

MEMORIÁL MIŠKY ŠIROKEJ 2023  
PROPOZÍCIE BEHU



BENEFIČNÝ  
**MEMORIÁL  
MIŠKY  
ŠIROKEJ**

**16.9.2023**

TRAILOVÝ BEH v Slovenskom raji  
**11km - lesných ciest s nádhernými výhľadmi**  
Štart / cieľ: Čingov - chata Na Rázcestí

Pamätná medaila a balíček pre každého bežca  
Vyhodnotenie kategórií (1. - 3. miesto)  
Muži do 29 rokov, do 49 rokov, nad 50 rokov  
Ženy do 29 rokov, do 49 rokov, nad 50 rokov  
Chodci (bez vyhodnotenia)  
Deti - podľa prihlásených

**BLIŽŠIE INFO A REGISTRÁCIE**  
[WWW.PRETEKAJ.SK/MEMORIALMISKY2023](http://WWW.PRETEKAJ.SK/MEMORIALMISKY2023)  
 [/MEMORIALMISKY2023](https://www.facebook.com/MEMORIALMISKY2023)

Štartovné 12€ / Deti 5€

VÝŤAŽOK Z AKCIE  
VENUJEME PRE:

[WWW.CENTRUMROBINSON.SK](http://WWW.CENTRUMROBINSON.SK)

  
**Robinson**  
OBČIANSKE ZDRUŽENIE

**PARTNERI / SPONZORI:**

**CRAFT  
STUDIO**  
reklamná agentúra

**TELO  
CVIČNA**  
NIKDY SA NEVZDÁVAJ!

*Chata*  
na Rázcestí

  
SLOVENSKO  
REPUBLIKA

  
pretekaj.sk

**Budiš**  
ROŠŤKA CROFT

**INSiMA**  
REKLAMNÁ AGENTÚRA

  
Daj veľký príspevok

**LA  
CONTROL**

**FARKY**  
PORADNIA TLAČARIE, VYDAVATELSTVO s.r.o.

**FARKY**

**dufo**  
bistro & cafe

**IGLO  
GYM**  
FITNESS CLUB

**BHB**  
Autoservis

  
webing.sk

**LA  
CONTROL**

Dvojčky Luňákovci  
- hudobné produkcie  
FB/luňakovci

**PEREK**

**Good  
Vibe**  
Cafe

**YCHOD**  
SILVERIO  
SPRÁVKA NOVÁ VES  
1979

**MI-GYM**  
athletics

## Memoriál Mišky Širokej 2023

je podujatie, ktoré usporadúvam ako snúbenec tragicky zosnulej Mišky Širokej (+26), ktorá bola vášnivá bežkyňa s množstvom absolvovaných pretekov. Miška, behávala každé ráno 10 až 30km, s neskutočným odhodlaním, úsmevom a radosťou, ktorú šírla všade kde prišla. Po jej tragickom a náhlom úmrtí, som sa rozhodol usporiadať na jej počesť a pamiatku bežecké podujatie, aby sa jej meno a radosť z behu šírla ďalej a aby, aj naďalej motivovala ľudí športovať a behať, presne tak ako to robila každodenne.

Miška je niekoľko-násobná víťazka rôznych bežeckých podujatí, prevažne behov do kopcov a extrémnych pretekov. Je členkou Siene slávy behu Bear Foot Poľana 2022 - ako jej suverénna víťazka.

Tento beh spája pamiatku Mišky s pomocou tým, ktorí to najviac potrebujú. Celý výťažok z akcie venujeme: Občianskému združeniu ROBINSON ([www.centrumrobinson.sk](http://www.centrumrobinson.sk)) s cieľom pomáhať rodinám so zdravotne znevýhodneným dieťaťom. Viac o tomto OZ Robinson sa dozviete na ich web stránke. Pomoc poputuje na rekonštrukciu ich centra v Spišskej Novej Vsi.

Verím, že si toto podujatie užijete, prvoradé je zdravie a dať na seba pozor, či už na trati alebo mimo nej.

Za pomoc ďakujem najmä: Patrícii Lorkovej a jej Telocvični - ktorá pripravila kompletnú trať s naozaj nádhernými výhľadmi a pomáha s organizáciou. Ďakujem Chate na Rázcestí že nám na toto podujatie poskytne ich priestory a zázemie. Ďakujem všetkým partnerom a sponzorom, ďakujem všetkým čo sa zúčastnia. Ďakujem za Mišku, že si ju takto pripomenieme a uctíme.

