



Gigathlon

CZECH REPUBLIC 



28. - 30.8.2020

MĚLNÍK

ZÁVODNÍ MANUÁL



www.gigathlon.com

Název týmu:

Členové / Supporter:

Kategorie:

Národnost:

Úvodní slovo	4
Ohlédnutí za 2019	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 21. 8. 2020.
ZMĚNY JSOU VYHRAZENY.

Kontakt info:

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

Emergency Number:

+ 420 603 199 239
pro závodníky 29.-30.8.2020

Pořadatel:

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

eventime
ÚSPĚCH SÍTY NA MÍRU

MILÍ GIGATHLETI,

letošní rok je pro většinu z nás vlivem neočekávaných událostí výjimečný a kromě osobních a pracovních životů z velké části ovlivnil i naše sportovní vyžití a kalendář sportovních akcí. O to více mě těší, že i přes složité podmínky pro přípravu akce, možnost startu závodníků ze zahraničí nebo vlastní přípravu všech účastníků na samotný závod se letos již popáté scházíme na Mělníku a oslavíme tak společně malé jubileum.

Kromě aktuální společenské situace je zde ještě jeden významný faktor, který ovlivní budoucnost Gigathlonu v Česku. Švýcarský vlastník licence udělal zásadní rozhodnutí týkající možnosti budoucího užívání značky Gigathlon. V roce 2021 se podobně jako letos nebude konat v domovském Švýcarsku jejich originální megazávod a v roce 2022 se plánuje velká derniéra neboli poslední Gigathlon, kterým se uzavře jedna sportovní epocha trvající více než 20 let.

Co toto rozhodnutí znamená pro český Gigathlon? Minimálně fakt, že po roce 2022 nemůžeme již dále užívat práva organizovat závod pod touto značkou a že se podobně jako naši švýcarští kolegové musíme rozhodnout, zda do roku 2022 skončíme nebo budeme dál pokračovat v jiném doposud neznámém formátu. Je jasné, že součástí tohoto rozhodnutí budete i vy a váš zájem o českou verzi Gigathlonu. Věřím, že spojenými silami a chutí tento unikátní závod i nadále v Česku udržíme i v dalších letech.

Nyní nás však všechny již brzy čeká to nejpříjemnější, a to je jubilejní 5. ročník Gigathlon Czech Republic, ke kterému všichni vzhlížíme plni očekávání. Poprvé kompletně na Mělníku a v okolí, poprvé s odlehčenou sobotní verzí Light Saturday, ale hlavně stále s mnoha účastníky z Česka i dalších evropských zemí, kterým chceme vytvořit tu nejlepší závodní atmosféru.

Spousta z vás se vrací znovu na start, několik z vás absolvovalo všech pět ročníků, je mezi vámi ale i spousta nováčků. Chtěl bych na tomto místě všem účastníkům poděkovat za důvěru, mému organizačnímu týmu a všem dobrovolníkům za podporu a hostiteli akce městu Mělníku za poskytnutí skvělého zázemí, užíjme si plnými doušky blížící se závodní víkend, těším se na vás na startovní čáře a hlavně v cílové rovince.



Viva Gigathlon!

Jan Plachý

hlavní organizátor Gigathlon Czech Republic

Čtvrtý ročník závodu Gigathlon Czech Republic se po vzoru předešlého roku vrátil do **Ústeckého kraje** s hlavním zázemím ve sportovním centru Labe Aréna Račice. Sobotní závodní část čtvrtého ročníku se pak přesunula na Mělnicko, kde jsme měli tu možnost vyzkoušet pohostinnost Campu Mělník aneb letošního centra dění. Závodníci se v loňském roce společně poprali na trasách o celkové délce **271 km a 1 827 m převýšení**. Nejlépe si s touto vydatnou porcí sportu v jednotlivých kategoriích závodu Weekend Gigathlon poradili:

SINGLE MAN

Michal Vlášek	11:27:16
Ondřej Teplý	12:14:24
Christian Flegel	12:34:58



SINGLE WOMAN

Anja Sturm	13:00:54
Barbora Soukupová	15:50:55
Marli Lenhardt	17:42:09



COUPLE

OXYMORON	10:39:43
CSG TRI Team AA	11:48:56
MIŠÁCI	12:03:09



TEAM OF 5

CSG TRI TEAM	10:03:27
CEP TEAM	11:25:22
LOST & FOUND	12:07:39

MĚSTO MĚLNÍK

Královské věnné město Mělník není jen centrum vinařství se zámek 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 Želízích či samotná hora Říp.

