



Sokolská župa Barákova, Zenklova 2/37, 108 00 Praha 8 – Libeň,

IČ 61383724; Kontakty: mail info@zbarakova.cz; zbarakova@sokol.eu

mobil 723 138 151; pevná linka 284 689 480

Zálesácký závod zdatnosti (ZZZ)

župní přebor, Mšeno, 9. dubna 2022

Pořadatel: T.J. Sokol Mšeno

Místo závodu: Hospůdka Romanov, Mšeno – Romanov 8

Popis závodu: Zálesácký závod zdatnosti (ZZZ) je soutěž družstev zahrnující běh v přírodním prostředí a dále odborně-technickou zdatnost v přírodě, poznávací činnosti a teoretické vědomosti. Závod se koná na cca 4 km terénním okruhu (mladší žactvo 2,5 km s možným doprovodem dospělého), kde tříčlenné hlídky plní různé úkoly týkající se tělesné zdatnosti, tábornických dovedností a všeobecných znalostí. Běží se na čas. Některé úkoly (disciplíny) mohou být mimo okruh a běžecký čas. K dosaženému času se za chyby u všech disciplín připočítávají časové přírážky. Soutěž je postupová, končí přeborem ČOS. Župní přebor je otevřený pro ostatní organizace. Jednotlivé disciplíny jsou specifikovány v příloze 3.

Kategorie - tříčlenná družstva (chlapci i dívky – pohlaví se nerozlišuje)

Mladší žactvo	2012– 2015
Starší žactvo	2008 – 2011
Dorost	2005 – 2007

Ve všech kategoriích startují tříčlenná družstva bez rozlišení pohlaví (lze vytvořit družstva chlapecká, dívčí nebo smíšená). Starší žactvo je možno „ostaršit“ o 1 či 2 roky, mladší o 1 rok (výjimečně o 2 roky), podmínkou je, aby aspoň jeden člen družstva odpovídal věkem příslušné kategorii.

Technická ustanovení:

- z každé účastníci se T. J. přijedou se závodníky 2 dospělé osoby, z toho jedna bude za své závodníky odpovídat (mimo dobu, kdy budou na trase závodu), druhá může být využita jako rozhodčí. Za závodníky na trase závodu odpovídá pořadatel, u mladšího žactva doprovod;
- počet přihlášených závodníků není omezen;
- případně nevyužití dospělí se nesmí pohybovat na trase závodu;
- za zdravotní stav závodníků odpovídají rodiče;
- všichni účastníci jsou pojištěni v rámci úrazového pojištění ČOS;
- podle postupového klíče (viz rozpis) postupují 1 až 3 družstva v kategorii **starší žactvo a dorost** na přebor ČOS v ZZZ, který se koná **20.-22.5.2022, Olomouc - Radíkov**
- sportovně technické zabezpečení hradí župa Barákova.
- jízdné na vlastní náklady, popř. na náklady vysílající T. J..

S sebou vezmi:

- a) jednotlivec: oblečení do přírody dle počasí, sportovní oblečení (**se sokolskou symbolikou**) a obuv, jídlo a pití na celý den;
- b) družstvo: busola (kromě mladšího žactva) - omezený počet busol zapůjčíme, tužka, hodinky, sirky, šátek, nůž
- c) vedoucí výpravy: lékárnička

Doprovodu (dozor, rozhodčí) se doporučuje oblečení podle roční doby a aktuálních meteorologických podmínek. Závod se koná za každého počasí pod širým nebem.

Pro uložení zavazadel a převlékání bude k dispozici prostor v budově.

Prezence: od 9:30 do 10:00 v areálu Hospůdky Romanov

Startovné: 50 Kč (nečlen Sokola 70 Kč) za závodníka se hradí při prezenci.

Časový harmonogram:

Prezence	09:30 – 10:00
Porada rozhodčích	10:00 – 10:20
Slavnostní nástup a zahájení závodu	10:20 – 10:30
Závod	10:30 – 13:00
Vyhodnocení	do 14:30
Nástup a vyhlášení výsledků	do 15:00

Termín závazných přihlášek: **na formuláři (příloha 4) nejpozději do úterý 6.4.2022**, nejlépe emailem na adresu sokolmseno@seznam.cz, (v kopii na zbarakova@sokol.eu), nebo poštou na adresu TJ Sokol Mšeno, Na Skaličkách 22, 277 35 Mšeno.

Snažte se nahlásit v jednotlivých kategoriích celá tříčlenná družstva. Pokud se vám to nepodaří, přihlaste se i tak, liché závodníky doplníme závodníkem z jiné tělocvičné jednoty.

Na místě bude zajištěno občerstvení (minimálně teplé a studené nápoje, sladkost pro závodníky, další dle počtu přihlášených družstev a jejich doprovodu – aktuální informace budou podány po shromáždění přihlášek). Na místě zabezpečena zdravotnická služba. Možno přijet autem až na místo. Župní přebor je otevřený pro ostatní organizace, ale nemohou postoupit do finále ČOS.

Souhlas s fotografickou dokumentací: v průběhu závodu bude pořadatel provádět obrazovou dokumentaci (foto či videozáznamy) a vytvořený materiál může být zveřejněn pro reportážní, propagační a jiné účely související s činností a posláním ČOS. Účastí v závodu s tím vyjadřují účastníci svůj souhlas

Ředitel závodu: Martin Mach

Hlavní rozhodčí: Hana Nečasová

Příloha 1 - Přehled disciplín a úkolů

(podrobný popis disciplín a úkolů bude v samostatné příloze 3)

Starší žactvo a dorost

1. Šplh na laně
2. Hod na cíl
3. Lanové překážky
4. Uzlování
5. Vlastivěda
6. Poznávání přírodnin
7. Znalosti o Sokole
8. Zdravověda – anatomie a teorie první pomoci
9. Topografie – mapové značky, postup podle azimutu a mapky pro OB
10. Signalizace - Morseova abeceda
11. Odhad vzdálenosti a výšky
12. Tábornické dovednosti - řezání pilou
13. Zdravověda – praktikum první pomoci
14. Oheň

Mladší žactvo

1. Hod na cíl
2. Lanové překážky
3. Uzlování
4. Vlastivěda
5. Poznávání přírodnin
6. Znalosti o Sokole
7. Zdravověda – teorie první pomoci
8. Topografie – mapové značky
9. Tábornické dovednosti

Příloha 2 – Mapa



Mapka OB (starší žactvo a dorost - mapku s vyznačenými kontrolami dostanou družstva během závodu)

1: 10 000

E 5m

průběh

umělý objekt



▷	S1	✓	↗	↘	Y		
31		mm				l	
32		mm				l	
33	↘	mm				✓	
34		Δ	☼			♀	
35	↘	mm				l	
36		mm				○	
37		▲				○	
38		∩					
39		∇					
40		≡				ρ	
41		mm				l	