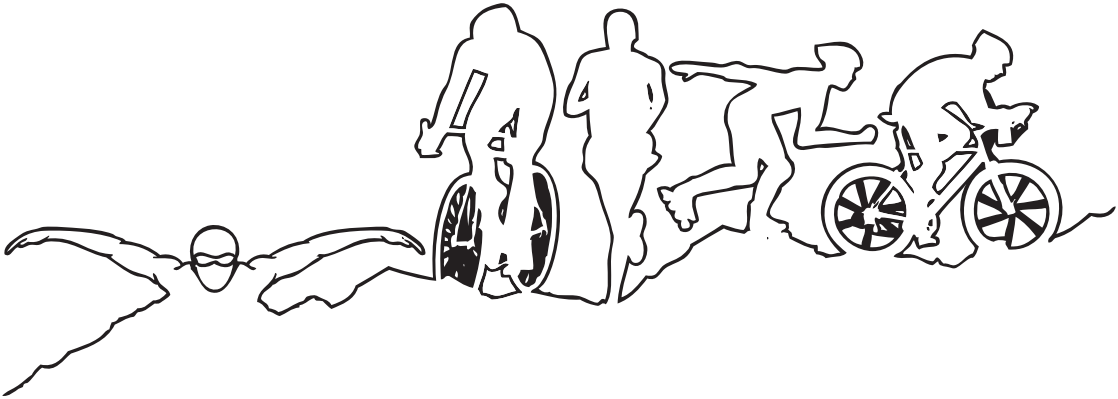
Gigathlon

CZECH REPUBLIC



27.-29.8.2021

MĚLNÍK

ZÁVODNÍ MANUÁL

www.gigathlon.com

Název týmu:

Členové / Supporter:

Kategorie:

Národnost:

OBSAH

Úvodní slovo....4
Vítězové Gigathlon 2016 - 2020....5
Místo konání....6
Ubytování a Gigathlon Camp....7
Zázemí závodu....8
Registrace na místě....9
Popis tratí....10
Časový harmonogram....16
Časová náročnost....18
Logistika a doprava....19
Bezpečnost a pravidla....20
Ostatní služby....21
Catering....22
Symboly....22

VERZE MANUÁLU K 23. 8. 2021.
ZMĚNY JSOU VYHRAZENY.

Kontakt info:

tel.: + 420 607 852 540
e-mail: info@gigathlon.cz

Emergency Number:

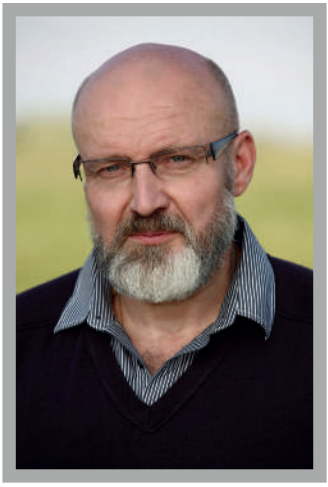
+ 420 774 245 198
pro závodníky 27.-29.8.2021

Pořadatel:

eventime s.r.o.
Václavské náměstí 1, 110 00, Praha 1
www.gigathlon.com I Czech Republic

eventime
ÚSPĚCH ŠITÝ NA MÍRU

SLOVO **STAROSTY**



Královské věnné a město vinorodé Mělník, opět po roce vítá účastníky již 6. ročníku „Gigathlon Czech Republic". Závod prověří fyzické a psychické síly jak amatérských, tak i profesionálních závodníků v unikátní kombinaci pěti disciplín (běh, plavání, in-line brusle, horské a silniční kolo), a to ve třech kategoriích a dvou soutěžích. Gigathlon se stává již tradiční akcí obohacující město na soutoku dvou největších českých řek. Každý z účastníků si tak najde svůj závod podle toho, na co se cítí, či co chce zkusit. Soupeření bude probíhat v nejzajímavějších a nejkrásnějších scenériích mělnického regionu. Všem závodníkům bych proto popřál co nejlepší výkony, kus nutného štěstí a aby byli nakonec spokojeni sami se sebou. Se všemi závodníky se určitě uvidím během zahájení a pak následně v průběhu zbývajících dvou dnů.

MVDr. Ctirad Mikeš (starosta města Mělník)

