0
- Maresi Vienna Ice Coffee
- bagety od Pierre Baguette

Na výdaj občerstvenia slúži páska na ruke bežca (rovnako ako pri zázname medzičasu).



Sledovanie výsledkov a polohy

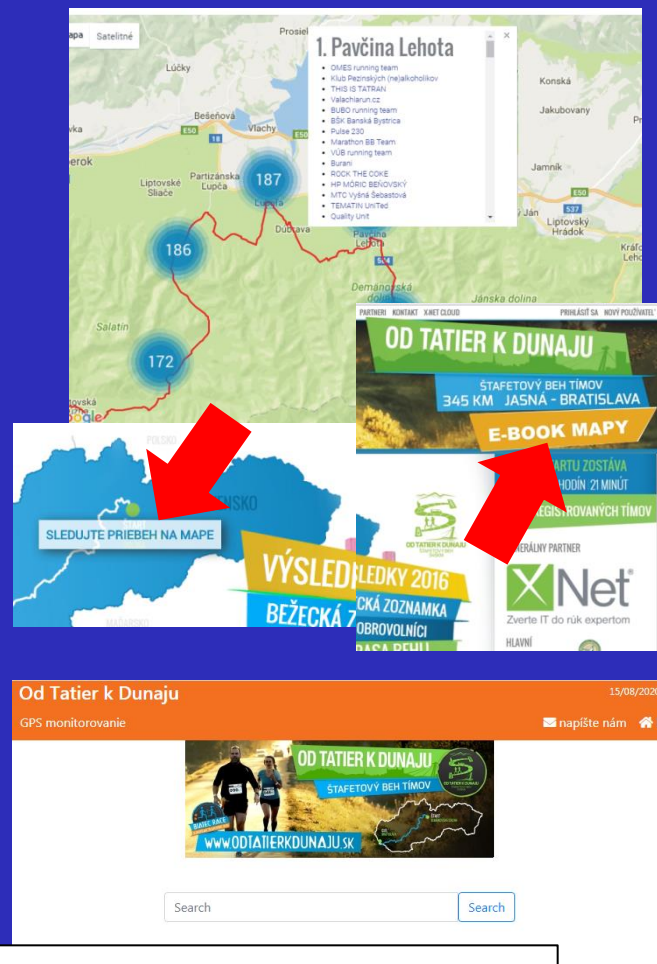
Priebeh behu je možné sledovať na mape, ktorá bude zobrazovať **poslednú zaznamenanú odovzdávku každého tímu**. Prístup je priamo z home page webu. Funkcia umožňuje mať prehľad, kde sa tímy aktuálne nachádzajú.

Na webe je k dispozícii **E-BOOK** úsekov behu s popisom pre bežca a pre auto. Prístup je priamo cez home page webu, alebo priama linka www.odtatiekdunaju.sk/elite

Súčasťou e-booku je mapa trasy behu, ktorá pri otvorení v mobilnom zariadení, zobrazí vašu aktuálnu polohu!

GPS TRACKING 2024

Kontaktné číslo v prípade problému s trackerom počas podujatia je +421 905 253 923



VAROVANIE! Použitie trackera slúži hlavne pre zvýšenie bezpečnosti a kontroly. On-line sledovanie polohy nie je 100%! Nespoliehajte sa na GPS tracker pri plánovaní odovzdávania štafety - bežec môže byť reálne ďalej ako sa zobrazuje jeho poloha!

Facebook a Instagram

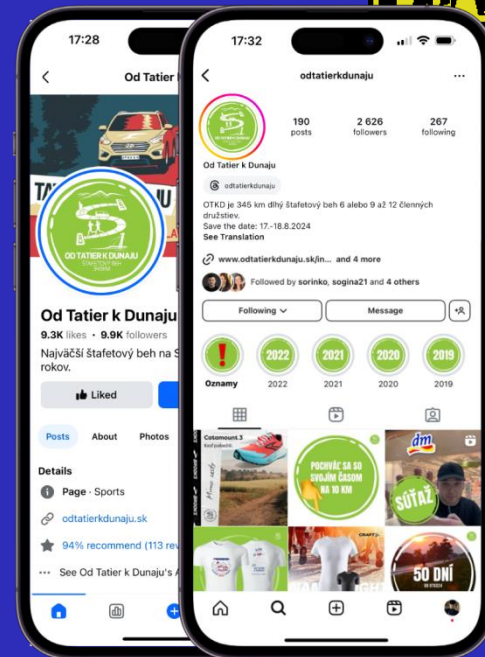
Facebook nie je oficiálny komunikačný prostriedok medzi bežcami a organizátormi.

