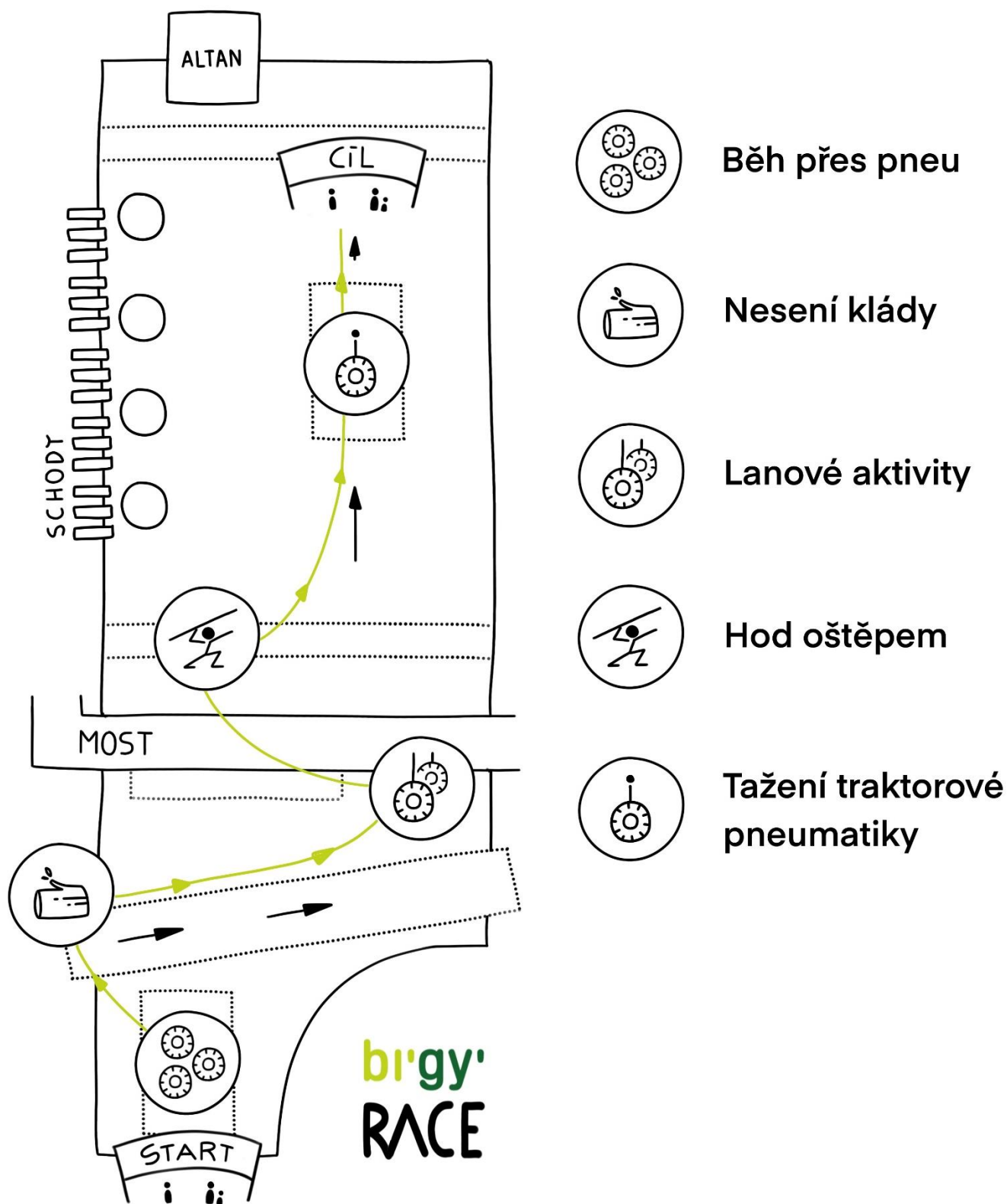


PLÁNEK NULTÉHO ROČNÍKU BIGYRACE 2023



ZÁKLADNÍ INFORMACE K **BIGYRACE 2023**

1. **tento ročník je zkušební**, tzn. může dojít k nečekaným změnám
2. Bigyrace začíná dle časového plánu po Bigyrun
3. **závod je pro zdatné jedince!!!**
4. jsou pouze dvě kategorie ŽENY a MUŽI (minimální věk 15 let), ženy startují první
5. startují **současně dva běžci** v podobném věku, pořadí bude sděleno v den závodu
6. **Popis jednotlivých aktivit:**

POZOR, u každé aktivity stojí minimálně **2 „dozorci“**, nesplnění aktivity = **10 angličáků muži a 7 angličáků ženy** na vyhrazeném místě u každé aktivity!

 - a) **běh přes pneumatiky, 10 m**
závodník musí přeběhnout přes celé pole pneumatik
 - b) **nesení klády, max. 30 m**
všechny klády budou mít podobný tvar a váhu (jiná pro muže a ženy); závodník si vybírá klády z nabídky; způsob nesení je libovolný, ale kláda se nesmí dotýkat země, pokud vypadne, může se zvednout a pokračovat od místa prvního kontaktu se zemí.
 - c) **lanové aktivity, max. 5 m**
ručkování přes svisle uvázané pneumatiky na lanech; dotek nohou země je považovaný za nesplnění aktivity; závodník musí přeručkovat celou dráhu.
 - d) **hod oštěpem na cíl do balíku slámy**
vzdálenost pro ženy je 10 m a pro muže 12 m; maximální počet pokusů dva; za splnění aktivity je považováno zřetelné (oštěp se nesmí dotýkat země) zabodnutí oštěpu do balíku alespoň jedním oštěpem (pokud se zabodne na první pokus, závodník hned pokračuje); hází se atletickými oštěpy; muži a ženy mají stejný oštěp.
 - e) **tah traktorové pneumatiky, max. 5 m**
jiná váha pro muže a ženy; pneu je položeno na ležato na upravených kládách pro lehký skluz (kolejnice), pneu je opatřeno lanem, za které závodník, ručkováním po laně, pneumatiku přetáhne z jednoho konce „kolejnice“ na druhý; následně pouští lano a sprintuje do cíle.
7. vyhrává závodník s nejrychlejším časem
8. v každé kategorii běžíme o 1 000-ci korunovou bankovku v hliníkovém rámu + originální medaile a diplomy