GIGATHLON 2016 - 2020

VÍTĚZOVÉ 2016 - 2020

2016
Lipno

Single Man
Krebs Ramon
Teplý Ondřej
Mužíček Pavel

Single Woman
Vliegen Tina
Recke Constanze
Soukupová Barbora

Couple
US
Thomas Kammermann
& Jeanine Forster

Team of 5
GRANITBEISSER

2017
Olšina

Single Man
Krebs Ramon
Mužíček Pavel
Beglinger Benji

Single Woman
Hürlimann Eva
Sturm Anja
Soukupová Barbora

Couple
OXYMORON
Bruno Fritsche
Sarah Straub

Team of 5
SÄNTIS

2018
Račice, Most

Single Man
Mužíček Pavel
Gabla Martin
Strangmuller Jan

Single Woman
Sturm Anja
Meili Claudia
Forster Jeanine

Couple
CSG TRI Team 1
Vlášek Michal
& Kochová Barbora

Team of 5
CSG TRI TEAM A

2019
Račice, Mělník

Single Man
Vlášek Michal
Teplý Ondřej
Flegel Christian

Single Woman
Sturm Anja
Soukupová Barbora
Lenhardt Marli

Couple
OXYMORON
Bruno Fritsche
& Rahel Schnetzler

Team of 5
CSG TRI TEAM

2020
Mělník

Single Man
Vlášek Michal
Schelling Sebastian
Heisch Philipp

Single Woman
Sturm Anja
Soukupová Barbora
Hagen Alida

Couple
OXYMORON
Bruno Fritsche
& Tanja Löpfe

Team of 5
CSG TRI TEAM

2021
Mělník

Single Man
_____
_____
_____

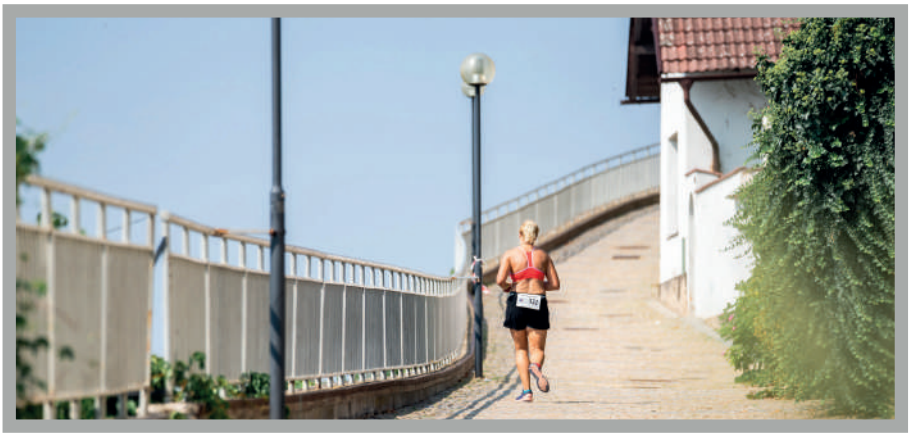
Couple
_____
_____
_____

Team of 5
_____
_____
_____

MĚSTO MĚLNÍK

Královské věnné město Mělník není jen centrum vinařství se zámkem a historickým centrem zčásti obklopeným hradbami. To nejzajímavější se tady totiž skrývá pod zemí, ať už jde o zámecké vinné sklepy, vinařskou expozici v muzeu, městské podzemí s unikátní studnou, která je nejširší v České republice anebo chrám sv. Petra a Pavla s kostnicí a vyhlídkovou věží.

K Mělníku neodmyslitelně patří také soutok Labe s Vltavou. Pozorovat ho můžete jak z restaurace umístěné přímo v mělnickém zámku, tak téměř ze všech našich závodních tras. Ti, kteří budou mít během víkendu více času, se mohou projet přívozem přímo k soutoku, nedaleko něhož je i historická technická památka zdymadlo Hořín. Kdo by zatoužil poznat širší okolí, za návštěvu jistě stojí hrad Kokořín a Houska, Čertovy hlavy v Želízech či samotná hora Říp.



Zámek Mělník

CAMP MĚLNÍK

Camp Mělník je nejnavštěvovanějším kempem v kraji. Tuto pozici si vybudoval zejména díky široké škále celoročního ubytování, skvělé kuchyni s příjemnou obsluhou, bohatému sportovnímu vyžití a jistě i poloze nedaleko centra města.

O víkendu 27.-29.8. se kemp promění v centrum šestého ročníku závodu Gigathlon Czech Republic. Bude zde umístěno stanové městečko Gigathlon a závodníci mohou také využít v sobotu a v neděli snídaňového bufetu, který bude nachystán v restauraci kempu a je zahrnut v ceně startovného. Vhodnou formu ubytování v Campu Mělník nebo v jiných ubytovacích zařízeních si řeší každý závodník individuálně.

CAMP MĚLNÍK

Camp Mělník, Klášterní 720, 276 01 Mělník
GPS 50.3599141, 14.4755038456524

GIGATHLON CAMP

je kult, který je nedílnou součástí Gigathlonu a vytváří tak pro všechny účastníky unikátní atmosféru. Ubytování ve stanovém městečku je zdarma pouze v originálních Gigathlon stanech, které musí být závodníky objednány do ukončení přihlášek. Po skončení závodu stany závodníkům zůstávají. Gigathlon kemp bude umístěn v areálu **Camp Mělník**.

Prosíme **každého závodníka**, který se plánuje ubytovat **v Gigathlon stanovém městečku**, aby se při příjezdu do Campu Mělník **nahlásil na recepci** (10 m za vjezdem po pravé straně).

Parkování možné vedle stanu. Poprosili bychom závodníky, aby nevyužívali více vozů než - Single 1x, Couple 1x, Team of Five 2x.

DEPO NÁMĚSTÍ | SATURDAY & SUNDAY

náměstí Míru, Mělník 276 01 | GPS souřadnice: 50.3518386N, 14.4746492E

DEPO BARABA | SATURDAY & SUNDAY

Lom Baraba, Dolní Beřkovice | GPS souřadnice: 50.3667261N, 14.4486261E

REGISTRACE

Na registraci se musí dostavit všichni přihlášení závodníci a musí mít u sebe platný doklad totožnosti s fotografií. Prosíme o informaci v případě, že se některý z členů týmu nemůže dostavit k páteční registraci.

WEEKEND GIGATHLON & LIGHT SATURDAY GIGATHLON

Pátek 27. 8. | 16:00 - 19:00 | Nám. Míru, Mělník

Při registraci si závodníci vyzvednou startovní balíček včetně čipu.

