

# FRÝDECKO-MÍSTECKÝ BĚŽECKÝ POHÁR

## VELKÁ CENA VYTRVALCŮ OKRESU FRÝDEK-MÍSTEK



Kamarádi běžci.

Je před vámi rozpis jubilejního 40. ročníku Frýdecko-místeckého běžeckého poháru. Čtyřicet let je dost dlouhá doba na to, abychom si společně trochu zavzpomínali. První ročník v roce 1982 obsahoval devět závodů, z nichž kromě dvou všechny ostatní zanikly. V průběhu let vznikaly a zanikaly další závody, které se kratší, či delší dobu do hodnocení započítávaly. A my jsme se rozhodli pojmout letošní jubilejní ročník tak trošičku vzpomínkově. Takové malé retro. 😊

Takže po letech budete mít možnost opět startovat na některých závodech, které byly vyřazeny, ale stále se konají. Ale také si budete moci zaběhnout závody, které již zanikly, ale v historii seriálu se objevily. Pokud nám to podmínky umožnily, snažili jsme se je pro vás opět připravit. Rovněž hodnocení poháru bude v letošním roce takové, jako bylo v počátcích seriálu. Vítěz získá 100 bodů a dalším běžcům se budou body počítat procentem ztráty na vítěze dané kategorie. A protože stárne nejen běžecká cena, ale také běžci, je vypsána nová kategorie pro muže nad 65 let. Tedy pro ty, kteří ještě jako mladíci stáli na startu prvních ročníků.

Věříme, že se vám "retro novinky" v běžeckém poháru budou líbit a celoroční běhání si užijete. A kdo letos zvládne účast na všech závodech, tak je fakt pan běžec ! 🏃

Za pořadatele přeji všem příjemné běžecké zážitky a těm, kteří hodně pamatují, krásné vzpomínky...

Josef Nejezchleba

# ZAŘAZENÉ ZÁVODY

- |                     |                                  |                         |
|---------------------|----------------------------------|-------------------------|
| 1. sobota 13. 3.    | BĚH OKOLO OLEŠNÉ                 | 15.ročník Frýdek-Místek |
| dosud zařazeno 14 x | naposled 2019 start 12.00 hod.   | M 6 km, Ž 4 km          |
| 2. sobota 20. 3.    | SLEZANSKÝ KROS                   | 19.ročník Frýdek-Místek |
| dosud zařazeno 18 x | naposled 2020 start 12.00 hod.   | M 6 km, Ž 4 km          |
| 3. neděle 28. 3.    | BĚH OKOLO KRÁLOVY HORY           | 16.ročník Lhotka        |
| dosud zařazeno 8 x  | naposled 1991 start 10.00 hod.   | M 16 km, Ž 16 km        |
| 4. středa 7. 4.     | TROJKA NA DRÁZE                  | 30.ročník Frýdek-Místek |
| dosud zařazeno 29 x | naposled 2020 start 16.30 hod.   | M 3000 m, Ž 3000 m      |
| 5. sobota 10. 4.    | BĚH HRÁDKEM                      | 26.ročník Hrádek        |
| dosud zařazeno 23 x | naposled 2019 start 10.30 hod.   | M 8 km, Ž 3,6 km        |
| 6. úterý 13. 4.     | JAKUBŮV LESNÍ BĚH DŮLNÁKEM       | 38.ročník Vratimov      |
| dosud zařazeno 33 x | naposled 2020 start 17.30 hod.   | M 9 km, Ž 9 km          |
| 7. středa 21. 4.    | PĚTKA NA DRÁZE                   | 17.ročník Frýdek-Místek |
| dosud zařazeno 16 x | naposled 2020 start 17.00 hod.   | M 5000 m, Ž 5000 m      |
| 8. sobota 1. 5.     | MÁJOVÉ ZÁVODY                    | 47.ročník Frýdek-Místek |
| dosud zařazeno 11 x | naposled 2013 start 11.00 hod.   | M 1500 m, Ž 800 m       |
| 9. sobota 8. 5.     | BĚH OSVOBOZENÍ /Hrabyně-Ostrava/ | 41.ročník Hrabyně       |
| dosud zařazeno 8 x  | naposled 1994 start 10.00 hod.   | M 15 km Ž 15 km         |
| 10. sobota 15. 5.   | VOJKOVICE - PÍSKOVNA             | 3.ročník Vojkovice      |
| dosud zařazeno 2 x  | naposled 2020 start 11.30 hod.   | M 9 km, Ž 5 km          |
| 11. neděle 23. 5.   | MÁJOVÝ BĚH                       | 25.ročník Zelinkovice   |
| dosud zařazeno 23 x | naposled 2004 start 10.00 hod.   | M 10 km, Ž 10 km        |
| 12. neděle 30. 5.   | BĚH MEZI NÁMĚSTÍMI               | 14.ročník Frýdek-Místek |
| dosud zařazeno 12 x | naposled 2019 start 11.00 hod.   | M 4,8 km, Ž 4,8 km      |
| 13. středa 16. 6.   | SLEZANSKÁ DESÍTKA                | 35.ročník Frýdek-Místek |
| dosud zařazeno 32 x | naposled 2016 start 16.30 hod.   | M 10000 m, Ž 10000 m    |
| 14. středa 23. 6.   | FRÝDECKÁ MÍLE                    | 17.ročník Frýdek-Místek |
| dosud zařazeno 16 x | naposled 2020 start 16.45 hod.   | M 1 míle, Ž 1 míle      |
| 15. neděle 11. 7.   | PASKOVSKÁ DEVÍTKA                | 3.ročník Paskov         |
| dosud zařazeno 2 x  | naposled 2019 start 11.30 hod.   | M 9 km, Ž 9 km          |