**Usporiadateľ:** Matúš Spusta,  
Matúš Spusta CRAFT-studio,  
0904 454 881, [matus.spusta@gmail.com](mailto:matus.spusta@gmail.com)

**Dňa:** 16.9.2023 (sobota) so štartom o **10:00 hod.**

**Deti od 10:20 hod.**

**Lekárske zabezpečenie:** Horská záchranná služba - Slovenský raj

### Kategórie:

- Trofeje pre 1. až 3. miesto v každej kategórii

Muži: do 29 rokov (M)

Muži: 30 - 49 rokov (M30)

Muži: 50 - viac rokov (M50)

Ženy: do 29 rokov (Z)

Ženy: 30 - 49 rokov (Z30)

Ženy: 50 - viac rokov (Z50)

**Nebežíš? Príď si našu trať odchodiť, prejsť sa a spojiť príjemné s užitočným!!!**

Chodci - bez kategórií a bez oceňovaní - registrovaný dostanú účastnícku medailu

Deti - dĺžky trate a kategórie rozdelíme po prihlásení (podľa počtu účastníkov) - prihlásené detičky dostanú účastnícku medailu + diplom. (Deti pobežia niekoľko metrov od chaty - nie na danej trati)

**Štart / Cieľ:** Chata na Rázcestí - Slovenský raj, Čingov 1152, 052 01 Spišské Tomášovce, Slovensko (<https://www.chatanarazcesti.sk/>) 10:00 hod.

**Trať:** všetky kategórie - dĺžka trate približne 10 740m, prevýšenie 436m

Trasa povedie od strediska Čingov na rázcestí značeným turistickým chodníkom ponad Hornad až k ústiu Bieleho potoka. Pokračuje sa cez mostík pod Tomašovským výhľad hore stúpaním na vrchol Tomášovskeho výhľadu. Odkiaľ lesnou cestou k ústiu Trsteného potoka a späť turistickým chodníkom cez lúku na Ďurkovci ku štartu na Čingov. Trasa povedie členitým terénom a poskytne krásne výhľady na Vysoké Tatry aj Slovenský raj.

Deti - deti pobežia niekoľko metrov od chaty - kategórie rozdelíme podľa prihlásených.

**Povrch:** prevažne turistické lesné chodníky, kamene, asphalt, lesná cesta  
- odporúčame TRAILOVÚ obuv

**Prezentácia:** v deň pretekov od 8:00 do 9:45 hod. Pri Chate na Rázcestí  
**Prihlasovanie online:** [www.pretekaj.sk/memorialmisky2023](http://www.pretekaj.sk/memorialmisky2023)

#### **Štartovné:**

**12€ online** registrácia a platba na účet - Garantujeme pamätnú medailu + Štartovací balíček (obsah upresníme v udalosti na FB pár dní pred štartom)

**15 EUR na mieste !!!** (negarantujeme pamätnú medailu + Štartovací balíček)

Po zaregistrovaní a nezaplatení na účet do 5 dní, budú bežci vyradení z registrácie !!!

Občerstvovacia stanica sa bude nachádzať približne na 4.km - po prvom stúpaní - pri Tomašovskom výhlade

Na občerstvovacej stanici bude k dispozícii voda - BUDIŠ, iontový nápoj, čokoláda, ovocie.

**Deti - 5€** (online registrácia a platba na účet - Garantujeme pamätnú medailu + Diplom (bez štartovacieho balíčka bežca)

**8 EUR na mieste !!!** (negarantujeme pamätnú medailu + Diplom)

#### **Štartovné nezahŕňa:**

- chuť a odhodlanie behať
- dobrý pocit zo seba samého, že ste urobili niečo pre svoje zdravie a pomohli tým, ktorí to najviac potrebujú.

#### **Poznámka:**

Organizátor nepreberá zodpovednosť za škody na majetku, alebo na zdraví súvisiace s cestou, pobytom a účasťou pretekárov na podujatí. Organizátor má právo zmeniť, alebo upraviť trasu.

Účastník svojim prihlásením súhlasí s vyhotovovaním fotografií a iných multimediálnych záznamov. Ich následným zverejnením na web stránke, Instagrame, Facebook stránke podujatia a občianskeho združenia.

Každý pretekár je povinný mať upevnené štartovné číslo na viditeľnom mieste. Číslo nesmie byť prekryté. Bez viditeľne umiestneného štartového čísla nebude čas zaznamenaný. Štartové číslo je až do skončenia pretekov majetkom usporiadateľa.

#### **Ďalšie dôležité upozornenia:**

Všetci účastníci behu sú povinní dodržiavať pokyny organizátorov. Zaplatené štartovné sa späť nevracia. V prípade choroby/zranenia po dohode s organizátorom môže za seba pretekár nominovať iného účastníka a štartovné presunúť naň.

Zmena pretekára v štartovnej listine je možná len do 14.09. 2023 do 10:00 hod. To znamená najneskoršie 48 hodín pred konaním behu.

Pri prezentácii na podujatie predloží účastník preukaz totožnosti spolu so súhlasom dotknutej osoby, ktoré obdrží pri registrácii a po pridelení štartového čísla. Prevzatím štartovného čísla účastník potvrdzuje, že sa zúčastňuje pretekov na vlastnú zodpovednosť. Zároveň prehlasuje, že jeho zdravotný stav a fyzická kondícia mu umožňuje absolvovať preteky, a že bude počas celého podujatia dodržiavať zásady fair-play a pokyny organizátorov.

#### **Poistenie:**

Všetci účastníci štartujú na vlastnú zodpovednosť a sú povinní zabezpečiť si individuálne zdravotné poistenie. Organizátor nepreberá zodpovednosť za škody na majetku alebo na zdraví súvisiace s účasťou na pretekoch, alebo cestou a pobytom v mieste ich konania.