Všetky požiadavky, otázky, pripomienky, zmeny v tímoch a protesty zasielajte výhradne e-mailom na adresu beh345@odtatierkdunaju.sk.

Na príspevky na Facebooku organizátor nemusí reagovať. Príspevky šíriace nepriateľstvo a nenávisť i príspevky napádajúce členov iných tímov, napr. obviňovanie z porušovania pravidiel na fan page nepatria a budú vymazané!

Nezabudnite si nás follownúť na Instagrame @odtatierkdunaju a Facebooku Od Tatier k Dunaju. Všetky vaše príspevky a Stories si pozeráme a radi ich prezdieľame na našich profiloch.

Nezabudnite preto označiť @odtatierkdunaju a používať hashtag #OTKD2024.

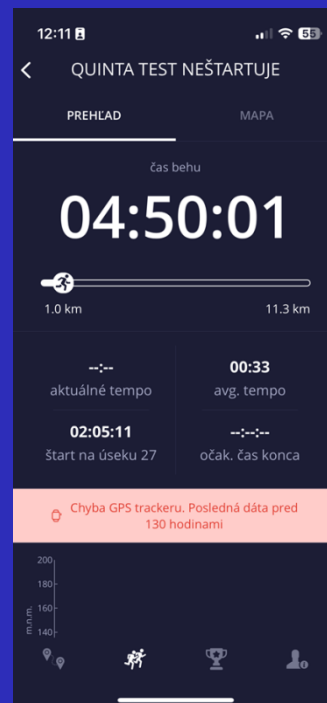


Mobilná aplikácia

APP-ka je dostupná v [Google Play](#) aj [Apple Store](#).

Hlavné funkcie

1. Sledovanie GPS polohy bežca
2. Zobrazit' si informácie o úsekoch
2. Prehľadné zobrazenie real time výsledkov
3. Nahlásenie zranenia a výmeny bežca
4. Push notifikácie
5. Prihlásenie pre člena tímu bez hesla
6. Zdieľanie výsledku po dobehnutí pretekov
7. **Upozornenie na nefunkčný GPS tracker**
8. **Stránka s kontaktmi na technickú podporu a zdravotníkov**



POKIAL' STE MALI UŽ APPKU STIAHNUTÚ, NEZABUDNITE SI JU AKTUALIZOVAŤ ALEBO REINŠTALOVAŤ

Podporované verzie Android 7 a vyšš, iOS 15 a vyšší. K fungovaniu aplikácie je potrebné povoliť zdieľanie GPS polohy. Kapitán sa prihlasuje rovnakým menom a heslom, ako na web www.odtatierkdunaju.sk.

Od vývojárov [Kompilátor](#). Support počas behu ondrej@kompilator.cz / +420 739 526 097

NOVINKA! eLearning

eLearning je nová funkcia pre kapitánov tímov, ktorá slúži na overenie toho, že sa kapitán tímu oboznámil s inštrukciami uvedenými v tejto prezentácii.

Cieľom je distribuovať informácie prostredníctvom aplikácie, kde sú jednotlivé kapitoly rozdelené na sekcie po logických celkoch a kapitán po naštudovaní prezentácie prejde testom, že inštrukciám porozumel.

eLearning je dostupný priamo v aplikácii Od Tatier k Dunaju 2024.

