



# Ružomerská Bežecká Liga 2020

## 3. ročník (úprava pravidiel 11/2020)

Kvôli pandémie COVID-19 boli organizátori väčšiny pretekov zaradených do RBL 2020 nútený tento rok zrušiť svoje podujatia. Máme však úspešne za sebou dva preteky a veríme, že to zvládneme dotiahnuť až do želanej osmičky. Každý z organizátorov športových podujatí bojuje s nedostatkom financií, veď na tento rok nám nebolo schválené pre preteky RBL ani jediné euro. Občianske združenie Ružomberok v pohybe, ktoré zastrešuje bodovanie a vyhodnocovanie celej ligy sa rozhodlo dať všetkým, ktorí majú záujem, možnosť byť súčasťou RBL 2020 aj napriek týmto sťaženým podmienkam. Myslíme si, že pandémiu netreba brať na ľahkú váhu, ale sedieť doma zavretý tiež nie je ideálny spôsob, ako tráviť svoj voľný čas. Pohybom na čerstvom vzduchu si posilňujeme našu imunitu, sme šťastnejší a lepšie zvládame stresové situácie a preto **RBL 2020 pokračuje ďalej!!!**

**Termín:** 2.11.2020 - 31.12.2020

**Počet ostávajúcich pretekov:** 6

**Kategórie:** všetkých 29 kategórií (A - od najmladších žiakov ročník 2010 a starších, vrátane hoby, B - od najmladších detí po ročník narodenia 2011 vrátane)

**Pravidlá:** Každý si určí sám dátum a čas, kedy sa postaví na štart vybranej trasy. Sám si zvolí ideálne tempo, či to už bude beh, chôdza, alebo to zoberie ako turistiku. V deň kedy absolvujete svoju trasu je potrebné dodržiavať všetky aktuálne platné opatrenia proti šíreniu COVID-19, ktoré sú zverejnené na [www.uvzsr.sk](http://www.uvzsr.sk). Jednotlivé trasy si môže pretekár vyberať v ľubovoľnom poradí.

**Meranie času:** Povinné pre všetky kategórie na **trase A**. Každý si zmeria svoj čas sám. Presné miesto, kde je potrebné spustiť resp. vypnúť stopky je určené pre každú trasu (viď. priložené obrázky, oranžová bodka). Ak je to možné pretekár si spraví fotku na štarte a v cieľi. Svoj čas, spolu s fotkami je potrebné poslať emailom na [ruzomberokvpohybe@gmail.com](mailto:ruzomberokvpohybe@gmail.com), je potrebné uviesť meno a priezvisko, dátum narodenia, klub resp. mesto a dosiahnutý čas. Po zaslaní času už nie je možné poslať z tej istej trasy nový čas. V prípade rovnosti časov rozhoduje o poradí pretekára (platí pre trasy A), kto skôr poslal mail s dosiahnutým časom. Časy posielajte priebežne a nie naraz až po odbehnutí svojej poslednej trasy. Svoje časy prípadne fotky je potrebné zasláť najneskôr do 31.12.2020.

Pre pretekárov, ktorí absolvujú **trasy B**, nie je potrebné merať čas. Je potrebné si na určenom mieste (na začiatku a konci trasy) spraviť fotku a poslať mailom [ruzomberokvpohybe@gmail.com](mailto:ruzomberokvpohybe@gmail.com), kde je potrebné uviesť meno a priezvisko, dátum narodenia, klub resp. mesto. Trasy B sú vhodné aj na rodinné vychádzky s kočíkom, kde sa môžu zapojiť všetci členovia rodiny. Chceme všetkých povzbudiť, že môžu na jednotlivých trasách pokračovať a objavovať nové miesta a zákutia.

Podel'te sa s nami aj o fotky, ktoré spravíte počas svojej trasy a my ich budeme priebežne zdieľať na FB Ružomberok v pohybe. Zaslaním fotiek na náš mail nám dávate súhlas s ich zverejnením na našej FB stránke.

**Výsledky:** Priebežne budeme zverejňovať na FB Ružomberok v pohybe resp. na [www.ruzomberokvpohybe.sk](http://www.ruzomberokvpohybe.sk), kto sa už zapojil a akú trasu už absolvoval. Výsledky za jednotlivé úseky spolu s časmi (pre trasy A) a poradím pre jednotlivé trasy zverejníme až po ukončení ligy v januári 2021. Jednotlivé preteky sa nebudú individuálne vyhodnocovať. Výsledky budú slúžiť na porovnanie sa s ostatnými pretekármi.

**Poradie:** Kategórie A - Podľa dosiahnutých časov sa určí poradie a pridelia body pre každú trasu. Kategórie B - Každý pretekár, ktorý absolvuje danú trasu získava 1 bod.



## **Celkové hodnotenie RBL 2020:**

Aby mohol byť pretekár vyhodnotený v rámci celkového hodnotenia RBL 2020, musí absolvovať minimálne štyri podujatia a splniť pravidlá vydané pre RBL 2020 uvedené na [www.ruzomberokvpohybe.sk](http://www.ruzomberokvpohybe.sk). Do hodnotenia sa započítavajú už aj oba podujatia, ktoré sa konali v tomto roku - Bežecké kritérium na ZŠ Zarevúca a Večerný beh.

Žiactvo, Dorast, Juniori, Dospelí, Hoby - Prvý traja v každej kategórii získavajú pohár.

