

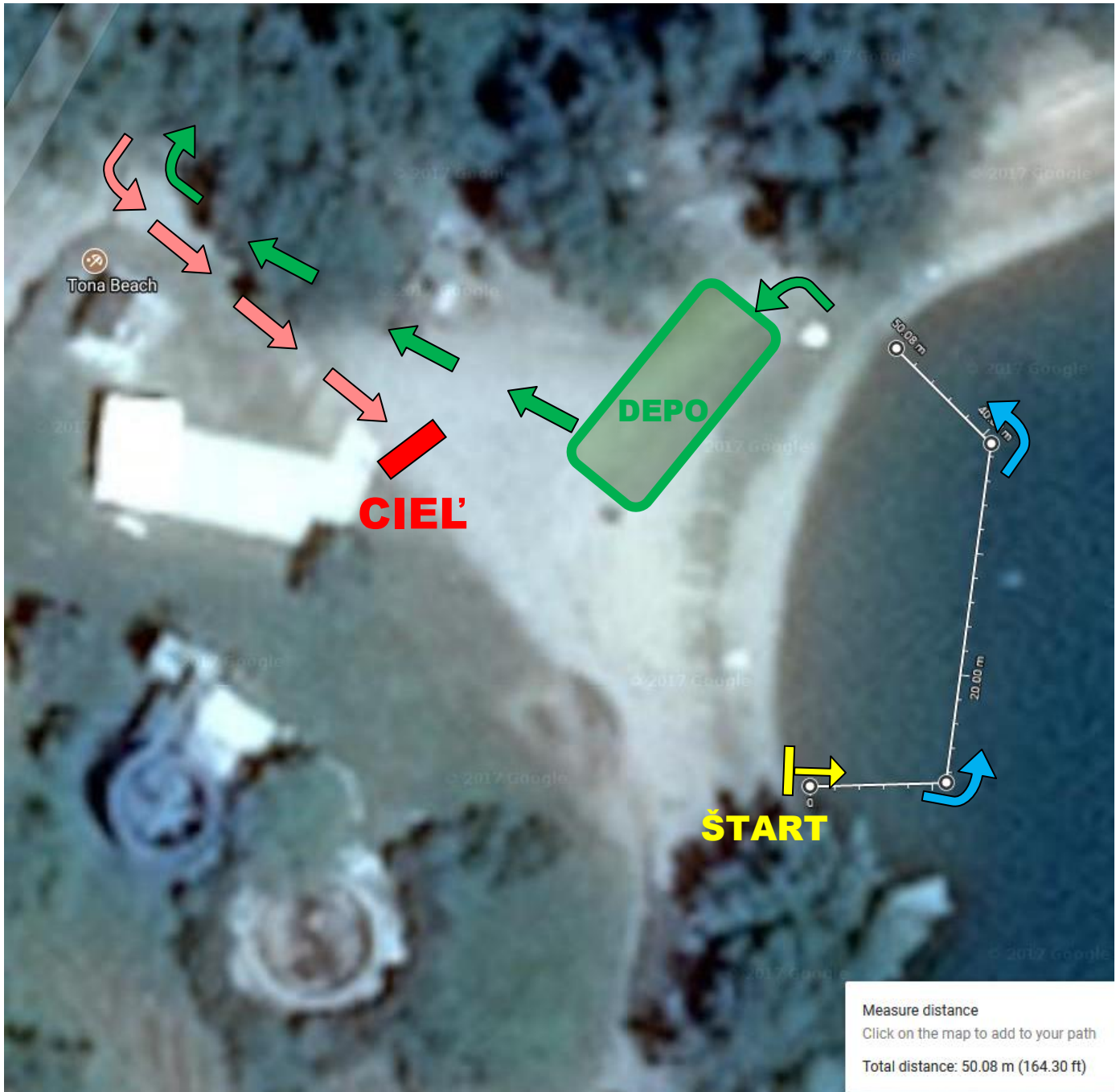


Zázemie – výbeh z vody, depo, štart behu, cieľ behu

Nádeje B:

50m plávanie – 1 úsek popri brehu  modré šírky

250m beh – výbeh z areálu  zelené šírky,  
– otočka (na liste pre trate behu) a späť do cieľa  
– vchod do areálu a cieľová rovinka  červené šípky