STARTOVNÍ BALÍČEK 2021

ZNAČENÍ	1*	H	5x
BARVA KATEGORIE	● červená	○ bílá	● modrá
ZÁVODNÍ MANUÁL	1	1	1
ČIP VČETNĚ PÁSKY	1	1	1
POKRÝVKA HELMY* *(pouze Weekend Gigathlon)*	1	2	2
PLAVECKÁ ČEPICE	1	2	2
STARTOVNÍ ČÍSLO - SILNIČNÍ KOLO	1	2	1
STARTOVNÍ ČÍSLO - HORSKÉ KOLO	1	2	1
STARTOVNÍ ČÍSLO - IN-LINE	1	1	1
STARTOVNÍ ČÍSLO - BĚH	1	1	1
PYTLE (na běžecké boty)	2	2	2
POUKAZY NA SNÍDANI	2	2	5
SPÍNACÍ ŠPENDLÍK	4	8	8
STAHOVACÍ PÁSKA	6	12	12

** Z důvodu výpadku u dodavatele pokrývek na helmy, dostanou závodnici v kategorii Team of 5 pouze 2 pokrývky a v kategorii Single jednu. Team of 5 prosíme o včasnou výměnu mezi sebou a Single Man/Woman prosíme, aby v případě změny helmy, nezapomněli přehodit také pokrývku.*

ČASOMÍRA

Časomíra během celého závodu funguje pomocí čipu, který **mají závodníci připevněný nad pravým kotníkem** páskem. Čip závodník/tým dostává v pátek při registraci a odevzdává ho až běžec v neděli po dokončení. Při registraci zkontrolujte, že číslo čipu koresponduje s číslem na startovních číslech.

6. ročník Gigathlonu se vrací na Mělník. Letošní ročník nabízí opět 1denní variantu Light Saturday Gigathlon a klasický 2denní Weekend Gigathlon. Trasy oproti loňsku doznají pouze malé změny. Největší změnu zaznamenala sobotní silnička, u které jsme okruh prodloužili o 10 km. Start a cíl bude přímo na hlavním náměstí, kde nebude chybět ani partnerské městečko společně s oblíbenou relax zónou.

28. SRPEN
LIGHT SATURDAY

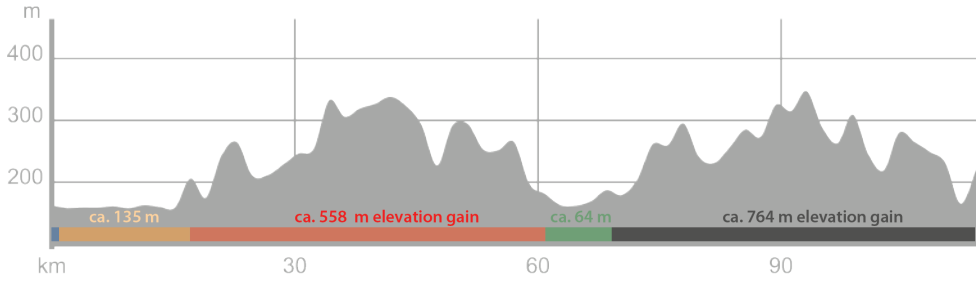
Celková vzdálenost: 116 km

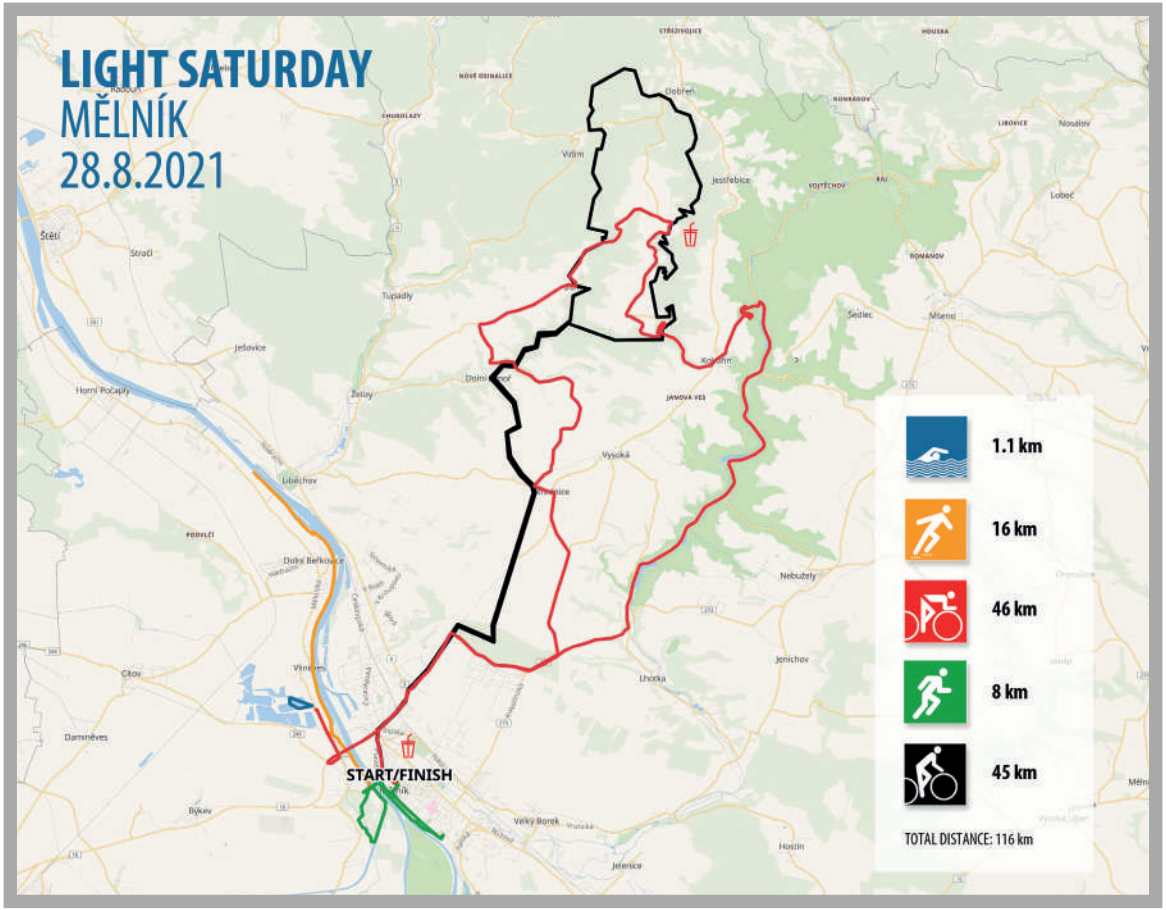
Gigathleti absolvují ve všech 5 disciplínách přibližně poloviční trasy prvního závodního dne "Athletic Saturday".

