



Rozpis 7. tréninku Pražské MTBOligy 2023 Konětopy

- Datum:** čtvrtek 1.6.2023
- Přihlášky:** Na stránkách www.mtboliga.cz do středy 31.5.2023, 23:59
- Centrum:** Hasičské hřiště u Staré pískovny v Konětopech (50.2697197N, 14.6574783E).
- Příjezd:**
a) na kole (z Letňan do Konětop je to 23km), případně vlakem do Všetat a na kole (5.8km z nádraží; vlak jede každých 30 minut z Vysočan nebo Čakovic)
b) autem z Prahy nejlépe po D10 a přes Hlavenec (průjezd Kostelcem nad Labem je do 31.8. uzavřený)
- Parking:** **Omezený počet aut** u silnice Konětopy-Sudovo Hlavno (50.2727153N, 14.6594886E). Dále lze zaparkovat u jezera Nová pískovna anebo v obci (prosíme ohleduplně).
- Mapa:** **Na Kozáku**, formát A3 (měřítko 1:10 000), nová mapa (mapováno jaro 2023)
Příspěvek na mapu: ligová 100,- Kč, juniorská 50,- Kč prostřednictvím ligového konta. Na místě 150,- Kč v hotovosti bez ohledu na trať .
- Start:** **Vyrazit na trať můžete v čase 16:00 – 19:00** (sběr kontrol začne v 19:30), **cíl uzavřeme v 20:30** (západ slunce je ve 21:03).
- Tratě:** **Ligová 19,3 km (vzduch), 26 kontrol** (27km postup, převýšení 380m)
Juniorská, 12,5 km (vzduch), 19 kontrol
Dětská 5,3 km (vzduch), 5 kontrol
- Kontroly:** Červenobílá páska.
- Ražení:** Sportident v bezkontaktním režimu (20-40cm), lze razit i kontaktně. Zapůjčení kontaktního čipu zdarma, Air+ čipu za 100,- Kč (pište do přihlášek, pokud chcete půjčit čip a jaký).
- Terén:** **Les s pravidelnou i nepravidelnou sítí cest.**
- Výsledky:** Online v centru, později na webu ligy. Účastníci budou ve výsledcích seřazeni dle počtu ozažených kontrol (sestupně) a dále dle dosaženého času (vzestupně).

Trénink je ve formě individuální jízdy na kole s mapou ve volné přírodě.

Trénink pro vás připravují Martin Štěňha & Iva Mědílková & Tomáš Bezouška