DOPORUČUJEME

Bardolino Pizza

Výborná **pizza** & obsluha s velkým srdcem
pojízdné vozítko přímo na náměstí



Beer Bar Němý Medvěd

Minipivovar se špičkovými **burgery!**
nám. Míru 27, Mělník, 27601



Ajskrým Kára (Puro Gelato)

Jedinečná **zmrzlina** z červené káry
pojízdné vozítko přímo na náměstí

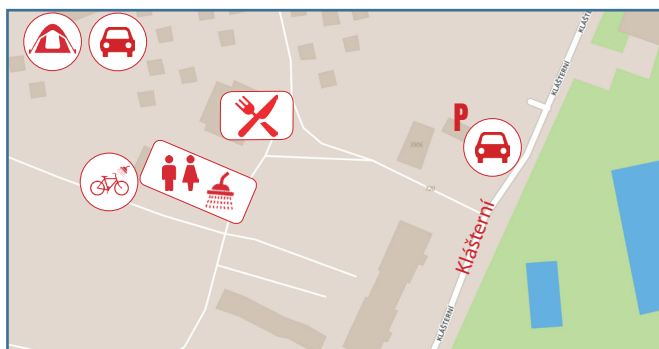


CAMP MĚLNÍK

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

On vikendu 28.-30.8. se kemp promění v centrum pátého 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 startovního. Vhodnou formu ubytování v Campu Mělník nebo v jiných ubytovacích zařízeních si řeší každý závodník individuálně.

CAMP MĚLNÍK



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

GIGATHLON CAMP

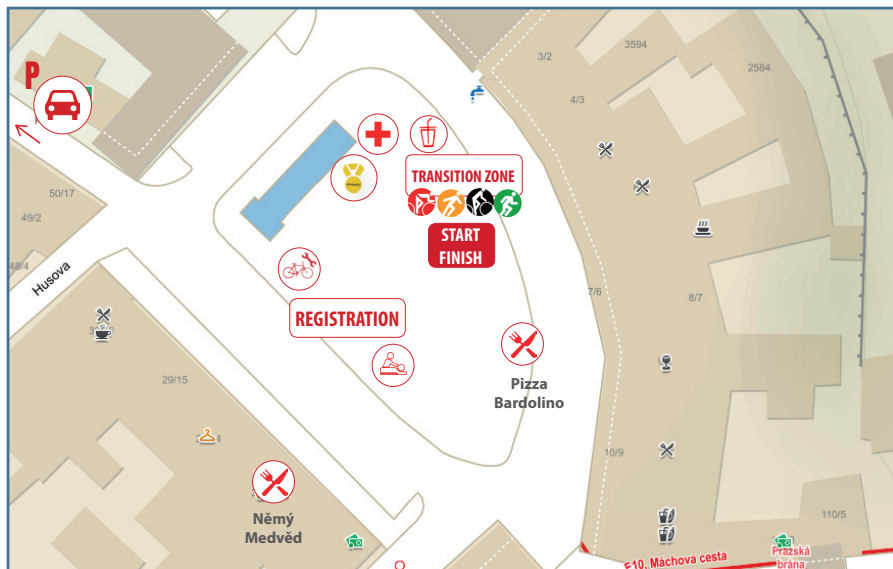
je kult, který je nedílnou součástí Gigathonu a vytváří tak pro všechny účastníky unikátní atmosféru. Ubytování ve stanovém městečku je zdarma pouze v originálních Gigathlon stanech, které musí být závodníci objednány do ukončení přihlášek. Po skončení závodu stany závodníkům zůstávají. Gigathlon kemp 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.

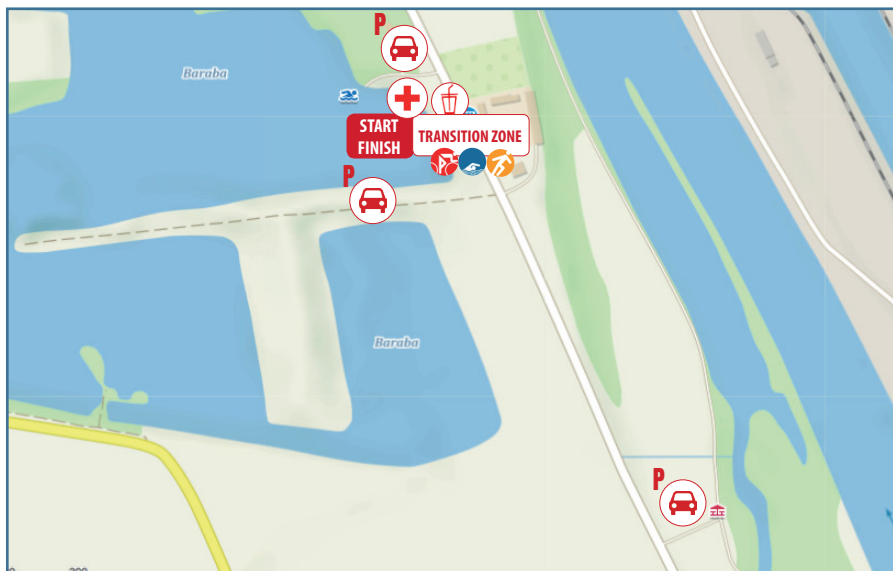


DEPO NÁMĚSTÍ | SATURDAY & SUNDAY



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 28. 8. | 16:00 - 20:00 | Nám. Míru, Mělník

Při registraci si závodníci vyzvednou startovní balíček včetně čipu.