**16. sobota 24. 7. STAROMĚSTSKÁ PĚTADVACÍTKA**  
dosud zařazeno 13 x      naposled 1995      start 10.00 hod.

**14.ročník      Staré Město**  
M 25 km, Ž 25 km

**17. sobota 31. 7. BĚH NA LYSOU HORU**  
dosud zařazeno 18 x      naposled 2005      start 15.00 hod.

**36.ročník      Nižní Mohelnice**  
M 8,4 km, Ž 8,4 km

**18. neděle 15. 8. DOŽÍNKOVÝ BĚH /Memoriál Pavla Maluchy/**  
dosud zařazeno 17 x      naposled 2001      start 10.00 hod.

**19.ročník      Staré Město**  
M 8,8 km, Ž 8,8 km

**19. pátek 27. 8. PALKOVICE-KUBÁNKOV**  
dosud zařazeno 8 x      naposled 2020      start 17.00 hod.

**10.ročník      Palkovice**  
M 17 km, Ž 17 km

**20. neděle 5. 9. TOUR DE CHALUPA**  
dosud zařazeno 14 x      naposled 2008      start 10.00 hod.

**18.ročník      Morávka**  
M 3,6 km, Ž 3,6 km

**21. neděle 12. 9. OSTRAVA CITY MARATÓN**  
dosud zařazeno 4 x      naposled 1994      start 10.00 hod.

**5.ročník      Ostrava**  
M 42,2 km, Ž 42,2 km

**22. středa 22. 9. SLEZANSKÁ HODINOVKA**  
dosud zařazeno 39 x      naposled 2020      start 16.45 hod.

**45.ročník      Frýdek-Místek**  
M 1 hodina, Ž 1 hodina

**23. sobota 2.10. ZLATÝ PODZIM**  
dosud zařazeno 27 x      naposled 2019      start 10.30 hod.

**28.ročník      Vratimov**  
M 10 km Ž 10 km

**24. sobota 9.10. BAŠŤANSKÁ ŠESTKA**  
dosud zařazeno 6 x      naposled 2020      start 11.00 hod.

**8.ročník      Baška**  
M 6 km, Ž 3 km

**25. sobota 16.10. OSTRAVICKÝ KROS**  
dosud zařazeno 2 x      naposled 2019      start 11.00 hod.

**4.ročník      Ostravice**  
M 8 km, Ž 6 km

**26. sobota 23.10. ŠTANDL KROS**  
dosud zařazeno 19 x      naposled 2019      start 11.45 hod.

**20.ročník      Frýdek-Místek**  
M 6 km, Ž 2,5 km

**27. sobota 6. 11. HORNICKÁ DESÍTKA**  
dosud zařazeno 21 x      naposled 2019      start 14.00 hod.

**35.ročník      Frýdek-Místek**  
M 10 km, Ž 10 km

**28. sobota 13.11. LOUČENÍ S OVÁLEM**  
dosud zařazeno 4 x      naposled 2020      start 10.30 hod.

**19.ročník      Frýdek-Místek**  
M 3000 m, Ž 3000 m

**29. sobota 4.12. BĚH FRÝDECKÝM PARKEM**  
dosud zařazeno 3 x      naposled 2016      start 10.30 hod.