Jako první odstartují v brzkém ránu **PLAVCI** na své jedno 1,1 km dlouhé kolo v křišťálově čisté vodě lomu Baraba. Po nich se na trať vydají **INLINISTÉ** po Labské stezce směr Hněvice. Přibližně po 6 km u vesničky Křivenice se na otočce vrací zpět na Mělník, kde na ně čeká závěrečné stoupání až k Vrázově vyhlídce. Za vyhlídkou následuje sundání bruslí a doběh posledních 500 m do cíle. Podobně jako v posledním ročníku je možné pro doběh použít běžeckou obuv, inline brusle musí být závodníky nebo ostatními členy týmu/suporterem vyzvednuty z místa přezutí nejpozději do půlhodiny od ukončení disciplíny in-line.

Třetí disciplínou bude **SILNIČNÍ KOLO**. Nová 46 km dlouhá trasa napříč Kokořínskem bude zčásti kopírovat závodní okruh Weekend Gigathlon. **BĚŽCI** absolvují podobně jako v posledním ročníku okruh z náměstí směrem k soutoku Labe a Vltavy do Hořínského parku a zpět kolem Zámku Mělník do centra dění na Mírové náměstí. Na závodníky čeká 8 km běhu střídavě v terénu a po asfaltu.

Poslední se na trať vydají **BIKEŘI** prozkoumat Kokořínsko. Na jejich pouti dlouhé 45 km je čekají vedle krásné přírody i atraktivní technické pasáže, po jejichž zvládnutí se vrací zpět na náměstí, kde




LIGHT SATURDAY
MĚLNÍK
28.8.2021
START/FINISH
1.1 km
16 km
46 km
8 km
45 km
TOTAL DISTANCE: 116 km

POPIS TRATÍ

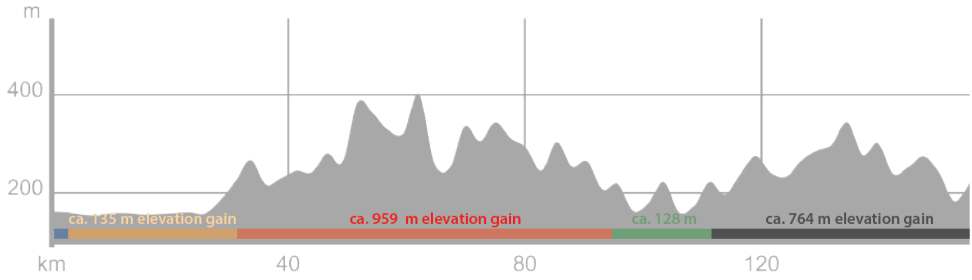
WEEKEND GIGATHLON
28. SRPEN
ATHLETIC SATURDAY