STARTOVNÍ BALÍČEK 2020

ZNAČENÍ			
BARVA KATEGORIE	● červená	○ bílá	● modrá
ZÁVODNÍ MANUÁL	1	1	1
PÁSKA NA RUKU	2	2	5
POKRÝVKA HELMY* (<i>pouze Weekend Gigathlon</i>)	2	2	3
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
ČIP VČETNĚ PÁSKY	1	1	1
POUKAZY NA SNÍDANI	2	2	5
SPÍNACÍ ŠPENDLÍK	4	8	8
STAHOVACÍ PÁSKA	6	12	12
PYTLE (na běžecké boty)	2	2	2

* Pokrývky na helmy si závodníci mohou nechat na památku. Závodníky, kteří je dále nevyužijí, prosíme o vrácení do připravených krabic v neděli v cíli.

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.



5. ročník českého Gigathlonu se bude poprvé konat s hlavním centrem ve městě Mělník s cílovou rovinkou na náměstí Míru. O ubytování závodníků se postará Camp Mělník, který je vzdálen 15 min chůze od náměstí. Na účastníky letos čeká ve dvou závodních dnech **celkem 250 km a 2 657 m** převýšení. Každý den absolvují závodníci pět disciplín v jiném pořadí. Letos máme v nabídce hned dva závody, klasický 2-denní Weekend Gigathlon a odlehčenou verzi Light Saturday Gigathlon (poloviční trasy).

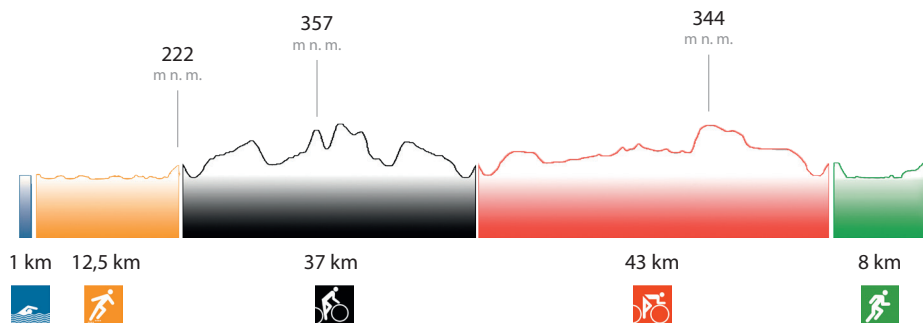
29. SRPEN

LIGHT SATURDAY

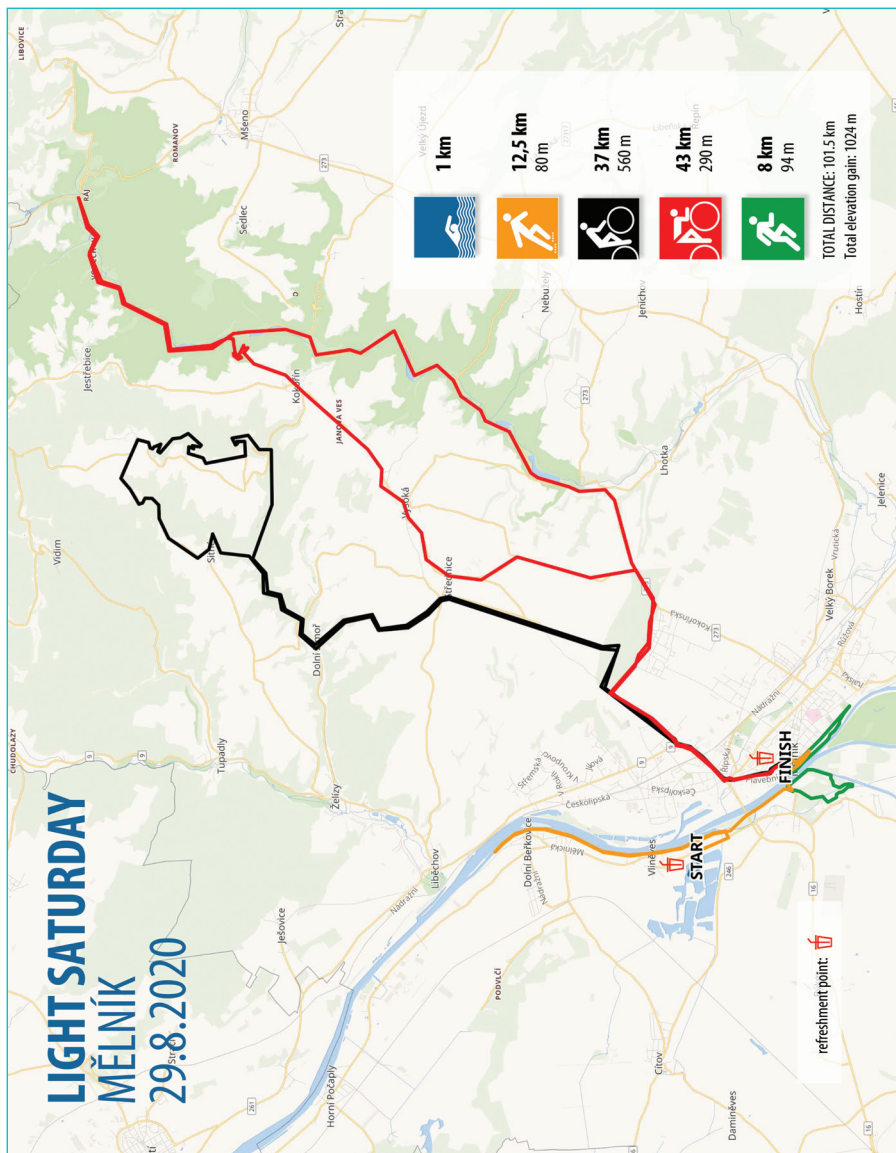
Gigathleti absolvují ve všech 5 disciplínách přibližně **poloviční trasy celého závodního dne "Furious Saturday"**.

