

## POKYNY 5 DNŮ MTBO PLZEŇ 2009

### **Šarmantní O-bikerky, statní O-bikeři,**

Srdečně Vás vítáme na třetím ročníku pětidenních MTBO v Plzni. Po 4 letech se opět vracíme tam, kde se začala psát historie 5 days MTBO - do autokempu na Ostende. Opět jsme pro Vás připravili tratě v rozmanitých terénech od „plackoidně - letecké“ Valchy až po „kopcovitě - kořenitý“ Touškov. Doufáme, že s přispěním počasí, naší schopnosti improvizace a vaší dobré nálady strávíte ve městě piva příjemných pět dní. Kromě závodění jsme pro vás připravili typicky plzeňské kulturní večírky, na které budete dlouho vzpomínat.....

**Pořadatel:** KOS Slávia VŠ Plzeň

**Datum:** 2. – 6. červenec 2009

### **Etapy:**

Čtvrtek 2.7. E1, middle  
Pátek 3.7. E2, long, 9. kolo ČP, WRE pro kategorie Elity  
Sobota 4.7. E3, sprint, 10. kolo ČP  
v podvečer O-triatlonové štafety  
Neděle 5.7. E4, middle, 11. kolo ČP + MČR krátká trať, WRE pro kategorie Elity  
Pondělí 6.7 E5, middle, handicap start

**Centrum:** Plzeň, autocamp Ostende

### **Prezentace:**

#### 5-denní MTBO:

1. července 16.00-22.00 v centru
2. července 9.00 - 10.30 na shromaždišti E1

#### Jednotlivé etapy:

večer před etapou 18-19 hod., v centru závodů (Ostende)

**Mapy:** Speciální pro MTBO, stav 6/2009, nejsou vodovzdorně upraveny

### **Parkování v kempu:**

možno u chatků a stanů. Rozumně, spořivě a ohleduplně! Kemp bude plný, ať se tedy vejdete a nezakopáváte o auta. Díky

### **Startovní čísla:**

Obdržíte na prezentaci, musí být upevněna viditelně na kole.

Na E1 – E4 používá závodník stejné číslo.

Na E5 si prvních 5 závodníků v každé kategorii před startem vyzvedne příslušné startovní číslo. Ostatní závodníci si ponechávají svá čísla.

### **Systém ražení:**

Elektronické SportIdent, v případě poruchy SI jednotky

použijte kartu s opravnými políčky R1 – R6 , kterou obdržíte na prezentaci. Do karty si ve vlastní zájmu vypište jméno, číslo čipu a kategorii. Závod končí oražením cílové jednotky na cílové čáře.

V případě těsného dojezdu v 5. etapě rozhoduje pořadí závodníků na cílové čáře.

### **Technická kontrola:**

Na startu pouze pro kategorie H/D 14, H/D 17, P

Do lesa nebudou vpuštěni závodníci bez cyklistické přilby, čipu připevněném na kole.

**Úschovna kol:**

V kempu v 1.patře budovy prezentace,  
příjem: 19:30 – 20:00, výdej 8:00-8:30  
Za uložená kola pořadatel neručí

**Mytí kol:** V kempu Ostende na vyhrazeném místě - Wap souprava  
Částečně možné v centru jednotlivých etap (hadice, smetáčky ..)

**Servis kol:**

ČT – PÁ 9 – 18:30, Hannah centrum, Americká 54, Plzeň  
SO 9 – 13:00, Hannah centrum, Americká 54, Plzeň

**Vyhlášení vítězů:**

Po 1. – 4. etapě v kempu od 20 hod. Po 5. etapě pouze celkové výsledky (13:30 – 14:00)  
Po 2. a 4. etapě (závodech WRE) proběhne květinové vyhlášení elitních kategorií („flowers ceremony“) v centru etapy. Čas vyhlášení oznámí speaker v průběhu závodu.

**Trikoty:**

Jak je zvykem na prestižních etapových závodech příslušní závodníci obdrží putovní trikoty. Převlékání proběhne po každé etapě v rámci vyhlášení výsledků.

žlutý – ŽLUŤÁK: vedoucí závodníci v kategoriích HE resp. DE v průběžném pořadí po každé etapě.

