

FRÝDECKO-MÍSTECKÝ BĚŽECKÝ POHÁR

VELKÁ CENA VYTRVALCŮ OKRESU FRÝDEK-MÍSTEK



1982



2023



42. ROČNÍK

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-Místecka.

Kategorie

Muži	20 - 34 let /2003 - 1989/ 55 - 64 let /1968 - 1959/	35 - 44 let /1988 - 1979/ nad 65 let /1958 a starší/	45 - 54 let /1978 - 1969/
Ženy	20 - 34 let /2003 - 1989/	35 - 44 let /1988 - 1979/	nad 45 let /1978 a starší/

Hodnocení soutěže

V každém závodě boduje maximálně prvních dvacet běžců každé kategorie.

SUPER závody - 1. - 20.místo - 50-45-42-39-36-33-30-27-24-22-20-18-16-14-12-10-8-6-4-2 body

ostatní závody - 1. - 20.místo - 25-22-20-18-16-15-14-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1 bod

Za každý absolvovaný závod se závodníkovi připočítávají 2 body, za závod SUPER 4 body.

Každému závodníkovi se započítává do konečného hodnocení maximálně 11 nejvyšších bodových zisků, nejvýše však 6 ze závodů SUPER. Připočítají se všechny body za účast.

Při rovnosti dvou a více závodníků rozhodují o pořadí : 1. vzájemné souboje, 2. vyšší bodový zisk z dvanáctého závodu a v případě této rovnosti vyšší bodový zisk z každého dalšího závodu.

Vyhlášení výsledků

Vyhlášení nejlepších se bude konat v lednu 2024 na "Slavnostním vyhodnocení atletického roku" oddílu atletiky Tělovýchovné jednoty Slezan Frýdek-Místek, z.s. Výsledky budou průběžně zveřejňovány na stadiónu a na webových stránkách oddílu atletiky-www.atletikafm.cz.

Ceny

Prvních pět závodníků ve všech kategoriích obdrží ceny dle možností pořadatelů a štědrosti sponzorů, za předpokladu startu minimálně v polovině závodů.

Pro účastníky, kteří absolvují všechny závody, bude připravena speciální cena pořadatele.

ZAŘAZENÉ ZÁVODY

- | | | | | |
|----------------------------|---------|--|--|----------------------|
| 1. sobota
<i>SUPER</i> | 11. 3. | BĚH OKOLO OLEŠNÉ
zařazeno 16 x, poslední 2022 start 12.00 hod. | 17.ročník
M 6 km, Ž 4 km | Frýdek-Místek |
| 2. úterý | 28. 3. | SLEZANSKÝ KROS
zařazeno 20 x, poslední 2022 start 17.00 hod. | 21.ročník
M 6 km, Ž 4 km | Frýdek-Místek |
| 3. středa
<i>SUPER</i> | 5. 4. | TROJKA NA DRÁZE
zařazeno 31 x, poslední 2022 start 16.30 hod. | 32.ročník
M 3000 m, Ž 3000 m | Frýdek-Místek |
| 4. úterý | 11. 4. | JAKUBŮV LESNÍ BĚH DŮLNÁKEM
zařazeno 35 x, poslední 2022 start 17.30 hod. | 40.ročník
M 8 km, Ž 8 km | Vratimov |
| 5. středa
<i>SUPER</i> | 19. 4. | PĚTKA NA DRÁZE
zařazeno 18 x, poslední 2022 start 17.00 hod. | 19.ročník
M 5000 m, Ž 5000 m | Frýdek-Místek |
| 6. neděle | 14. 5. | VOJKOVICE - PÍSKOVNA
zařazeno 3 x, poslední 2022 start 11.30 hod. | 4.ročník
M 9 km, Ž 5 km | Vojkovice |
| 7. neděle
<i>SUPER</i> | 28. 5. | BĚH MEZI NÁMĚSTÍMI
zařazeno 13 x, poslední 2022 start 11.00 hod. | 15.ročník
M 4,8 km, Ž 4,8 km | Frýdek-Místek |
| 8. středa | 21. 6. | FRÝDECKÁ MÍLE
zařazeno 18 x, poslední 2022 start 16.45 hod. | 19.ročník
M 1 míle, Ž 1 míle | Frýdek-Místek |
| 9. pátek | 25. 8. | PALKOVICE-KUBÁNKOV
zařazeno 10 x, poslední 2022 start 17.00 hod. | 12.ročník
M 17 km, Ž 17 km | Palkovice |
| 10. středa
<i>SUPER</i> | 6. 9. | SLEZANSKÁ DESÍTKA
zařazeno 34 x, poslední 2022 start 16.45 hod. | 37.ročník
M 10000 m, Ž 10000 m | Frýdek-Místek |
| 11. středa
<i>SUPER</i> | 20. 9. | SLEZANSKÁ HODINOVKA
zařazeno 41 x, poslední 2022 start 16.45 hod. | 47.ročník
M 1 hodina, Ž 1 hodina | Frýdek-Místek |
| 12. neděle
<i>SUPER</i> | 8. 10. | BĚH OKOLO KRÁLOVY HORY
zařazeno 10 x, poslední 2022 start 10.00 hod. | 18.ročník
M 16 km, Ž 16 km | Lhotka |
| 13. sobota | 14. 10. | OSTRAVICKÝ KROS
zařazeno 4 x, poslední 2022 start 11.00 hod. | 6.ročník
M 8 km, Ž 6 km | Ostravice |
| 14. neděle | 29. 10. | PASKOVSKÁ DEVÍTKA
zařazeno 4 x, poslední 2022 start 11.30 hod. | 5.ročník
M 9 km, Ž 9 km | Paskov |
| 15. sobota
<i>SUPER</i> | 4. 11. | HORNICKÁ DESÍTKA
zařazeno 22 x, poslední 2022 start 14.00 hod. | 36.ročník
M 10 km, Ž 10 km | Frýdek-Místek |
| 16. středa | 15. 11. | LOUČENÍ S OVÁLEM
zařazeno 6 x, poslední 2022 start 17.00 hod. | 21.ročník
M 3000 m, Ž 3000 m | Frýdek-Místek |
| 17. sobota
<i>SUPER</i> | 16. 12. | PŘEDVÁNOČNÍ BĚH
zařazeno 28 x, poslední 2022 start 11.30 hod. | 40.ročník
M 8 km, Ž 3 km | Frýdek-Místek |