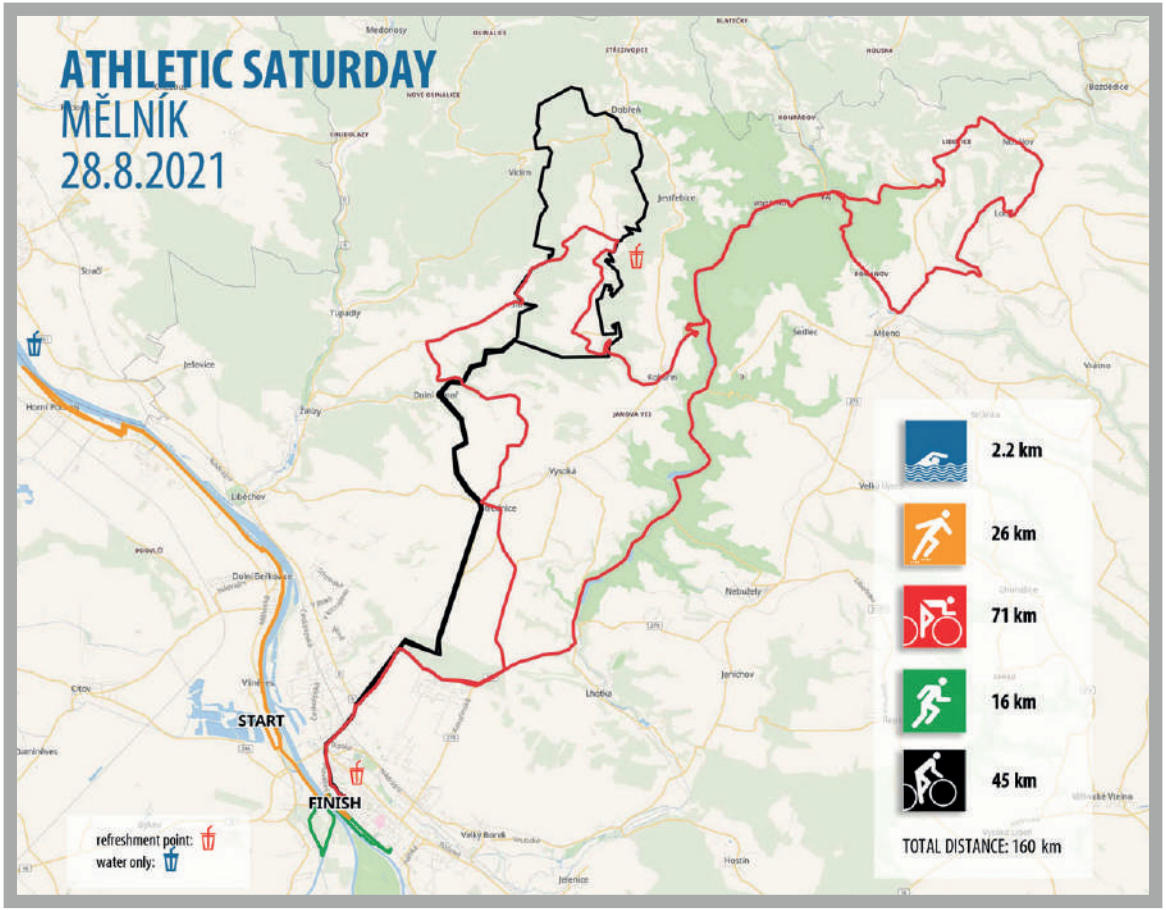
Celková vzdálenost: 160 km

Athletic Saturday odstartují **PLAVCI** v křišťálově čisté vodě lomu Baraba, kteří poplavou dvakrát 1,1 km dlouhý trojúhelník, dohromady tak poplavou trasu o délce 2,2 km. Štafetu převezmou jako druzí **INLINISTÉ**, kteří se na rovinaté Labské stezce rychle přesunou od lomu Baraba až na konec stezky před Hněvice, kde je čeká otočka. Po příjezdu na Mělník je čeká závěrečné stoupání až k Vrázově vyhlídce. Za vyhlídkou následuje sundání bruslí a doběh posledních 500 m do cíle. Podobně jako v posledním ročníku je možné pro doběh použít běžeckou obuv, inline brusle musí být závodníky nebo ostatními členy týmu/suporterem vyzvednuty z místa přezutí nejpozději do půlhodiny od ukončení disciplíny in-line.

V cílovém prostoru v centru města již na inlinisty budou čekat natěšení **SILNIČÁŘI**, kteří najedou napříč Kokořínskem 71 km, což je o 10 km více než v posledním ročníku.

BĚŽCI se dostanou na start tentokrát již jako čtvrtí, absolvují podobně jako vloni okruh z náměstí směrem k soutoku Labe a Vltavy do Hořínského parku a zpět kolem Zámku Mělník do centra dění na Mírové náměstí. Na závodníky čeká 8 km běhu střídavě v terénu a po asfaltu. Jako poslední se na trať vydají **BIKEŘI**, kteří si zopakují oblíbenou trasu z posledních dvou ročníků o délce 45 km. Průjezdy lesními cestami uprostřed krásné přírody Kokořínska spolu s atraktivními technickými pasážemi dělají z této disciplíny po právu highlight prvního závodního dne Weekend Gigathlonu.




ATHLETIC SATURDAY
MĚLNÍK
28.8.2021
START
FINISH
refreshment point:
water only:
2.2 km
26 km
71 km
16 km
45 km
TOTAL DISTANCE: 160 km

POPIS TRATÍ

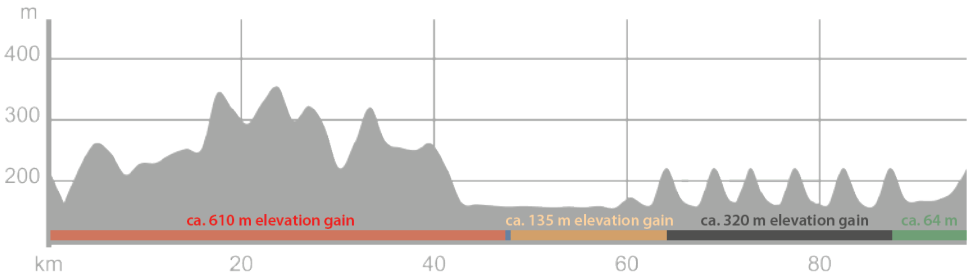
WEEKEND GIGATHLON
29. SRPEN
POETIC SUNDAY

Celková vzdálenost: 96 km

Poetic Sunday začne tam, kde sobota skončila. Z hlavního centra závodu na Mírovém náměstí vyrazí na 46 km dlouhý švih jako první **SILNIČKY**, nejdříve ti nejlepší ze soboty od 7:00 hodin v intervalovém startu, po nich v 8:00 hodin pak bude již masový start celého pelotonu všech ostatních, kteří nabrali v sobotu ztrátu více než 60 minut na první závodníky.