černý – KLÁDAŘ: závodník s největším odstupem za vítězem , při rovnosti rozhoduje větší celkový čas.

oranžový – SPURTÉR (FASTER): závodník s nejrychlejším dojezdem ze sběrné kontroly v etapě, při rovnosti časů rozhoduje lepší umístění v kategorii, následně celkový čas.

**První pomoc:** v centru každé etapy

**Občerstvení:**

V cíli každé etapy voda, hypotonický nápoj. Po 2., 3. a 4. etapě zajišťuje občerstvení v cíli firma Nutriproduct (<http://www.nutriproduct.cz/>)

**Fábory, barevné značení:**

Modrobílé: na start

Červené: ze sběrné kontroly do cíle (úsek ze sběrné kontroly do cíle je povinný úsek)

Oranžové: nebezpečný úsek

**Výsledky:** budou vyvěšovány průběžně v centru každé etapy,  
celkové výsledky budou vyvěšeny každý večer v kempu.

**Protesty:** Do 30 minut po zveřejnění oficiální výsledkové listiny hlavnímu rozhodčímu s vkladem 200,- Kč

**Jury:** Bude oznámena a vyvěšena v centru každé etapy.

**Hlavní rozhodčí:** Ondřej Vodrážka

**Vydávání map na startu:**

E1 – E4: 1 min před startovním časem ( jako obvykle při MTBO)

E5: závodník si bere mapu po ostrém startu

**Vydávání map v cíli:**

V cíli odevzdávejte mapy do pytlíků. Po každé etapě se mapy vydávají po odstartování posledního závodníka.

(E1 – 1:40 p.m. / E2 – 1:00 p.m. / E3 – 12:00 / E4 – 1:10 p.m.)

**Trénink:**

Tréninkové mapy MTBO obdržíte na prezentaci.

**Dětský koutek:** Během závodu zajištěn pro děti do 6 let.

**Služby a stánky:**

Možnost vyzkoušení skákacích chůd firmy Sportiness po 1. a 2. etapě (sportiness.cz)

Med ze Šumavy vod Hášů k dostání u Hášy (po 1. a 5. etapě odpoledne)

Masáže vod Evky na vyžádání u Evky.

Stánek sportovního zboží Skicentrumeden.cz

Skike – terénní kolečkové lyže (2. a 3. etapa)

Nutriproduct

**Sponzoři:** Hannah, Mercuri, ÚMO-4 Doubravka, KOS Plzeň, Škoda, Unicorn, Nutriproduct

**Předpis:** Závodí se dle platných pravidel MTBO a soutěžního řádu ČSOB

**Praktická upozornění:**

Jezděte a vyhýbejte se vpravo!

Nacházíte se v běžném kempovém zařízení, za odložené věci pořadatel neručí.

Start při všech etapách závodu je na vlastní nebezpečí.

**ETAPA 1**  
**„Jižanská rozjezdovka“**

**Datum:** čtvrtek 2. 7. 2009  
**Druh závodu:** middle  
**Centrum:** koupaliště mezi obcemi Sulkov a Líně  
 (stejně jako při 4. etapě v roce 2005)  
**Doprava z Ostende:** 15 km, doporučujeme použít vlastní auta,  
 příjezd na etapu bude značen od obce Sulkov (viz mapa)  
**Parkování:** na přilehlé louce podle pokynů pořadatele  
**Mapa:** Valšské hangáry, 1:15 000, E 5m, stav 6/2009, rozměr E3  
**Terén:** Mírně zvlněný terén příměstského lesa s hustou sítí lesních cest a pěšin,  
 převážně dobře sjízdných. Součástí závodního prostoru je zatravněná  
 rekultivovaná skládka/popílkoviště a dálnice D5, kterou budou  
 závodníci během závodu přejíždět/podjíždět – Dálnice je zakázaný  
 prostor, přejezd možný jen po jiné komunikaci.  
**Vzdálenosti:** centrum = cíl  
 Centrum – start 1km, 10m přev. – převážně po místní silnici,  
 jezděte vpravo!  
**Start:** 00 = 11:00

**Parametry tratí:**

Kategorie	Délka vzduch	Délka ideálně	Počet kontrol	Převýšení	Kategorie	Délka vzduch	Délka ideálně	Počet kontrol	Převýšení
H14	5,0	6,5	9	50	D14	5,0	6,5	9	50
H17	8,4	11	15	80	D17	6,7	8	11	70
H20	9,5	14	17	90	D20	7,1	10	14	70
H21E	14,8	21	18	150	D21E	10,5	15	17	100
H21A	12,1	17	18	140	D21	7,6	11	12	90
H21B	9,5	14	17	110	D40	6,7	8	11	70
H21C	9,2	14	13	110	P	6,7	8	11	70
H40	8,4	11	15	80					
H50	7,1	10	14	70					

