

Běh K. H. Máchy



Datum: úterý, 1. května 2012

Start: v 10:00 hod před zámekem Mělník

Cíl: hrad Bezděz v odpoledních hodinách

Trasa: Červená turistická značka „Máchova cesta“ přes Kokořínsko: Mělník → Chloumek → Lhotka → Harasov → Kokořín → Ráj → Houska → Žďár → Bezděz (runmap.com)

Délka: 37,5 km

Pro běžce, kteří nebudou chtít běžet celou trasu nebo budou cestou znaveni, bude po celou dobu k dispozici doprovodné vozidlo, které bude po silnici kopírovat trasu běžců.

Tempo: konverzační, podle nejpomalejšího ve skupině s pravidelnými přestávkami

Povrch: lesní a polní cesty, asfalt

Profil: zvlněný, občas nějaký kopec

Převýšení: 680m

Občerstvení: každých cca 6 km z doprovodného vozidla voda, ionťák od Bernarda, čerstvé a sušené ovoce,...

Kulturní občerstvení: kromě doplňování tekutin a energie bude na zastávkách také předčítáno vrcholné dílo zakladatele moderní české poezie Karla Hynka Máchy, jeho lyrickoepická skladba Máj

Zavazadla: možnost uložení v doprovodném vozidle, přístupné na každé zastávce

Doprava: při malém počtu běžců auty tam i zpět, jinak autobus Praha→Mělník, zpátky Doksy→Praha nebo Bělá pod Bezdězem→Praha

Startovné: dobrovolné, při podání přihlášky v termínu a zaplacení startovného alespoň ve výši 200,- Kč obdrží účastník od nadace malý startovní balíček s překvapením

Celý výtěžek ze startovného bude věnován na ochranu zvířat.

Termín pro potvrzení účasti: do neděle 22. dubna buď telefonicky nebo emailem. Po tomto termínu to bude již bez startovního balíčku, což by byla velká škoda! :)

Poznámka: v týdnu před během s účastníky ještě probereme všechny detaily

Veškeré informace o běhu podá:

Radka Hájková, rhajkova@ochranazvirat.cz, tel. 222 135 460

Štěpán Teplý, stepan.teply@centrum.cz, tel. 731 005 215