Cíl disciplíny silniční kolo bude na Barabě, kde **PLAVCI** poplavou jedno sobotní kolo o délce 1,1 km. Třetí v pořadí budou v neděli závodit **INLINISTÉ**, kteří zkopírují 16 km trasu z Light Saturday. Trasa povede opět směr Hněvice, avšak závodníci se otočí již po 8. km a vydají se zpět směr hlavní náměstí. **BIKEŘI** si zopakují 5 kol městského kritéria, kdy se vždy po 5 km ukážou fanouškům a supportérům na náměstí. Grande finale 6. ročníku obstarají opět tradičně **BĚŽCI**, kteří zafinišují společně se všemi členy týmu či supportery na Mírovém náměstí.

lom Baraba



POETIC SUNDAY
MĚLNÍK
29.8.2021
Jestřebice
VOJTĚCHOV
ROMANOV
Tupadly
Seidlec
Mšeno
Ješovice
Horní Počaply
Želízy
Dolní Žimoř
JANOVA VES
Vysoká
Velký Újezd
Libáchov
Střemice
Dolní Beřkovice
Vliněves
Citov
Lhotka
START/FINISH
Mělník
Býkev
Velký Borek
Jelenice
46 km
1.1 km
16 km
25 km
8 km
TOTAL DISTANCE: 96 km

POPIS TRATÍ

ČASOVÝ HARMONOGRAM

27. SRPEN PÁTEK

16:00 - 19:00	**Registrace**
18:30	**Slavnostní zahájení - Welcome Drink (nám. Míru)**
19:00 - 20:00	Rozprava (nám. Míru)

28. SRPEN LIGHT SATURDAY

SATURDAY ONLY

5:30 - 8:00	Snídaně
6:00 -18:15	Otevřené depo Náměstí
9:00	**START plavání (Baraba)**
9:15	Očekávaný první plavec
9:15 - 9:30	Průběžný start - in-line
10:00	Očekávaný první in-linista
10:00 - 11:00	Průběžný start - silniční kolo
11:00	Časový limit pro plavání a in-line
11:15	Očekávaný první cyklista
11:15 - 13:15	Průběžný start - běh
11:45	Očekávaný první běžec
11:45 - 14:15	Průběžný start - horské kolo
14:15	Časový limit silniční kolo + běh
14:00	**Předpokládaný cíl prvního závodníka**
14:00 - 17:15	Průběžný cíl ostatních závodníků
17:15	Časový limit - horské kolo
16:30	**Slavnostní vyhlášení Light Saturday Gigathlon**

28. SRPEN ATHLETIC SATURDAY

WEEKEND

5:30 - 8:00	Snídaně
6:00-18:15	Otevřené depo Náměstí
7:00	**START plavání (Baraba)**
7:30	Očekávaný první plavec
7:30 - 8:00	Průběžný start - in-line
8:30	Očekávaný první in-linista
8:30 - 9:30	Průběžný start - silniční kolo
9:30	Časový limit pro plavání a in-line
10:30	Očekávaný první cyklista
10:30 - 12:30	Průběžný start - běh
11:30	Očekávaný první běžec
11:30 - 14:30	Průběžný start - horské kolo
14:30	Časový limit silniční kolo + běh
13:45	**Předpokládaný cíl prvního závodníka**
13:45 - 17:30	Průběžný cíl ostatních závodníků
17:30	Časový limit - horské kolo
16:30	**Slavnostní vyhlášení Light Saturday Gigathlon**

29. SRPEN POETIC SUNDAY

WEEKEND

5:30 - 8:00	Snídaně
6:30 -15:00	Otevřené depo Náměstí
7:00	**START silniční kolo - nejrychlejších závodníků**
7:00 - 8:00	Průběžný intervalový start - závodníci se ztrátou do 60 min
8:00	**START silniční kolo - závodn. se ztrátou nad 60 min**
8:15	Očekávaný první závodník silniční kolo
8:15 - 10:15	Průběžný start plavání
8:30	Očekávaný první plavec
10:45	Časový limit pro silniční kolo a plavání
8:30 - 10:45	Průběžný start in-line
9:15	Očekávaný první in-linista
9:15 - 12:00	Průběžný start horské kolo
10:15	Očekávaný první biker
10:15 - 13:45	Průběžný start běh
13:45	Časový limit pro in-line a horské kolo
10:45	**Předpokládaný cíl prvního závodníka**
10:45 - 14:45	Průběžný cíl ostatních závodníků
14:45	Časový limit běh
14:30	**Slavnostní vyhlášení**

OČEKÁVANÝ START PRVNÍCH ZÁVODNÍKŮ

Všem závodníkům **doporučujeme být na startu 30 min. před startem**. K přepravě na start plavání doporučujeme využít osobních vozů. Žádáme vás o co nejefektivnější využití míst ve vašich autech. Individuální přeprava na start závodníků bude zajištěna pořadatelem po domluvě v pátek na registraci.

V neděli startují závodníci, kteří se umístili v sobotu v odstupu do 60 minut od prvního závodníka ve své kategorii v tzv. **intervalovém startu mezi 7:00-8:00**. Ostatní závodníci startují **hromadným startem v 8:00**.