**POZOR: Nesbíhat z jižního okraje skládky mimo cestu!!!**  
**Je to ozlomnohu a navíc zakázaný prostor**

**Občerstvovací stanice není**

**WC:** záchody u hospody  
**Občerstvení:** hospoda na koupališti  
**Časový limit:** 150 min  
**Vyhlášení vítězů:** 20:00 v kempu  
**Stavitel:** Papír

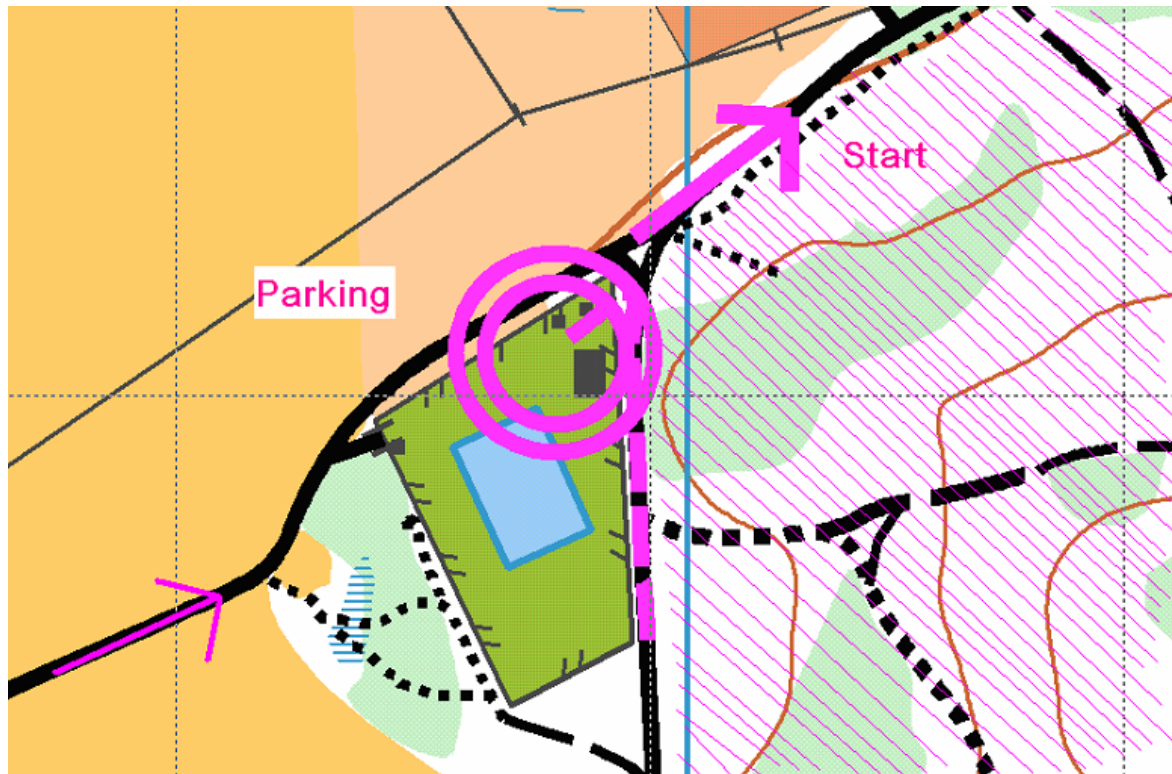
**Upozornění:** Platí zákaz mytí kol v koupališti, v centru etapy budou k dispozici hadice a smetáčky.