Jako první odstartují **plavci** 1 km plaváním v křišťálově čisté vodě lomu Baraba. Po nich se na trať vydají **inlinisté** po cyklostezce směrem na Hněvice. Ti se přibližně po 5 km za vesničkou Dolní Beřkovice otočí a po stejné cyklostezce se vrací do Mělníka, kde na ně čeká závěrečný kopeček na bruslích až k Vrázově vyhlídce. Za vyhlídkou se inlinisté z bezpečnostních důvodů přezují do běžecké obuvi a s inliny v ruce dobíhají posledních 500 m do cíle. Svoji disciplínu tak po 12,5 km nezakončí na Barabě, ale místo toho převezou štafetu do centra dění na náměstí Míru.

Odtud vyrazí jako první **bikeři** prozkoumat Kokořínsko. Na 37 km dlouhé trase se ponoří do lesů, kde na ně čekají, vedle klidné přírody, krásné technické pasáže, po kterých se vrací zpět na náměstí. **Silničáři** startující jako čtvrtí se vydají na 43 km dlouhý okruh také po Kokořínsku. Poslední se na trať vydají **běžci**, kteří jedním kolem o délce 8 km prozkoumají ty nejhezčí místa města Mělník. Vystartují z náměstí a vydají se dolů k soutoku našich dvou největších řek Labe a Vltavy. Po celou dobu se budou moci běžci kochat výhledem na Mělnický zámek. Light Saturday Gigathlon pak zakončí se svými týmovými parťáky cílovou rovinkou v centru Mělníka.



LIGHT SATURDAY MĚLNÍK 29.8.2020



WEEKEND GIGATHLON

29. SRPEN

FURIOUS SATURDAY

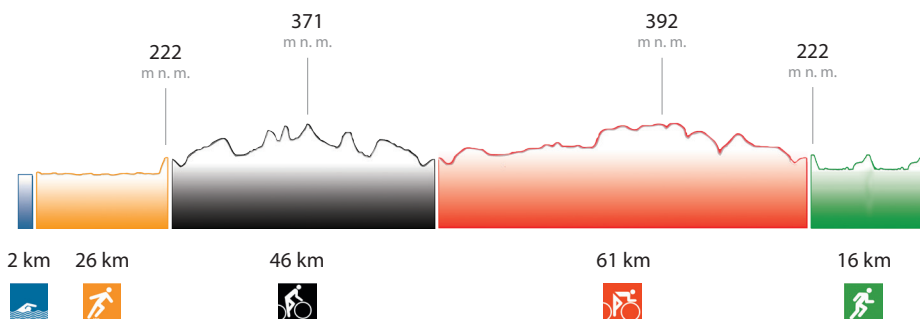
První závodní den odstartují **plavci** 2 km plaváním v křišťálově čisté vodě lomu Baraba. 1 km dlouhé kolo si dají na začátek hned dvakrát. V depu na Barabě pak předají štafetu **inlinistům**. Ti si zopakují část loňské sobotní trasy podél Labe. Z Baraby vyrazí směrem na Hněvice, kde se na 12. km otočí zpět směr Mělník. Svou trasu avšak nezakončí na Barabě, ale pokračují po cyklostezce do centra Mělníka, kde na ně čeká závěrečný kopeček na bruslích až k Vrázově vyhlídce. Za vyhlídkou se inlinisté z bezpečnostních důvodů přezují do běžecké obuvi a s inliny v ruce dobíhají posledních 500 m do cíle přímo v centru města na náměstí Míru.