28. SRPEN
LIGHT SATURDAY

BARABA		**NÁM. MÍRU**		
PLAVÁNÍ	INLINE	SILNIČNÍ KOLO	BĚH	HORSKÉ KOLO
9:00	9:15	10:00	11:15	11:45

28. SRPEN
ATHLETIC SATURDAY

BARABA		**NÁM. MÍRU**		
PLAVÁNÍ	INLINE	SILNIČNÍ KOLO	BĚH	HORSKÉ KOLO
7:00	7:30	8:30	10:30	11:30

29. SRPEN
POETIC SUNDAY

BARABA		**NÁM. MÍRU**		
SILNIČNÍ KOLO	PLAVÁNÍ	INLINE	HORSKÉ KOLO	BĚH
7:00	8:15	8:30	9:15	10:15

ORIENTAČNÍ ODHADY ČASŮ
PRVNÍCH A POSLEDNÍCH ZÁVODNÍKŮ

28. SRPEN **LIGHT SATURDAY**

Disciplína	Vzdálenost	Nejrychlejší závodník	Nejpomalejší závodník	Časový limit
PLAVÁNÍ	1,1 km	15 min 9:00 - 9:15	30 min 9:00 - 9:30	-
INLINE	16 km	45 min 9:15 - 9:45	1 h 30 min 9:30 - 11:00	11:00
SILNIČNÍ KOLO	46 km	1 h 15 min 10:00 - 11:15	2 h 15 min 11:00 - 13:15	-
BĚH	8 km	30 min 11:15 - 11:45	1 h 13:15 - 14:15	14:15
HORSKÉ KOLO	45 km	2 h 15 min 11:45 - 14:00	3 h 14:15 - 17:15	17:15

28. SRPEN **ATHLETIC SATURDAY**

Disciplína	Vzdálenost	Nejrychlejší závodník	Nejpomalejší závodník	Časový limit
PLAVÁNÍ	2,2 km	30 min 7:00 - 7:30	1 h 7:00 - 8:00	-
INLINE	26 km	1 h 7:30 - 8:30	1 h 30 min 8:00 - 9:30	9:30
SILNIČNÍ KOLO	71 km	2 h 8:30 - 10:30	3 h 9:30 - 12:30	-
BĚH	16 km	1 h 10:30 - 11:30	2 h 12:30 - 14:30	14:30
HORSKÉ KOLO	45 km	2 h 15 min 11:30 - 13:45	3 h 14:30 - 17:30	17:30

29. SRPEN **POETIC SUNDAY**

Disciplína	Vzdálenost	Nejrychlejší závodník	Nejpomalejší závodník	Časový limit
SILNIČNÍ KOLO	46 km	1 h 15 min 7:00 - 8:15	2 h 15 min 8:00 - 10:15	-
PLAVÁNÍ	1,1 km	15 min 8:15 - 8:30	30 min 10:15 - 10:45	10:45
INLINE	16 km	45 min 8:30 - 9:15	1 h 15 min 10:45 - 12:00	-
HORSKÉ KOLO	25 km	1 h 9:15 - 10:15	1 h 45 min 12:00 - 13:45	13:45
BĚH	8 km	30 min 10:15 - 10:45	1 h 13:45 - 14:45	-

Pro letošní ročník jsou připravena **dvě depa** na sobotu i neděli. Hlavní depo bude umístěno přímo v centru města na náměstí Míru (**depo "náměstí"**) a druhé pak u lomu Baraba (**depo "Baraba"**). Vzhledem k docházkovým vzdálenostem pořadatel nezajišťuje dopravu pro závodníky mezi jednotlivými depy. Všem zúčastněným doporučujeme předem domluvit přesun závodníků v týmu/supporterů.

V případě kategorie **COUPLE** nabízíme individuální přepravu závodníků po domluvě v pátek na registraci.

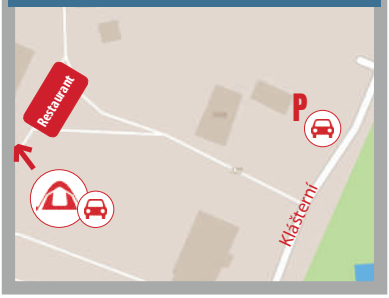
VZDÁLENOSTI

Camp Mělník - Náměstí Míru	15 min chůze (1,2 km)
Náměstí Míru - Vrázova vyhlídka	5 min chůze (500 m)
Náměstí Míru - P Legionářů	10 min chůze (900 m)
Náměstí Míru - Baraba	30 min chůze (3,1 km)
Baraba - Camp Mělník	35 min chůze (3,8 km)

PARKOVÁNÍ

Poprosili bychom závodníky, aby nevyužívali více vozů než - Single 1x, Couple 1x, Team of Five 2x.