**Key to victory:**

- Nejezdit na skládce mimo cesty – bude kontrola.
- Od začátku naplno a pomalu zrychlovat

**Večerní kultura:** Po vyhlášení výsledků proběhne beseda s předním českým bike-maratoncem Tomášem Kozákem o závodě Crocodile Trophy 2008 (začátek cca 21:30)

Plánek centra E1:



## ETAPA 2

### *„světová klasická drncačka“*

**Datum:** pátek 3. 7. 2009  
**Druh závodu:** klasická trať, 9. kolo ČP, WRE klasika  
**Centrum:** fotbalové hřiště ve městě jménem Město Touškov – 10km „Z“ od Plzně (viz mapa)  
**Parkování:** všude v okolí centra – buďte ohleduplní k sobě a občanům města  
**Mapa:** Hořce kořenitá, 1:15,000, E 5m, stav 6/2009, rozměr A3  
**Terén:** střídavý, rovinatý pasáže s množstvím kořenů, kopcovité úseky, zarostlé tečky  
**Vzdálenosti:** centrum = cíl  
Centrum – start 2,5km, 80m přev. – převážně po okresní silnici, jezděte vpravo!  
**Start:** 00 = 10:00

#### **Parametry tratí:**

Kategorie	Délka vzduch	Délka ideálně	Počet kontrol	Převýš.	Kategorie	Délka vzduch	Délka ideálně	Počet kontrol	Převýš.
H14	8,2	11	9	100	D14	8,2	11	9	100
H17	13,5	18	12	230	D17	10,3	14	11	180
H20	15	25	16	300	D20	10,3	16	12	185
H21E	25,1	39	29	385	D21E	14,7	22	16	250
H21A	20,7	31	25	345	D21	10,8	15	12	190
H21B	15	23	16	300	D40	10,3	14	11	180
H21C	13,6	19	14	220	P	10,3	14	11	180
H40	13,5	18	12	230					
H50	10,3	20	12	185					

**POZOR:** *kategorie H21E mění mapu na 15. kontrole. Další mapa začíná kontrolou č. 15 a číslování pokračuje dál.*

#### **Občerstvovací stanice není**

**WC:** Toi Toi v centru závodů  
**Občerstvení:** restaurace na hřišti  
**Časový limit:** 180 min  
**Vyhlášení vítězů:** 20:00 v kempu  
**Stavitel:** Hasák

#### **Key to victory:**

- velká placka na začátku a ve střední pasáži
- celoodpružené kolo na kořenitých cestách
- rozvaha v závěrečném sjezdu

**Večerní kultura:** Po vyhlášení výsledků koncert skupiny KUŘ-BLUES

### ETAPA 3

#### **„Lobácká mapařinka“**

**Datum:** sobota 4. 7. 2009  
**Druh závodu:** sprint – 10. kolo ČP  
**Centrum:** Plzeň – Lobzy, areál střelnice  
**Doprava:** vlastními auty nebo na kole (viz mapa)  
**Parkování:** v centru etapy, dbejte pokynům pořadatelů  
**Mapa:** Lobežský býkokros, 1:5.000, E 5m, stav 6/2009, rozměr A3  
**Terén:** městský park a městská niva, rychlé pěšinky i drncavé luční cestičky  
**Vzdálenosti:** kemp - centrum 6 km (ideální na rozjetí)  
centrum = cíl  
centrum – start 1 km

**Prostor na rozjetí:** cestou na start a také po cyklostezce dále proti proudu řeky směrem na Božkov

**Start:** 00 = 10:00  
Cesta na start: značena modrobílými fábory, z části po místních komunikacích, zčásti po silnici 1. tř. s hustým provozem. Zde jsou závodníci povinni vést kolo po chodníku (asi 200m), poté musí tuto silnici přejít pěšky. Dále mohou pokračovat na kole. Budou dohlížet pořadatelé.

**Časový limit:** 90 min

**Očekávané časy vítězů:** 15-20 minut

#### **Délky tratí:**

Kategorie	Délka vzdušně	Kontrol	Převýšení	Kategorie	Délka vzdušně	Kontrol	Převýšení
H14	2,6 km	11	25m	D14	2,6 km	11	25m
H17	3,1 km	19	35m	D17	2,8 km	14	35m
H20	3,1 km	20	50m	D20	2,9 km	17	40m
H21E	3,7 km	23	55m	D21E	3,3 km	20	50m
H21A	3,4 km	20	50m	D21	2,9 km	19	40m
H21B	3,1 km	20	50m	D40	2,8 km	14	35m
H21C	3,0 km	19	35m	P	2,8 km	14	35m
H40	3,1 km	19	35m				
H50	2,9 km	17	35m				

**Zákaz vstupu do prostoru závodu při cestě z kempu!!! Bikeři musí jet od Baumaxu na Rokycanské po levém břehu Úslavy (z pohledu po proudu) a v Lobzích přejet přes most na pravý břeh (viz mapa).**