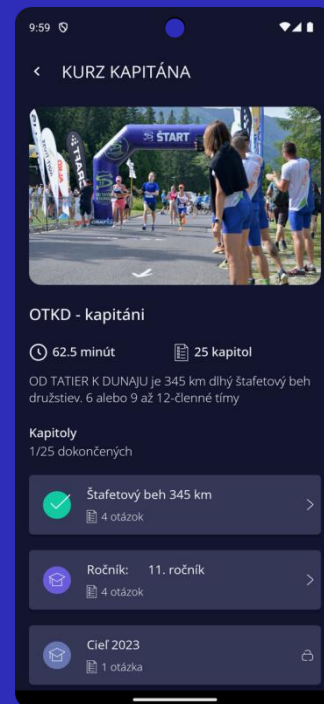
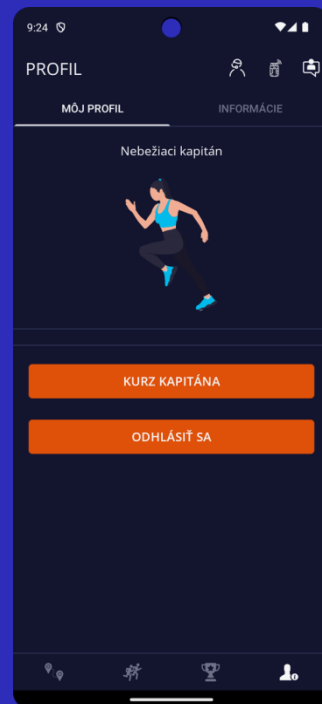
Po prihlásení do aplikácie sa eLearning nachádza na záložke profilu užívateľa, kde je button - Kurz kapitána

Samotný test nie je bodovaný, dôležité je len absolvovanie.

Absolvovanie eLearnigu sa zobrazí na webe pri tíme kapitána, ktorý test úspešne ukončil.

Úspešné absolvovanie eLearningu je podmienkou na ukončenie prezentácie tímu!

Teda kapitán ho musí absolvovať najneskôr pred prevzatím štartového balíčka hodinu pred štartom svojho tímu.



Odporúčaná obuv Brooks

úseky	8	17, 20, 21, 29, 30, 35	32, 34	1, 5, 7, 10, 13, 14, 18, 19	23, 25, 28, 33	2, 3, 6, 9, 11, 12, 15, 16, 22, 24, 31	4, 26, 27, 36
model	Brooks Caldera 7	Brooks Catamount 3	Brooks Catamount Agil	Brooks Ghost Max 2	Brooks Hyperion 2	Brooks Hyperion Max 2	Brooks Hyperion Elite 4
povrch	trail			tlmenie	speed		
prečo	skvelé tlmenie pre náročné trailové etapy	dynamická trailová topánka, ktorá si skvele poradí s terénom a nestráca rýchlosť na ceste	nekompromisná ultraľhká trailová pretekárska topánka pre kratšie etapy s nižším prevýšením v maximálnej intenzite	vysoko tlmená topánka s dynamickým prechodom do odrazu pre hladší a svižnejší beh, sklá na etapy s výrazným klesaním	ultraľhká a vysoko dynamická cestá topánka pre členitý beh po asfalte a kratšie etapy v maximálnej intenzite	tempovo pretekárska topánka s nylonovým plátom, komfort a dynamika ju predurčujú pre rýchle etapy s výraznejším stúpaním aj klesaním	nekompromisný výkonnostný model, ultralight s karbónovým plátom, skvelá voľba na horské a rovinaté etapy po kvalitnom povrchu
	 Caldera 7 Keď pobežíš: Horské pello	 Catamount 3 Keď pobežíš: Mimo cesty	 Catamount Agil Keď pobežíš: Bombý v trati	 Ghost Max 2 Keď pobežíš: Dole kopcom	 Hyperion 2 Keď pobežíš: Rýchlo vlnide	 Hyperion Max 2 Keď pobežíš: Hore kopcom	 Hyperion Elite 4 Keď pobežíš: Rovinné bombý



Watchface Garmin



<https://apps.garmin.com/apps/35b0578d-9bb2-4c49-b34a-e00d6ef49ecf>



BEŽ rovno ZA NOSom

OZ ČERVENÝ NOS Clowndoctors – charitatívny partner behu OD TATIER K DUNAJU

Naše partnerstvo má zdôrazniť nepopierateľné prepojenie fyzického a duševného zdravia. Navyše, rovnako, ako účastníci nášho behu, aj zdravotní klauni z Červeného nosa putujú naprieč Slovenskom, aby robili náš svet radostnejším. My im fandíme a chceme pomáhať ich misii a vyzývame k podpore aj vás – budúcich účastníkov behu OD TATIER K DUNAJU.

Ako účastníci behu máte práve teraz jedinečnú príležitosť - prispieť k väčším porciám detského smiechu v nemocniciach.

