Pravidla běhu „Běh napříč republikou“

Základní údaje

Termín

Termín běhu je uveden na jeho oficiálních webových stránkách (https://behnapricrepublikou.cz).

START a předávky

Místo a čas startu a předávek na jednotlivých trasách je předem stanoven jízdním řádem, který je zveřejněn na webových stránkách běhu (behnapricrepublikou.cz).

Prostor CÍLE

Cíl je v obci Číhošť, v prostoru poblíž obelisku označujícího geometrický střed republiky, (GPS: 49.7437572N, 15.3386383E).

Typ běhu

Jedná se o nezávodní běh s prvky týmové štafety. Základ štafety tvoří tzv. vodiči, kteří běží po trase v předem stanoveném tempu, střídají se v místech předávek a zajišťují tak kontinuitu běhu od startu až do cíle. Běh je složen z více paralelních tras se startem na různých místech Česka a se společným cílem v obci Číhošť. Všechny trasy dobíhají do cíle ve stejný a předem stanovený čas. Každá trasa je rozdělena na různě dlouhé úseky s průměrnou délkou cca 10 km. Trasování je vytvořeno pomocí aplikace mapy.com a vede po volně přístupných značených i neznačených cestách a silnicích. Jednotlivé úseky nejsou fyzicky značeny. K běhu se může na libovolném místě přidat jakýkoli počet registrovaných běžců.

Jízdní řád

Jízdní řád je analogií k jízdním řádům veřejné dopravy a je zveřejněn na webových stránkách běhu. Jsou v něm stanoveny zastávky (start, předávky, cíl) a čas vyběhnutí ze zastávky a doběhnutí na další zastávku. Na každé zastávce je dále plánována krátká technická pauza. Tempo štafety je tak řízené s cílem dodržovat časový harmonogram jízdního řádu. V neočekávaných případech je možné, že se štafeta s doběhem na zastávku zpozdí. V takovém případě lze očekávat, že v následujících úsecích bude snaha tuto ztrátu postupně stahovat. V žádném případě však štafeta nevybíhá z předávky dříve, než je uvedeno v jízdním řádu.

Organizátor běhu

Organizátorem běhu je zapsaný spolek born2run, z.s.

Účastník běhu

Účastníkem běhu je osoba zaregistrovaná podle pravidel (viz část Registrace na běh) a zahrnuje dva typy účastníků – vodiče a běžce.

Vodič

Vodič je běžec, který vede ostatní běžce po určené trase běhu ve stanoveném tempu. Má dostatečné zkušenosti s během v terénu podle gps (mobil) a zvládne držet v rozumné míře stanovené tempo. Je seznámen a souhlasí s následujícími pravidly pro přípravu a vedení běhu po trase:

1. **Příprava na běh**. Má nastudovanou trasu a počasí tak, aby tušil, co ho čeká, podobně jako na jiných štafetových běžích (terén, převýšení, kritická místa, místo předávky, déšť, tma apod.) a dokáže se na to připravit (nepromokavé pouzdro na mobil, čelovka, odrazky apod.). Jeho mobilní číslo je přidáno do WhatsApp skupiny dané trasy, aby měl přehled o průběžném stavu štafety.

2. **Doprava na start**. Na svůj první úsek se dopravuje s dostatečným předstihem. Pokud by přesto start nestihl, oznámí to včas přes WhatsApp skupinu trasy, aby i ostatní vodiči na předávce znali stav a mohli tak nastalou situaci řešit.
3. **Štafetový kolík**. Přebírá si GPS lokátor od předchozího vodiče a pokud možno jej má po celou dobu na ruce. Při běhu má na sobě viditelně umístěno také označení vodiče, které obdrží před startem.
4. **Čas startu**. Vybíhá na svůj úsek v čase stanoveném podle jízdního řádu. Pokud by vodič z předchozího úseku přiběhl později, je vhodné ztrátu postupně stahovat. Pro vodiče s více úseky najednou: při doběhu na průběžnou předávku počká do stanoveného startovního času.
5. **Trasování**. Pro orientaci při běhu doporučujeme využívat oficiální trasy stažené z mapy.cz a uložené v mobilu. Pozor! Neexistuje žádné zvláštní značení a běží se za plného provozu. Občas při orientaci pomůžou turistické značky, po kterých se často běží.
6. **Tempo**. Snaží se držet pocitově mírně vyšší tempo, než je stanoveno v jízdním řádu. To umožní mít rezervu na předávce, resp. při bloudění. Pokud jsou vodiči na trase sami, mohou zvolit tempo libovolně vyšší.
7. **Kontrola tempa**. Pro sledování svého tempa může využívat průběžné kontrolní body, které jsou zaneseny u každého úseku trasovaného na mapy.cz. Jedná se o časy 30 min (bod č. 2 nebo vyšší), u delších tras i 60 min (bod č. 3 nebo vyšší) nebo 90 min (bod č. 4 nebo vyšší). Tyto body jsou též uvedeny v dokumentu „Jízdní řád tras“, který je zveřejněn na webových stránkách běhu. Body jsou vypočteny s pomocí algoritmu aplikace mapy.cz, slouží tedy pouze pro časovou orientaci.
8. **Bloudění**. Když zjistí, že bloudí, nemusí se vracet po stejné cestě zpět, ale zastaví se, v klidu vyhodnotí situaci a rozhodne se, jak se nejlépe na trasu zase napojit, případně i později zkrátit.
9. **Bezpečnost**. Při jakémkoli větším problému na trase se očekává, že se aktivně snaží řešit nastalou situaci (kritická překážka, zranění jiného běžce apod.). Platí však, že při registraci na běh každý účastník běhu souhlasí s podmínkami účasti na běhu. Vodič tedy nemá vůči ostatním běžcům žádnou povinnost ani právní zodpovědnost.
10. **Žádný stres**. Neriskuje zranění svoje ani ostatních běžců. Raději zpomalí nebo oběhne kritické místo (sráz, koryto potoka, neprůchozí místo apod.) a doběhne svůj úsek případně i se zpožděním. Informaci o vzniklých obtížích či zpoždění může vhodně předat na WhatsApp skupinu trasy. V každém případě – není to závod. Časová ztráta se může dohnat později.