**POZOR č. 1: Závod je v městském parku, nezkracujte trať mimo cesty!!! Nebezpečí diskvalifikace – v prostoru závodu budou kontroloři pořadatele i městského úřadu!!!**

**POZOR č.2: Dbejte nejvyšší opatrnosti vůči chodcům, dětem, kočárkům a psům!!! Bacha i na ostatní O-bikery. I když je trať stavěna tak, abyste se při 40km/hod mýjeli v protisměru minimálně, hrozí přesto zranění! Některé cesty jsou úzké, vyhejbejte se vpravo a dávejte pozor na závodníky v protisměru. Nesjízděné schody jsou v parku vyznačeny oranžovými fáborky.**

**POZOR č.3: V 75% trati povinný úsek po mostě přes řeku. Na tomto mostě je zakázáno sjet z chodníku na vozovku (hrozí srážka s autobusem)!!!**

**Mytí kol a závodníků:** po dojezdu v řece Úslavě v blízkosti cíle

**WC:** Toi Toi v centru závodů

**Občerstvení:** na trati žádné, v cíli restaurace Na střelnici

**Upozornění:** Mapový start se nachází na travnatém hřišti, které je vyznačeno značkou 401.0 Open land (žlutá barva) – toto hřiště je povoleno přejíždět kudykoliv. Jinak platí zákaz jízdy mimo cesty a zpevněné plochy.

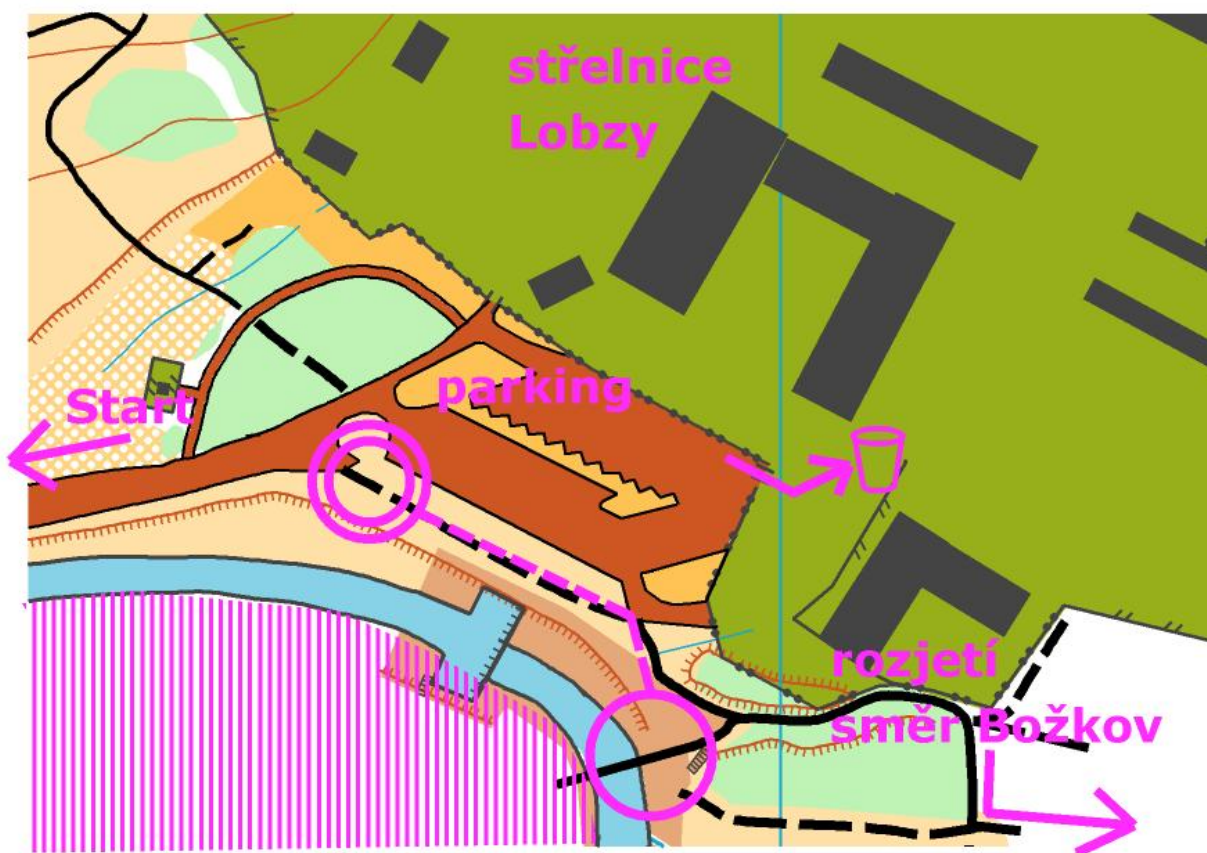
**Key to victory:** **Dávat pozor na kódy, je tam hodně kontrol. Hlídat pořadí kontrol, tratě se hodně kříží. Plynule jezdit a číst mapu. Počítat odbočky. Nevšímat si ostatních závodníků. Na velkou placku klidně zapomeňte.**