CAMP MĚLNÍK
UBYTOVÁNÍ



BARABA
START PLAVÁNÍ

NÁMĚSTÍ
HLAVNÍ DEPO

P **CAMP MĚLNÍK** - u stanu nebo vedle areálu, po levé straně ze směru z centra Mělníka

P1 **BARABA** - parkoviště po levé straně u vody (ze směru od Mělníka)

P2 **BARABA** podél cesty / **P3** **BARABA -** u přístřešku na Labské cyklostezce (za mostem první doprava)

P4 **NÁMĚSTÍ** - parkoviště Legionářů, 10 min chůze na nám. Míru

Během celého závodu bude pořadatelem zajištěna odborná zdravotní péče a první pomoc. Pořadatel společně s Policií ČR budou dohlížet na dopravní situaci. Závodníci jsou povinni respektovat nařízení zdravotní péče, policie a pořadatele. Tyto osoby jsou oprávněny kdykoliv závodníka odvolat ze závodu, pokud je vzhledem k jeho stavu ohroženo jeho zdraví a bezpečnost. Účastníci, kteří jsou během závodu ošetřeni, mohou po ošetření opět pokračovat v závodě, pokud to ošetřující osoba dovolí.

Závod probíhá za plného provozu dle platných silničních pravidel - BEZ PRÁVA PŘEDNOSTI V JÍZDĚ. Pořadatelé se budou snažit zabezpečit zvlášť nebezpečné úseky pořadatelskou službou.

Přejíždění do protisměru bez potřebného rozhledu (zejména při průjezdu zatáček) je nepřípustné a znamená okamžitou penalizaci závodníka až do výše 60 min. Je zakázáno jakkoliv si zkracovat trať.

INLINE, MTB, SILNIČNÍ KOLO

- Každý závodník je **povinen mít na hlavě helmu** během závodu.
- Další doporučené vybavení jsou chrániče na zápěstí, lokty a kolena (inline).
- Kromě výše uvedeného by závodník měl **dbát zvýšené pozornosti při jízdě**, trasy závodu nebudou uzavřeny, závodník musí **dodržovat pravidla silničního provozu** po celou dobu závodu.
- Před dlouhou jízdou je doporučeno obléknout si suché sportovní oblečení.
- V případě silné bouřky doprovázené blesky by měl závodník opustit nebezpečná místa a odložit své kolo. Neměl by pokračovat, zároveň doporučujeme vyhýbat se stromům, skalám a jiným výškovým objektům.
- Silniční a horské kolo doporučujeme vybavit osvětlením.

INLINE (oba závodní dny) z důvodu profilu trasy bude tato disciplína kombinovaná s krátkým během, kdy se inlinisté 500 m před cílem u Vrázovy vyhlídky musejí **přezout do běžecké obuvi** a s inliny v ruce dobíhají na náměstí. Čas disciplíny končí při proběhnutí závodníka detekcí na náměstí Míru. Běžecké boty závodníci odevzdají v pátek na registraci v označeném pytli, který naleznou ve startovních taškách, v sobotu v info stánku Gigathlon nebo individuálně donesou na vyznačené místo nad Vrázovou vyhlídkou.

ODEVZDÁNÍ BĚŽECKÝCH BOT:

na sobotní závod	na nedělní závod
pátek 16:00 - 20:00 na registraci	**sobota** 15:00 - 18:00 ve stánku Gigathlon (nám.)
sobota ráno od 6:15 individuálně nad Vrázovkou	**neděle ráno** od 8:00 individuálně nad Vrázovkou

PLAVÁNÍ

- **Dlouhý plavecký neoprén je povinnou výbavou** a musí být ve standardním provedení nejméně 3 mm tlustý a musí zakrývat celé paže i nohy, přičemž ruce a chodidla musí být odkryta.
- Plavecká trať je po celou dobu hlídána záchrannými čluny a záchranáři na břehu. V případě nebezpečí by se měl pokusit závodník upozornit na sebe mávnutím nebo plácáním do vody nohou nebo rukou.

Plné znění pravidel naleznete na našich stránkách www.gigathlon.com v záložce "Ke stažení" pod názvem "Všeobecné obchodní podmínky Gigathlon Czech Republic 2021"

OSTATNÍ SLUŽBY

BIKE SELF-SERVICE

- k jednoduchému self-servisu bude k dispozici základní nářadí a náhradní díly
- složitější servis kol po individuální telefonické dohodě v pozávodních hodinách

místo: náměstí Míru, Mělník

Petr Valda, tel: +420 724 119 893

INLINE SERVICE

- v pozávodních hodinách po telefonické domluvě

Filip Šnajdr, tel. +420 603 521 620

TRIGGERPOINT

RELAX ZONA

- masážní pomůcky od firmy Trigger Point
- masáže

čas: sobota - neděle

(*časová doba se bude odvíjet dle potřeby závodníků)*

místo: náměstí Míru, Mělník

CATERING

Součástí startovního balíčku mají závodníci v ceně 2x snídaňový bufet v restauraci Campu Mělník.

	Pátek	Sobota	Neděle
SNÍDANĚ	-	5:30 - 8:00 Camp Mělník	5:30 - 8:00 Camp Mělník

SYMBOLY

KATEGORIE

- Single
- Couple
- Team of Five

DISCIPLÍNY

- Běh
- In-line
- MTB
- Plavání
- Silniční kolo

TRASY

- Běh
- In-line
- MTB
- Plavání
- Silniční kolo

ZNAČENÍ

- Směrové šipky
- Páska

TRANSPORT

- Parkování

SERVIS

- Mytí kol
- Servis kol / bruslí

ZÁZEMÍ

- Kemp
- Catering
- Sprchy
- WC
- Zdravotní služba

POZNÁMKY

e-shop tisku
TISKDO1000.CZ®

Výběr ze 115 druhů tiskovin

Katalogy
Letáky
Knihy

Tisk on-line

HOSTITEL

PARTNEŘI

POŘADATEL