Dorastenecká reprezentácia

Slovenskej republiky

v rádiovom orientačnom behu

Mlynská 4

900 31 Stupava

e-mail: szr@szr.sk

[www.rob.sk](http://www.rob.sk/)

**POZVÁNKA**

**Pozvánka na technické sústredenie žiackej a dorasteneckej reprezentácie ROB**

 Pozývame Ťa na technické sústredenie žiackej a dorasteneckej reprezentácie v rádiovom orientačnom behu, ktoré sa uskutoční dňa 18. – 21. apríla 2019 v Doksoch.

Cieľom technického sústredenia je intenzívna príprava a práca s technikou a práca s mapou

**Ubytovanie:** rekreačné zariadenie POSLŮV MLÝN č.p. 976, 472 01 Doksy, (nutné prezuvky): (50°33'22.693"N, 14°40'10.256"E)

**Účasť:** na viacdenných pretekoch v OB Velikonoce ve skalách 2019 a

 ROB tréningoch

**Doprava:** osobnými autami - bude upresnené

**Odchod:** 18.4.20149 o 8,00 z adresy Murgašova 12 Martin

**Poplatky:** 100,- Eur poplatky, ktoré je reprezentant povinný uhradiť v prípade neospravedlnenej neúčasti

**Prihlášky:** Ste záväzne prihlásení

**Program sústredenia:**

18.4.2019 odchod 8,00 hod.

14,00 prezentácia a ubytovanie

15,30 tréning na OB mape

17,30 večera

19,00 šprint 3,5 MHz, 10 kontrol

19.4.2019 7,30 raňajky + obed so sebou

9,00 štart 3,5 MHz

12,00 štart OB podľa štartovky

20.4.2019 8,00 raňajky + obed so sebou

 9,00 odchod na OB podľa štartovky

 10,00 štart OB

17,00 štart 144 MHz

19,30 večera

21.4.2019 10,00 štart OB podľa štartovky

 Po dobehu a naplnení auta odchod domov

**Výbava:**

tenisky, oblečenie na dvojfázový tréning vonku, prezuvky do chaty, náhradné oblečenie 3x, hygienické potreby, archív máp, tréningové denníky, kartička poistenca, hodinky, buzoly, prijímače, mapníky, šnúrky na buzoly, obaly na popisky,

**Dobrovoľná výbava:**

spoločenské hry a ďalšia výbava na voľnočasové aktivity

**Oznam:** Nižšie sú informácie k OB a link na stránku, ak by ste chceli viac informácií.

V Martine: 9.4.2019 PaedDr. Šimečková Anna

Trénerka žiackej a dorasteneckej reprezentácie

**Stránky závodu:**

[obkotlarka.cz/pe](http://obkotlarka.cz/pe)

**Datum:**

19.–21. 4. 2019 (pátek až neděle)

**Program:**

čtvrtek 18. 4. trénink (viz níže)

pátek 19. 4. E1 zkrácená trať (start 00 = 12:00)

sobota 20. 4. E2 klasická trať (start 00 = 10:00)

neděle 21. 4. E3 klasická trať (hendikepový start 00 = 10:00)

Závodníci kategorií HDR, P a T startují v libovolný čas, ostatní podle startovní listiny zveřejněné před závodem na [stránkách závodu](http://obkotlarka.cz/pe).

**Centrum:**

[Kozly](https://mapy.cz/s/3bj1C) (okres Česká Lípa)

Doporučujeme oddílové stany.

**Prezentace:**

Pátek 19. 4. 2019 9:30–11:30 v centru závodu (přihlášky tratí HDR, P a T a změny průběžně).

**Terén:**

Členitý, skalnaté hřbety a údolí (pískovec), převážně dobře průchodný les, oblasti s náletovými porosty, menší počet komunikací. Nadmořská výška 260–356 m n. m.

**Mapy:**

E1:  [Pavlínino údolí](https://goo.gl/xEGMJz) 1 : 10 000, E = 5 m, podzim 2012, R. Horký, revize únor 2019, ISOM 2007.

E2: [Kozelská rokle](https://goo.gl/bRWGND) 2019, 1 : 10 000, E = 5 m, nově mapováno podzim 2018, Z. Švec, ISOM 2017.

E3: [Skleněný vrch](https://goo.gl/3gXcBV) 2019, 1 : 10 000, E = 5 m, nově mapováno podzim 2018, R. Horký,  ISOM 2017.

Všechny mapy budou tištěny na vodovzdorném materiálu.