Vodič je zodpovědný za ztrátu GPS lokátoru. V případě, že se GPS lokátor do jeho vybití nenajde, bude se vodič spolupodílet na jeho finanční náhradě ve výši 1000 Kč.

Běžec

Běžec je účastník běhu s minimální výkonností odpovídající stanovenému tempu tak, aby se mohl po celou dobu jím vybraného úseku (úseků) držet běžecké skupiny, kterou vede vodič. Běžec není organizátorem nijak označen (neobdrží před startem žádné startovní číslo). Je zcela nezávislý na štafetě vodičů a sám se může rozhodnout, kde se k běhu připojí. K běhu se může připojovat a následně odpojovat opakovaně během celého jeho konání, a to podle registrovaných úseků (viz Registrace na běh). Pevně stanovené časy, kde se štafeta podle harmonogramu má nacházet, je pouze v místech předávek, viz část Jízdní řád. Pokud se chce běžec od štafety odpojit, nebo když zjistí, že stanovenému tempu nestačí, nevztahuje se na něj povinnost doběhnout na předávku uvedenou při registraci. Může tak opustit běžeckou skupinu kdekoli na trase.

Tempo

Pro celou dobu trvání běhu je předem stanovené tempo, které se odvíjí od rychlosti běhu po rovině. Jsou stanovené úseky, ve kterých je tempo okolo 6:00 min/km ( ), nebo 7:00 min/km ( ). S převýšením, které se na trase vyskytuje, se aktuální tempo adekvátně zpomaluje. Tempo je po celou dobu štafety řízené pomocí vodičů, nedělní doběh do Číhoště je v 17:00 a je pro všechny trasy společný.

Obtížnost

Po celou dobu vedou všechny trasy po různých typech terénu vhodných pro pěší turistiku (lesní cesty, polní cesty, pěšiny, silničky, silnice apod.). Cestou potkáváme úseky jak rovinaté, tak zvlněné nebo výrazně kopcovité. Za nepříznivého počasí některé z nich mohou být také hůře schůdné (louže, bahno, kluzké kameny apod.). Aby bylo pro běžce patrné, jaká obtížnost je na daném úseku čeká, jsou nastaveny 3 úrovně – lehký úsek ( ), těžší úsek ( ) a obtížný úsek ( ). Obtížnost je stupňována na základě převýšení a vzhledem k celkové obtížnosti. Jak bylo výše uvedeno u tempa, platí, že s převýšením a obtížností terénu se tempo adekvátně zpomaluje, takže se jedná o obtížnost terénní, nikoli výkonnostní. Běžně se stává, že ve strmém stoupání se plynule přechází do chůze.