AKO SA MÔŽETE ZAPOJIŤ

Darujte ľubovoľný príspevok a premeňte radosť z behu na smiech detí v nemocniciach

Chcem darovať smiech deťom

Chcem darovať smiech deťom pravidelne

Alebo si vytvorte vlastnú darcovskú výzvu. Bližšie informácie ako na to nájdete tu:

<https://www.cervenynos.sk/chcem-pomahat/ako-jednotlivec/beh-pre-usmev/>

Cesta za zdravím je niekedy beh na dlhé trate

BEŽIM
ZA NOSom

OD TATIER K DUNAJU
ŠTAFETOVÝ BEH
345KM

S úsmevom sa však
všetky prekážky
prekonávajú ľahšie.

Premeňte radosť
z behu na smiech
detí v nemocniciach!

Nenechajte si ujsť

1) Súťaž o najkrajšie vyzdobené motorové vozidlo tímu.

Aj tento rok prebieha súťaž o najkrajšie vyzdobené vozidlo! Fotky vašich vozidiel pridávajte na Stories s hashtagom #OTKD2024auto. Nezabudnite nás označiť, aby sme vašu Story videli a mohli ste tak byť zapojení. Fotky zozbierame a pomocou hlasovania na Stories sami rozhodnete, kto bude tohtoročným víťazom.

2) Firemná štafeta

Tímy označené na webe ako firemné, vyhlásime aj v samostatnej kategórii firemné štafety.

3) Úsekové prémie

Tento rok bude vypísaných päť úsekových prémie o tovar značky Brooks, Craft a Silva.

Na vybraných úsekoch budú ocenení najrýchlejší muž a najrýchlejšia žena!





Hľadáme dobrovoľníkov

Pomôžte nám šíriť túto výzvu pre dobrovoľníkov,
pomôžete tým sebe!

„Chceš zažiť atmosféru najväčšieho štafetového behu na Slovensku, ale netrúfaš si bežať?“

Staň sa pomocníkom pri organizácii tohto výnimočného podujatia! „

Registrácia mailom beh345@odtatierkdunaju.sk

Každý dobrovoľník bude zaradený do losovania o tovar značky Craft a Silva!!

WANTED

OD TATIER K DUNAJU

HĽADÁME DOBROVOĽNÍKOV!

NAJVÄČŠÍ ŠTAFETOVÝ BEH NA SLOVENSKU.
BUĎTE PRI TOM AJ VY!

ODTATIERKDUNAJU.SK, 0948 002 386

ODMENA: TRIČKO A MEDAILA



Časté otázky

Zmeny v zložení tímov

Od 1.8. sú možné už len v nevyhnutnom prípade, za poplatok 10 Eur. Zmeny treba posielať do mailu.

10 alebo 11 bežcov v tíme

Beží sa v nahlásenom poradí prvé 3 úseky bežcov. Štvrtý úsek bežcov je možné si zvoliť bežcov z tímu, mená je potrebné nahlásiť pred ich vybehnutím.

Tímy v kategórii ULTRA

Bežci môžu bežať celú trať po 2 úseky po sebe. Je potrebné to nahlásiť najneskôr pred štartom.

Zastavenie tímu na odovzdávke

Pokiaľ je v čele pelotónu tím, ktorý beží výrazne rýchlejšie ako nahlásil, organizátor ho má právo zastaviť na odovzdávke.

Kontrola vozidla

Kontrola vozidiel nie je podmienkou prezentácie tímu. Organizátor môže kontrolovať povinnú výbavu pred štartom i počas pretekov. Ak sa tím nepreukáže povinnou výbavou vozidla, hrozí mu diskvalifikácia.

Kedy bude vyhlásenie víťazov

Pokiaľ to bude možné, víťazov budeme vyhlasovať po kategóriách spoločne, cca o 16 a 17 hod.

Môžem si kúpiť navyše tričko

Predaj spustíme už v piatok na prezentácii v Jasnej a na štarte i v cieľi. V ponuke sú biele aj zelené Craft, ktoré zostali po prezentácii v Bratislave.

Ďakujeme partnerom behu

HLAVNÍ PARTNERI



CHARITATÍVNY PARTNER



PARTNER MOTOROVÝCH VOZIDIEL



HLAVNÝ ŠPORTOVÝ PARTNER



PARTNERI



POD ZÁŠTITOU



PARTNER TRATE



REALIZOVANÉ S FINANČNOU PODPOROU



PODUJATIE PODPORILI



PRODUKTOVÍ PARTNERI



HLAVNÍ MEDIÁLNI PARTNERI



MEDIÁLNI PARTNERI



PRODUKCIA zazitok.sk