Z hlavního náměstí jako první odstartují **bikeři**, odkud se vydají do rozlehlých kokořínských lesů, kde si připomenou loňskou, pěknou, 46 km dlouhou trasu s technickými úseky a vrátí se zpět na náměstí, kde předají štafetu **silničářům**. Na ty čeká jedno kolo dlouhé 61 km okolo Kokořinska.

Jako poslední sobotní závodníci vystartují **běžci** opět z Náměstí Míru. Vydají se centrem města směrem dolů k soutoku našich dvou největších řek Labe a Vltavy. Dvěma 8 km dlouhými koly střídavě v terénu a po silnici zakončí pak první závodní den.



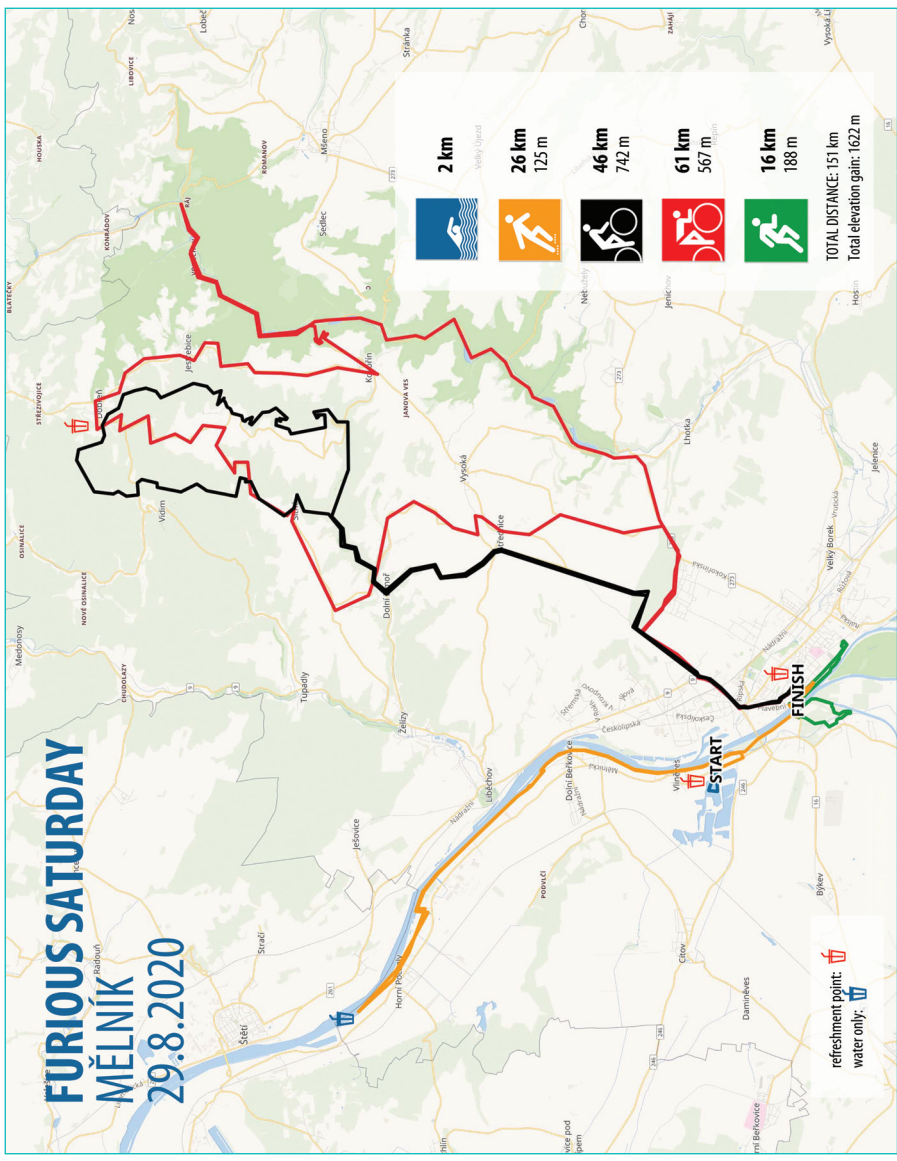
lom Baraba



FURIOUS SATURDAY

MĚLNÍK

29.8.2020



	2 km
	26 km 125 m
	46 km 742 m
	61 km 567 m
	16 km 188 m
TOTAL DISTANCE: 151 km	
Total elevation gain: 1622 m	

refinement point: 
water only: 