Základní pravidla

Registrace na běh

1. Probíhá pouze na oficiálních webových stránkách běhu (https://behnapricrepublikou.cz). Jeho nedílnou součástí je registrační poplatek, který je nevratný. Pokud do 7 kalendářních dnů není registrační poplatek uhrazen, registrované úseky jsou stornovány. Možnost pozdější přeregistrace (doplnění úseků a platba) je i poté zachována.
2. Na každém úseku se registrují pouze 2 vodiči. Počet registrovaných běžců na jednom úseku je neomezený.
3. Vodiči i běžci se mohou zaregistrovat na neomezený počet úseků, a to včetně úseků na sebe navazujících. Předpokládá se však, že účastník běhu volí dané úseky uváženě, dle svých fyzických možností.
4. Po potvrzení registrace jsou souhrnné informace zaslány na registrovaný e-mail.
5. Pokud účastník běhu potřebuje později přeregistrovat své úseky (např. z důvodu chybného výběru úseku), v registračním formuláři se znovu přihlásí přes e-mail, který uvedl při registraci, provede požadovanou změnu a formulář znovu odešle. Změny je možné provádět pouze do data uvedeného ve formuláři a už se za ně nic neplatí. Při přeregistraci již není možné měnit zpoplatněné položky. Po jakýchkoli provedených změnách také není znovu zasílán notifikační e-mail. Seznam vybraných úseků je však stále viditelný po přihlášení přes registrační formulář.
6. Věk registrovaného účastníka běhu je minimálně 18 let, dosažených v první den běhu. V případě účasti rodinného účastníka běhu staršího 18 let na daném úseku je povolen běh také běžci s nižším věkem. Za neplnoletého běžce zodpovídá dospělý rodinný účastník běhu.
7. Registrací účastník běhu potvrzuje, že souhlasí s Pravidly běhu „Běh napříč republikou“ a zavazuje se pravidla a pokyny dodržovat.
8. Registrací bere účastník běhu na vědomí a je srozuměn s tím, že organizátor běhu je oprávněn za podmínek stanovených v obecných zásadách pro ochranu osobních údajů veřejně komunikovat informace týkající se účastníka běhu na svých webových stránkách a prostřednictvím sociálních sítí.

Pravidla při běhu

Účastník běhu dodržuje veškeré právní předpisy, zejména pak příslušná ustanovení zákona č. 361/2000 Sb., o provozu na pozemních komunikacích. Je si vědom toho, že se běží za plného silničního provozu, pohybu dalších osob po trase (turisté, lesní pracovníci apod.) a s možností pohybu lesní, zemědělské nebo i jiné techniky, a že cesty zahrnuté do trasy běhu mohou být i přehrazeny závorou, či jinak ovlivněny nebo znepřístupněny činností třetích osob.

Za snížené viditelnosti a v noci (v době po 20:30 hod) je účastník běhu povinen být na trati vybaven funkční noční výbavou (tzn. reflexní vestou nebo reflexními prvky na oděvu, svítící čelovkou, blikajícím páskem na ruku nebo blikačkou). Ráno se jak v sobotu, tak v neděli vybíhá až po rozednění.

Účastník běhu nepožívá alkohol ani omamné nebo psychotropní látky včetně léků se stejnými nebo podobnými účinky.

Parkování aut na předávkách

Organizátor nijak neřídí či neomezuje přesun mezi předávkami pomocí dopravních prostředků. Předávky byly vybírány s ohledem na jejich dopravní dostupnost, a to včetně možnosti parkování aut v jejich blízkosti. Ne vždy však je možné parkovat přímo u předávky (např. za zákazem vjezdu, pokud je předávka za mostem apod.). Při využití automobilů pro přesun mezi předávkami je tak účastník běhu povinen dodržovat pravidla silničního provozu a parkovat pouze tam, kde je to povoleno. Protože lze u předávek očekávat kumulaci aut v čase podle jízdního řádu, může v některých případech dojít k vyčerpání parkovacích míst v nejbližším okolí. Proto jsou účastníci běhu využívající k přesunu mezi předávkami automobily žádáni o vzájemnou ohleduplnost a snaží se při velké kumulaci aut své stání u předávky co nejdříve opustit.

Další ustanovení

Účastník běhu si je vědom toho, že účast na běhu je na jeho vlastní riziko, a že organizátor běhu neodpovídá za škodu nebo újmu na zdraví nebo majetku účastníka běhu nebo jiných osob způsobenou účastí na akci. Jakoukoli újmu, kterou účastník běhu způsobí organizátorovi běhu či jiným osobám v souvislosti s konáním akce, je účastník běhu povinen nahradit ke své tíži a na své náklady.

Svou registrací uděluje účastník běhu svolení, že veškeré obrazové a zvukové záznamy (fotografie, videa apod.) včetně podobizen, pořízené během konání akce, mohou být použity k vlastní propagaci organizátora běhu a jeho interní potřeby nebo k propagaci jeho partnerů bez jakéhokoli nároku na odměnu.

Účastník běhu potvrzuje, že jeho zdravotní stav odpovídá náročnosti akce, a že je schopen akci bez újmy na svém zdraví absolvovat. Účastník běhu dále prohlašuje, že veškerá zdravotní rizika vyplývající z účasti na akci nese ke své tíži a organizátor běhu za ně neodpovídá.

Organizátor běhu žádným způsobem neodpovídá za stav trati nebo jejího povrchu.

Organizátor běhu si v případě zásahu vyšší moci vyhrazuje právo na změnu pravidel či termínu. V takovém případě budou všichni registrovaní účastníci běhu o změnách informováni pomocí registrovaných e-mailových adres.

Na základě aktuální situace a vládních nařízení má organizátor běhu právo vyžadovat další podmínky prokázání zdravotní způsobilosti. Toto může být organizátorem kdykoli upřesněno. Informace jsou v takovém případě předávány e-mailem, který uvedl účastník běhu při registraci.

born2run, z.s.

Organizátor běhu

20. 2. 2026