**8.ročník      Frýdek-Místek**  
M 4 km, Ž 2 km

**30. sobota 18.12. PŘEDVÁNOČNÍ BĚH**  
dosud zařazeno 26 x      naposled 2020      start 11.30 hod.

**38.ročník      Frýdek-Místek**  
M 8 km, Ž 3 km

## Pořadatel

Soutěž pořádá Tělovýchovná jednota Slezan Frýdek-Místek, z.s., oddíl atletiky

## Podmínky soutěže

Do soutěže se započítávají výsledky závodníků s trvalým bydlištěm ve Frýdku-Místku a okolí. Dále se počítají závodníci s členstvím v atletických oddílech Frýdecko-Místeka.

## Kategorie

|   |                  |                    |
|---|------------------|--------------------|
| A | Muži 20 - 34 let | roč. 2001 - 1987   |
| B | Muži 35 - 44 let | roč. 1986 - 1977   |
| C | Muži 45 - 54 let | roč. 1976 - 1967   |
| D | Muži 55 - 64 let | roč. 1966 - 1957   |
| E | Muži nad 65 let  | roč. 1956 a starší |
| F | Ženy 20 - 34 let | roč. 2001 - 1987   |
| G | Ženy 35 - 44 let | roč. 1986 - 1977   |
| H | Ženy nad 45 let  | roč. 1976 a starší |

## Hodnocení soutěže

Vítěz každé kategorie získá v každém závodě 100 bodů. Porovnáním času vítěze a času jednotlivých závodníků se zjistí procento jejich ztráty na vítěze. Toto procento se v bodovém vyjádření odečte od bodů vítěze.

Každému závodníkovi se započítává 16 nejvyšších bodových zisků a body za účast. Při rovnosti dvou a více závodníků rozhodují : 1. vzájemné souboje, 2. vyšší bodový zisk z dalšího závodu. Za každý absolvovaný závod se připočítává 10 bodů.

## Vyhlášení výsledků

Vyhlášení nejlepších se bude konat v lednu 2022 na "Slavnostním vyhodnocení atletického roku" oddílu atletiky Tělovýchovné jednoty Slezan Frýdek-Místek, z.s. Výsledky budou průběžně zveřejňovány na nástěnkách stadiónu TJ Slezan a na internetových stránkách oddílu atletiky - **[www.atletikafm.cz](http://www.atletikafm.cz)**.

## Ceny

Prvních pět závodníků ve všech kategoriích obdrží ceny dle možností pořadatelů a štědrosti sponzorů Frýdecko-místeckého poháru, za předpokladu startu minimálně v polovině závodů. Pro účastníky, kteří absolvují všechny závody, bude připravena opravdu super speciální cena pořadatele.