Deti 1 až Deti 4 - Každý kto sa zúčastní minimálne troch pretekov RBL získava medailu (4 preteky: bronzová medaila, 5-6 pretekov: strieborná medaila, 7-8 pretekov: zlatá medaila).

Každý, kto sa zúčastnil RBL 2020 a splnil podmienky tzn. že je z okresu Ružomberok a zúčastnil sa minimálne 7 pretekov získava tričko Ružomberok v pohybe - Ružomerská bežecká liga 2020.

## **Štartovné:**

**Dobrovoľné.** Keďže bojujeme s nedostatkom finančných prostriedkov a radi by sme pokračovali v organizovaní RBL aj v budúcnosti, prosíme práve teraz všetkých našich priaznivcov o vašu podporu. Každý môže teraz prispieť dobrovoľným príspevkom a tak podporiť myšlienku organizovania bežeckých podujatí v našom meste. Odporúčané pre dospelých 1€ = jedna trasa, deti, žiaci, mládež na vlastnom uvážení a možnostiach. Všetko je iba na vás. Vopred ďakujeme za každé euro. Vybierané prostriedky budú určené na vyhodnotenie RBL 2020. **Číslo účtu: IBAN: SK598330000002201472716**

## **Trasy kategórie A**

<b>Číslo trate</b>	<b>Štart</b>	<b>Cieľ</b>	<b>Dĺžka</b>
1A	Kabínka Hrabovo	Malino brdo	3,82 km
2A	Parkovisko Hrabovo	Sedlo pod Sidorovom	4,02 km
3A	Rybárpole rázcestie	Predný Čebrať	2,0 km
4A	Pod kalváriou	Kalvária	0,47 km
5A	Biely Potok vstup do Trlenskej	Vlkolínec	2,71 km
6A	Kľačno California	Senník smerom do Čutkova	2,15 km

## **Trasy kategórie B**

<b>Číslo trate</b>	<b>Štart</b>	<b>Cieľ</b>	<b>Dĺžka</b>
1B	Kosovo	Pod Gejdakom	0,8 km
2B	Pod kalváriou	Kalvária	0,47 km
3B	Čutkovo priehrada	Čutkova dolina	0,6 km
4B	Parkovisko Hrabovo	Obrove okuliare	0,8 km
5B	Trlenská dolina rázcestie	Kaplnka Panny Márie Snežnej	0,6 km
6B	Kľačno California	Les smerom na obrovu cestu	0,7 km

**Viac detailov ku jednotlivým trasám budeme uverejňovať priebežne na našom FB profile!!!**

## TRASY A

**1A** Štart: Kabínka Hrabovo



Dĺžka: 3,82km  
Prevýšenie: 654m

Cieľ: Malino brdo



**2A** Štart: Parkovisko Hrabovo



Dĺžka: 4,02km  
Prevýšenie: 336m

Cieľ: Sedlo pod Sidorovom



**3A** Štart: Rybárpole rázcestie



Dĺžka: 2,0km  
Prevýšenie: 431m

Cieľ: Predný Čebrať

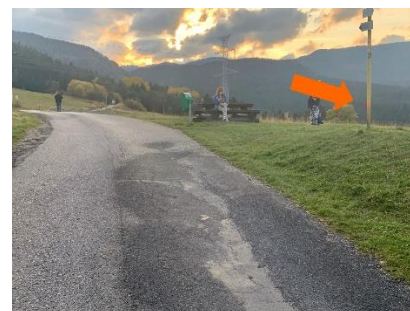


**4A** Štart: Pod kalváriou



Dĺžka: 0,47km  
Prevýšenie: 68m

Cieľ: Kalvária



**5A** Štart: Biely Potok vstup do Trlenskej



Dĺžka: 2,71km  
Prevýšenie: 161m

Cieľ: Vlkolínec



**6A** Štart: Kľačno California



Dĺžka: 2,15km  
Prevýšenie: 162m

Cieľ: Senník



## TRASY B

**1B** Štart: Kosovo



Dĺžka: 0,8km  
Prevýšenie: 70m

Cieľ: Pod Gejdakom

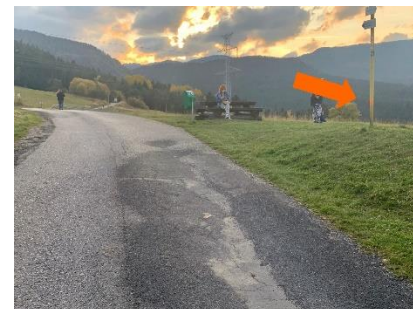


**2B** Štart: Pod kalváriou



Dĺžka: 0,47km  
Prevýšenie: 68m

Cieľ: Kalvária



**3B** Štart: Čutkovo - priehrada



Dĺžka: 0,6km  
Prevýšenie: 15m

Cieľ: Čutkovo - dolina



**4B** Štart: Parkovisko Hrabovo



Dĺžka: 0,8km  
Prevýšenie: 59m

Cieľ: Obrove okuliare



**5B** Štart: Trlenská dolina rázcestie



Dĺžka: 0,6km  
Prevýšenie: 40m

Cieľ: Kaplnka Panny Márie Snežnej



**6B** Štart: Kľačno California



Dĺžka: 0,7km  
Prevýšenie: 45m

Cieľ: Les smerom na obrovu cestu