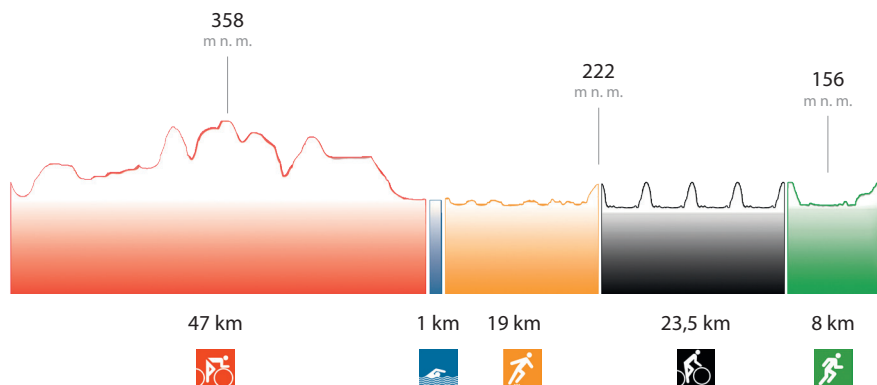
30. SRPEN

CURIOUS SUNDAY

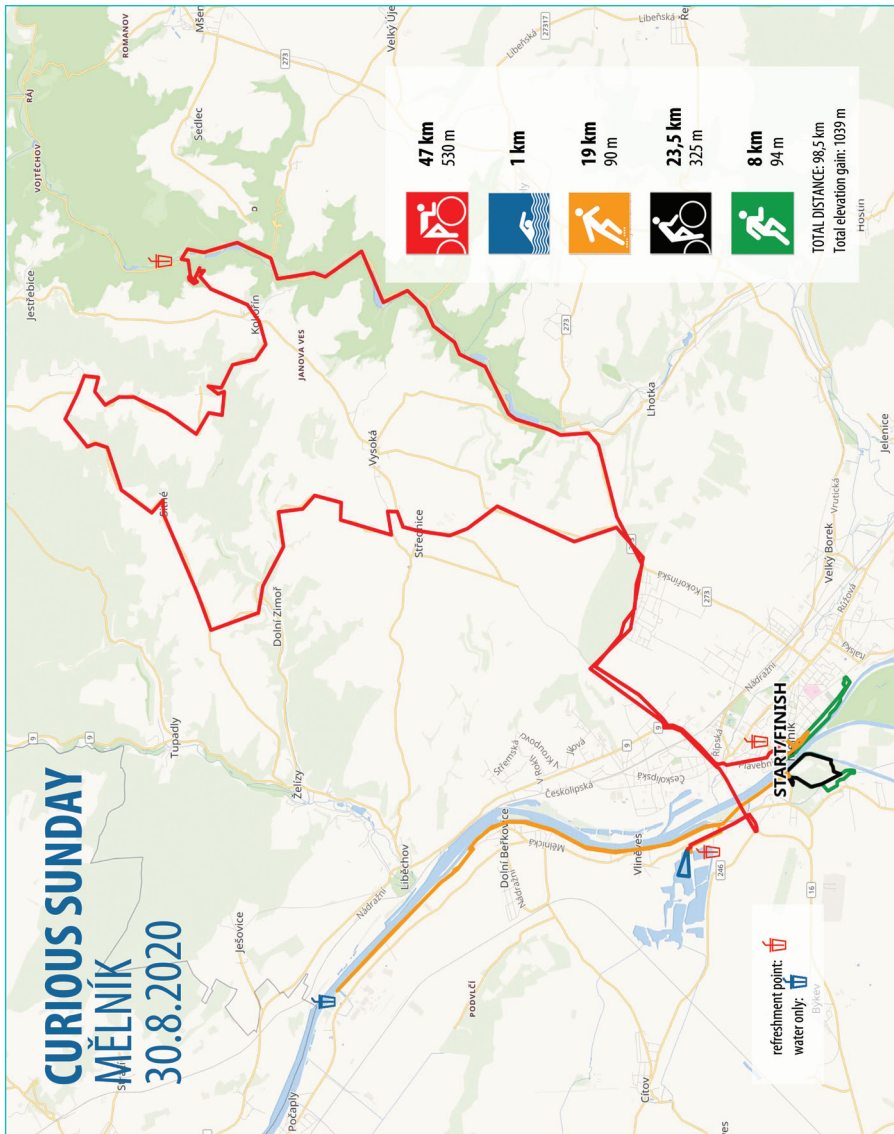
Během druhého závodního dne si závodníci zopakují převážně sobotní trasy v kratších délkách. Jako první odstartují **silničáři** z Náměstí Míru. Závodníci vyjždí na trasu v tzv. intervalovém startu neboli podle umístění z prvního závodního dne. Všichni první Gigathleti v kategorii ze sobotního úseku startují v 7:00. Závodníci se ztrátou na prvního závodníka do 1 h startují v intervalech mezi 7:00-8:00, tak jak dokončili. Ostatní závodníci se ztrátou nad 1 h, startují hromadně v 8:00.