**Vyhlášení vítězů:** 20:00 v kempu

**Stavitel:** Ondřej „Sud“ Vodrážka a Jiří „Mlátíl“ Bouchal

**Sponzor etapy:** ÚMO 4 Pízeň Doubravka

**Plánek centra E3:**





**TRIATLON**  
**„team spirit“**

- Datum:** sobota 4. 7. 2007 v 17:30, počasí zajištěno
- Druh závodu:** štafetový triatlon – letos začínáme netradičně během
- Délky tratí:** 1. úsek: běh, hromadný start, free order – 9 kontrol, 2,9km  
2. úsek: plavání - trať bude vyznačena bojkami, cca 300m, výklad trati před startem  
3. úsek MTBO – 10 kontrol, 3,5km vzdušně
- Kategorie:** M muži, D ženy (smíšené štafety jedou muže)
- Přihlášky:** Vyplněné přihláškové formuláře odevzdávejte do pátku 20 hodin na prezentaci v kempu. Počet omezen na 100 štafet, kdo dřív přijde, ten dřív mele.  
Účast zdarma – sponzoruje Stock Božkov.
- Centrum:** kemp Ostende – asfaltová plocha u brány do kempu
- Mapy:** **Triatlon pěšáci:** 1:10,000, E 5m, rozměr A4,  
**plavání:** po zkušenosti z roku 2007 letos bez mapy a ražení  
**Triatlon MTBO:** 1:10,000, E 5m, rozměr A4
- Terén:** vlhký, známý, kemp a okolní lesy
- Vzdálenosti:** kemp Ostende = centrum = cíl
- Start:** 00 = 18:00
- Ražení:** Biker a běžec si předávají průkaz, do kterého oba razí. Na průkaz napište taky číslo a název štafety. Každý začněte razit do nového řádku. Popisy na OB budou vyvěšeny v centru.
- POZOR:** ***Dávejte bacha při plavání, ať se tam nepomlátíte a ať tam pro někoho nemusíme skákat!!! Závodit se bude i v kempu a na kole se pojedou i po silnici, tak dávejte pozor na auta, lidi i ostatní závodníky!***  
***Závodíte na vlastní nebezpečí!!!***
- Vyhlášení vítězů:** cca 20:15, v kempu po vyhlášení E3
- Stavitel:** Jiří Mlátil Bouchal

## ETAPA 4

### **„všichni hurá na Krkavec“**

**Datum:** neděle 5. 7. 2009  
**Centrum:** Plzeň - Košutka, SOŠ + bikrosový areál + přilehlý zatravněný vršek  
**Druh závodu:** MČR middle + 11. kolo ČP, WRE kategorie H21E a D21E  
**Doprava:** 3 km, rozhodně doporučujeme na etapu přijet na biku, je to trochu do kopečka, ale zpátky to bude úplně jenom na brzdy ☺  
**Parkování:** omezeně v areálu SOŠ, dbejte pokynům pořadatelů  
**Mapa:** Krkavec je kopec, měřítko 1:15 000, E 5m, stav 6/2009, rozměr A3  
**Terén:** Krkavec je kopec, cesty s kořeny a kořinky, hustá síť, místy až moc  
**POZOR NEBEZPEČNÉ SJEZDY!**  
**Vzdálenosti:** kemp - centrum 3 km (ideální na rozjetí)  
centrum = cíl  
centrum - start 2 km  
**Prostor na rozjetí:** cestou z Ostende a na start a také po cyklostezce směrem ke Globusu  
**Start:** 00 = 10:00  
Cesta na start: značena modrobílými fábory, po lesní pěšině  
**Časový limit:** 150 min  
**Očekávané časy vítězů:** 45-50 minut  
**WC, sprchy, šatny:** ve škole  
**Občerstvení:** Stánek v centru