# 100m plávanie – Nádeje A

1 kolo v smere hodinových ručičiek





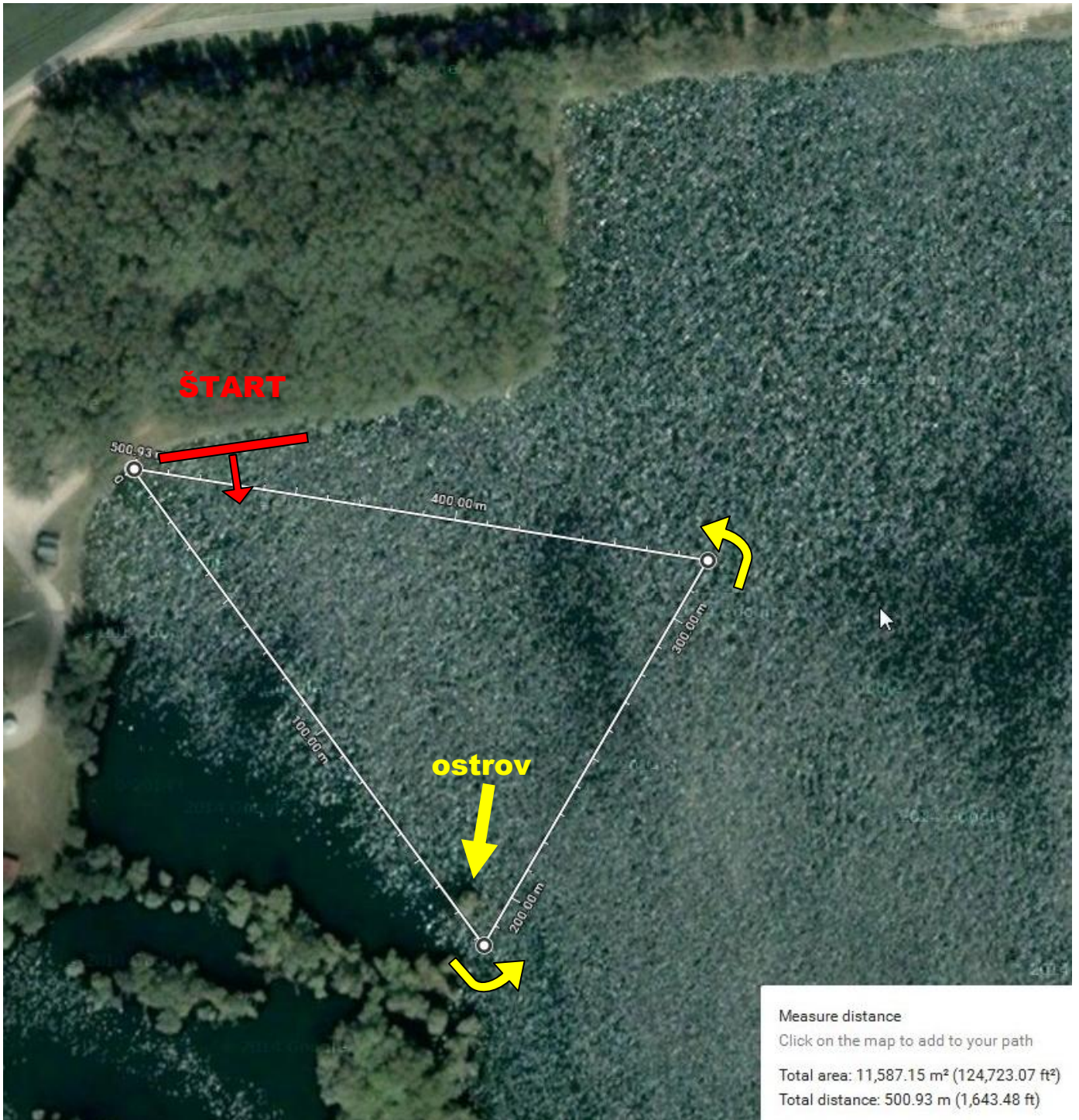
200m plávanie – Mladší žiaci – 1 kolo v proti smere hodinových ručičiek

400m plávanie – Starší žiaci a Fit – 2 kolá v proti smere hodinových ručičiek





# 1000m plávanie – Elite – 2 kolá v proti smere hodinových ručičiek





## BEH - okruhy systémom tam a späť

Nádeje B – 1 kolo v dĺžke 250m s otočkou na 125m

Nádeje A – 1 kolo v dĺžke 500m s otočkou na 250m

mladší žiaci – 2 kolá v dĺžke 500m s otočkou na 250m

Starší žiaci a Fit – 2 kolá v dĺžke 1000m s otočkou na 500m

Elite – 5 kôl v dĺžke 1000m s otočkou na 500m



**Penalty box – pred vbiehaním do areálu, t.j. pred koncom kola**

**Littering zone – od občestvovačky po 30m za areálom, t.j. na začiatku kola**



**Štartovné čísla sú  
vratné !!!**

**Po dobehnutí do  
cieľa odovzdajte  
čip aj číslo.**

**Štartovné čísla sú  
vratné !!!**

**Vzory upevnenia  
čísla na gumičku**

**Počas behu musí  
byť viditeľne  
spredú!**

**Prosíme čísla  
nepoškodzuajte!**