Silniční trasa vede v opačném směru sobotní trasy ve zkrácené variantě, a to na 47 km. Cyklisté přesunou závod do druhého depa na Barabě **plavcům**. Ti poplavou jedno 1 km dlouhé sobotní kolo. **Inlinisté** si také zopakují sobotní trasu ve zkrácené verzi 19 km, tentokrát se na cyklostezce otočí hned na začátku vesničky Horní Počaply a převezou štafetu opět zpátky na hlavní náměstí. Tak jako v sobotu se musejí přezout z inlinů do běžeckých bot 500 m před cílem.

Z náměstí na trať vyrazí jako čtvrtí **bikeři**, kteří si jako jediní nezopakují sobotní trasu. Čeká na ně okruh necelých 5 km dlouhý z náměstí k soutoku a zpět, který obkrouží hned 5x. Jako poslední se na trať vydají **běžci** na již známý běžecký okruh. Jedním 8 km kolem s výhledy na zámek Mělník zakončí 5. ročník závodu Gigathlon Czech Republic 2020 společně s celým týmem proběhnutím cílové rovinky poprvé přímo na hlavním náměstí v historickém centru města Mělník.



CURIOUS SUNDAY MĚLNÍK 30.8.2020



28. SRPEN
PÁTEK

16:00 - 20:00

19:30

20:00 - 21:00

Registrace

Slavnostní zahájení - Welcome Drink (Nám. Míru)

Rozprava (Nám. Míru)

29. SRPEN
LIGHT
SATURDAY

SATURDAY ONLY

5:30 - 8:00

6:00 - 18:15

7:30

7:45

7:45 - 8:30

8:10

8:10 - 9:30

9:30

9:25

9:25 - 12:00

10:45

10:45 - 14:00

14:00

11:15

11:15 - 15:00

15:00

15:00

Snídaně

Otevřené depo Náměstí

START plavání (Baraba)

Očekávaný první plavec

Průběžný start - in-line

Očekávaný první in-linista

Průběžný start - horské kolo

Časový limit pro plavání a in-line

Očekávaný první biker

Průběžný start - silniční kolo

Očekávaný první cyklista

Průběžný start - běh

Časový limit silniční kolo + horské kolo

Předpokládaný cíl prvního závodníka

Průběžný cíl ostatních závodníků

Časový limit - běh

Slavnostní vyhlášení Light Saturday Gigathlon

FURIOUS
SATURDAY

WEEKEND

5:30 - 8:00

6:00-18:15

7:00

7:25

7:25 - 8:00

8:05

8:05 - 10:00

10:00

9:35

9:35 - 13:00

11:20

11:20 - 16:15

16:15

12:20

12:20 - 18:15

18:15

Snídaně

Otevřené depo Náměstí

START plavání (Baraba)

Očekávaný první plavec

Průběžný start - in-line

Očekávaný první in-linista

Průběžný start - horské kolo

Časový limit pro plavání a in-line

Očekávaný první biker

Průběžný start - silniční kolo

Očekávaný první cyklista

Průběžný start - běh

Časový limit silniční kolo + horské kolo

Předpokládaný cíl prvního závodníka

Průběžný cíl ostatních závodníků

Časový limit - běh

30. SRPEN CURIOUS 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
8:30	Očekávaný první závodník silniční kolo
8:30 - 10:00	Průběžný start plavání
8:45	Očekávaný první plavec
10:35	Časový limit pro silniční kolo a plavání
8:45 - 10:35	Průběžný start in-line
9:30	Očekávaný první in-lista
9:30 - 12:05	Průběžný start horské kolo
10:45	Očekávaný první biker
10:45 - 13:35	Průběžný start běh
13:35	Časový limit pro horské kolo + běh
11:30	Předpokládaný cíl prvního závodníka
11:30 - 14:35	Průběžný cíl ostatních závodníků
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 neefektivnější využití míst ve vašich autech. Individuální přeprava na start závodníků zajištěna pořadatelem po domluvě v pátek na registraci.

LIGHT SATURDAY

BARABA

PLAVÁNÍ	INLINE
7:30	7:45

NÁM. MÍRU

HORSKÉ KOLO	SILNIČNÍ KOLO	BĚH
8:10	9:25	10:45

FURIOUS SATURDAY

BARABA

PLAVÁNÍ	INLINE
7:00	7:25

NÁM. MÍRU

HORSKÉ KOLO	SILNIČNÍ KOLO	BĚH
8:05	9:35	11:20

CURIOUS SUNDAY

NÁM. MÍRU

SILNIČNÍ KOLO
7:00

BARABA

PLAVÁNÍ	INLINE
8:30	8:45

NÁM. MÍRU

HORSKÉ KOLO	BĚH
9:30	10:45

V neděli startují závodníci, kteří se umístili v sobotu v odstavu 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**.

