Pokyny k závodu Rokytka Challenge 2026

Datum & časový harmonogram

Sobota 14. 11. 2026

10:00–12:15 registrace VELKÝ ZÁVOD
12:00-13:30 registrace DĚTSKÝ ZÁVOD
11:00 start prvních závodníků VELKÝ ZÁVOD (konec cca 12:15)
13:00 start SPECIÁLNÍ vlny
13:30 start DĚTSKÝ ZÁVOD (konec cca 14:00)
14:15 ukončení závodu a vyhlášení výsledků dospělých
14:20 tombola
15:00–16:00 loučení se a úklid

Harmongram je orientační a může se lehce změnit dle situace.

Místo konání závodu

Fitness park Rokytka, Praha 9, Vysočany
Přesná poloha: https://mapy.com/s/cevafagasa

Parkování na místě není možné, ale lze v okolí (přilehlé ulice na zóně, parkoviště u supermarketů, OC Harfa, OC Fénix…). Nedaleko je zastávka metra B Kolbenova nebo tram zastávky Podkovářská a U Elektry. Není možné parkovat na parkovišti přímo u Fitness louky (patří k rugby).

Na místě budou k dispozici **převlékárna ve stanu a mobilní WC**.

Typ závodu

Dospělá i dětská trasa je běžecká s různými překážkami.

Trasa závodu DOSPĚLÉHO i DĚTSKÉHO je značená. Závodníci se orientují podle červenobílých pásek, případně oranžových značek na zemi a pokynů dobrovolníků.

Pokud se vám stane, že špatně zabočíte, vraťte se na poslední místo, kde jste viděli značení, a pokračujte dle značek dále.

Na hlavních překážkách budou dobrovolníci, kteří vám řeknou, co dělat, ale některé překážky budou mít pouze cedulku s pokyny. Na všechny překážky je více pokusů, můžete je zkusit vícekrát. Dejte ale přednost rychlejším běžcům, kteří přiběhnou nově. Pokud se na překážku necítíte nebo ji nezvládnete, můžete zvolit krátký trest (hendikep). Je možné si vzájemně mezi dospělými pomoci, s dětmi je možné také běžet a pomáhat jim.

Pokyny pro registraci na místě
Pro vyzvednutí registrace potřebujete jen své jméno.

Pro děti je třeba podepsaný souhlas zákonného zástupce (viz níže), bude dostupný i na místě.
Souhlas zákonného zástupce najdete i zde:
https://renesancepohybu.cz/wp-content/uploads/2024/09/Souhlas-zakonneho-zastupce.pdf

Dostanete **startovní obálku s čipem, startovním číslem a pokyny pro závod.**
Startovní číslo patří na oblečení, čip na kotník.
Trasy závodu najdete na webu i našich sociálních sítích.

Prosíme, **přijďte alespoň 45 minut před svým časem startu**. Startovní listinu najdete na webu, na našem FB a také v emailu.

Nové registrace na místě jsou možné, ale už bohužel negarantujeme naše speciální perníkové medaile s logem.

Nemůžete běžet a potřebujete přeregistrovat závod na někoho jiného? Stačí nám na místě nahlásit jméno původního závodníka a vše vyřešíme.

Po doběhu
Na každého závodníka registrovaného včas online čeká v cíli perníková medaile s naším logem a drobné občerstvení.

Vyhlašujeme kategorie **TOP 3 muži / ženy na dospělé trase**, kteří zvládnou trasu za nejrychlejší čas (musí mít všechny překážky splněné, i když by na místě dělali trestný okruh).
V kategorii DĚTI nevyhlašujeme. Děti si závod mohou užít s doprovodem, sami, s pomocí, jak bude potřeba, a bavit se, případně se kamarádsky porovnat mezi sebou. Cílem je sportovat, hýbat se a zkusit něco nového.

Ve 13:00 startuje **speciální vlna pro autisty a hendikepované**. Budeme rádi, pokud se z řad závodníků objeví někdo, kdo by se chtěl přidat jako doprovod dětí v této vlně - pomoci s vysvětlením překážek, naváděním na trase, podpořit, povzbudit.

Sociální sítě
Označit nás můžete na Instagramu jako @rokytkachallenge, na FB nás najdete jako Rokytka Challenge.