#### **Délky tratí:**

Kategorie	Délka vzdušně	Délka ideálně	Kontrol	Převýšení	Kategorie	Délka vzdušně	Délka ideálně	Kontrol	Převýšení
H14	3,7	5	8	90	D14	3,7	5	8	90
H17	9,0	13	14	230	D17	6,6	9,6	11	160
H20	9,7	15	13	260	D20	7,0	11	13	180
H21E	12,0	18	20	320	D21E	9,3	14	13	240
H21A	10,3	16	16	280	D21	8,2	12	13	220
H21B	9,7	15	13	260	D40	6,6	9,6	11	160
H21C	9,5	14	13	220	P	6,6	9,6	11	160
H40	9,0	13	14	230					
H50	7,0	11	13	180					

**Zákaz vstupu na ohraničenou louku = prostoru závodu a do areálu BMX (dojezd)!!!**

**Květinové vyhlášení vítězů WRE:** 14:30 v cíli  
**Vyhlášení vítězů:** 20:00 v kempu Ostende  
**Stavatel:** Ondra Háša Hašek

#### **Stavitelův klíč k vítězství:**

- vyhrává ten démon/démonka, kdo jede nejrychleji a nejpřesněji
- je to svěťák, tak to prodej, na co jiného jsi trénoval!?

**POZOR NA KAMENY A KLÁDY VE SJEZDECH Z VRŠKU V SINGLÍKÁCH !!!!!**

**Večerní kultura:** Po vyhlášení výsledků následuje večírek v režii pořádajícího oddílu KOS Slávia VŠ Plzeň, který patří k největším hudebním seskupením v západočeském kraji.

**ETAPA 5**  
**„Ostende na konec“**

**Datum:** pondělí 6. 7. 2009  
**Druh závodu:** middle, handicapový start  
**Centrum:** Plzeň – autocamp Ostende  
**Parkování:** Závodníci ubytovaní mimo kemp Ostende nemají povolen vjezd autem do kempu. Parkování možné v okolí kempu.  
**Mapa:** Ostende na konec, 1:15.000, E 5m, stav 6/2009, rozměr A4  
**Terén:** Příměstský les plný cestiček  
**Vzdálenosti:** kemp = centrum  
centrum = cíl  
centrum – start 1000m  
**Prostor na rozjetí:** cestou na start  
**Start:** 00 = 10:00

Organizace startu:	1.KORIDOR	2. KORIDOR	3.KORIDOR
10:00	H14, D17	H17, H21B	H21C
10:10	D14, D21	H50	H21A
10:20	D40 D20	H40, H20	
10:30	P	D21E	H21E

Handicapový start do ztráty 60min na vítěze, pak intervalový 1min

**WC, sprchy:** v kempu  
**Časový limit:** 150 min  
**Očekávané časy vítězů:** 40 - 50 minut

**Délky tratí:**

Kategorie	Délka vzdušně	Kontrol		Kategorie	Délka vzdušně	Kontrol	
H14	6,0 km	9		D14	6,0 km	9	
H17	10,6 km	15		D17	6,8 km	12	
H20	11,5 km	16		D21E	11,5 km	17	
H21E	13,7 km	18		D21	9,1 km	14	
H21A	12,2 km	18		D40	6,8 km	12	
H21B	11,5 km	16		P	6,8 km	12	
H21C	10,0 km	14		D20	8,2 km	11	
H40	10,6 km	15					
H50	8,2 km	11					

**POZOR:** Závod se jede v příměstském lese - dbejte nejvyšší opatrnosti vůči chodcům, dětem, kočárkům a psům!!! Pozor i na ostatní O-bikery

**KEY TO VICTORY:** Levá, pravá, levá, levá, pravá. Ale všechny cesty se odpočítat nedají, takže se o to ani nesnažte. Kdo bude stát na každý křižovatce nevyhraje. Jediný kopec je hned po startu, je to poslední etapa – není na co se šetřit.

**Stavitel:** Robert Gibon Anděl

**Plánek centra E5:**