ORIENTAČNÍ ODHADY ČASŮ PRVNÍCH A POSLEDNÍCH ZÁVODNÍKŮ

29. SRPEN LIGHT SATURDAY

Disciplína	Vzdálenost	Nejrychlejší závodník	Nejpomalejší závodník	Časový limit
PLAVÁNÍ	1 km	15 min 7:30 - 7:45	30 min 8:00 - 8:30	-
INLINE	12,5 km	25 min 7:45 - 8:10	1 h 8:30 - 9:30	9:30
HORSKÉ KOLO	37 km	1 h 15 min 8:10 - 9:25	2 h 30 min 9:30 - 12:00	-
SILNIČNÍ KOLO	43 km	1 h 20 min 9:25 - 10:45	2 h 12:00 - 14:00	14:00
BĚH	8 km	30 min 10:45 - 11:15	1 h 14:00 - 15:00	15:00

29. SRPEN FURIOUS SATURDAY

Disciplína	Vzdálenost	Nejrychlejší závodník	Nejpomalejší závodník	Časový limit
PLAVÁNÍ	2 km	25 min 7:00 - 7:25	1 h 7:00 - 8:00	-
INLINE	26 km	40 min 7:25 - 8:05	2 h 8:00 - 10:00	10:00
HORSKÉ KOLO	46 km	1 h 30 min 8:05 - 9:35	3 h 10:00 - 13:00	-
SILNIČNÍ KOLO	61 km	1 h 45 min 9:35 - 11:20	3 h 15 min 13:00 - 16:15	16:15
BĚH	16 km	1 h 11:20 - 12:20	2 h 16:15 - 18:15	18:15

30. SRPEN CURIOUS SUNDAY

Disciplína	Vzdálenost	Nejrychlejší závodník	Nejpomalejší závodník	Časový limit
SILNIČNÍ KOLO	47 km	1 h 15 min 7:00 - 8:30	2 h 8:00 - 10:00	-
PLAVÁNÍ	1 km	15 min 8:30 - 8:45	35 min 10:00 - 10:35	10:35
INLINE	19 km	45 min 8:45 - 9:30	1 h 30 min 10:35 - 12:05	-
HORSKÉ KOLO	23,5 km	1 h 15 min 9:30 - 10:45	1 h 30 min 12:05 - 13:35	13:35
BĚH	8 km	45 min 10:45 - 11:30	1 h 13:35 - 14:35	-

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.

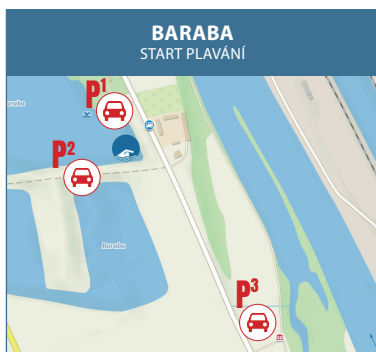
V případě kategorie **COUPLE** nabízíme individuální přepravu závodníků po domluvě v pátek na registraci.

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.



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 zvláště 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 A 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 pytlí, 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
<p>pátek 16:00 - 20:00 na registraci</p>	<p>sobota 15:00 - 18:30 ve stánku Gigathlon (nám.)</p>
<p>sobota ráno od 6:15 individuálně nad Vrázovou</p>	<p>neděle ráno od 8:00 individuálně nad Vrázovou</p>

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 2020"

OSTATNÍ SLUŽBY



BIKE SERVICES

- základní servis kol
- složitější servis kol po individuální dohodě ve stánku/telefonicky
- možnost zakoupení základních potravinových doplňků od firmy Inkospor (*platba pouze v hotovosti*)

místo: náměstí Míru, Mělník

čas: pátek 16:00 - neděle

(časová doba se bude odvíjet dle potřeby závodníků)

Michal Kohoutek, Bikeranch, tel: +420 602 573 612



INLINE SERVICES

- 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

Ostatní stravování řeší závodníci individuálně. Na večeri doporučujeme restaraci přímo v Campu Mělník nebo doporučení na str. 6.

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



Sprchy



Zdravotní služba



Catering



WC

POZNÁMKY

HOSTITEL



PARTNEŘI

SAFICHEM assets



**PŘEROST A ŠVORC
AUTO**



the intelligent sportswear

VIENNA HOUSE
DIPLOMAT
PRAGUE



Run on clouds.



PORÁDATEL

