

SAVINJSKA ZIMSKA TEKAŠKA LIGA 2015/2016

ZAČETKI:

Piše se leto 2008, ko je na pobudo veteranov takrat zbranih v atletskem klubu Žalec Matej Srebre prišel na idejo o izvedbi rekreativnih tekov, ki bi potekali v zimskih mesecih. Ideja je takrat zaživela v polni meri, saj se je tekov udeleževalo vse več rekreativnih tekačev. Žal je zadeva po nekaj letih zamrla.

Z ustanovitvijo novega kluba je stvar zopet postala aktualna. V tekaškem društvu Savinjščan, kjer se združujemo predvsem ljubitelji teka, ki se tekom leta udeležujemo organizirane tekaške vadbe, smo odločeni, da zimsko tekaško ligo ponovno obudimo, v nameri, da tudi v teh hladnih zimskih mesecih ne opustimo tekaške vadbe in tako ohranjamo stalno telesno pripravljenost.

KDAJ: Vsaka 1. in 3. nedelja v mesecu ob 10. uri (v vsakem vremenu, lahko pa v času tekaške lige pride do sprememb iz upravičenih razlogov). Odvilo se bo 10 etap.

1. Etapa: 15.11.2015
2. Etapa: 29.11.2015 (prestavljena iz 01.11.2015 zaradi praznika)
3. Etapa: 06.12.2015
4. Etapa: 20.12.2015
5. Etapa: 03.01.2016
6. Etapa: 17.01.2016
7. Etapa: 07.02.2016
8. Etapa: 21.02.2016
9. Etapa: 06.03.2016
10. Etapa: 20.03.2016

KJE: Štart tekov bo pri nadvozu »mavrica« v smeri Ložnica in 2x (začetek in zaključek zimske tekaške lige) v smeri Griže (vrbenko jezero). Pred štartom se dobimo v eni od garderob v športnem centru Žalec (atletski stadion), da se dogovorimo o vseh podrobnostih teka. Po prihodu v cilj se zopet zberemo v garderobah, kjer nas čaka topel napitek.

ORGANIZATOR: Tekaško društvo Savinjščan

ŠTARTNINA: ŠTARTNINE NI!

Zbirali bomo prostovoljne prispevke za okrepčila pred in po teku (finančno ali materialno).

Za prostovoljne prispevke bo na voljo »zaprta škatla«, tako da se ne bomo drug drugega gledali in obremenjevali, kdo bo koliko prispeval.

PRIJAVA: Samo prideš in zraven »prineseš« veliko dobre volje. Smeh je nalezljiv.

MERITVE IN OBDELAVA PODATKOV: RFID MERITVE (ročno merjenje)

Na spletni strani TD SAVINJČAN se bodo beležili rezultati vsakega posameznika.

PRAVILA:

- Doseženi časi v etapah vsakega posameznika se bodo seštevali. V primeru, da se posameznik ne udeleži določene etape, se mu prišteje čas zadnje uvrščenega ter toliko sekund, kot je bilo vseh udeležencev na tej omenjeni etapi.
- Pri moški kategoriji se upošteva čas zadnje uvrščenega moškega, pri ženski kategoriji pa čas zadnje uvrščene ženske; pri bonus sekundah se upošteva število vseh udeležencev (moški in ženske skupaj).
- Zmagovalec/zmagovalka Savinjske zimske tekaške 2015/2016 lige bosta tista, ki bosta imela najmanjši seštevek vseh časov.
- Pri vsakem posamezniku bomo tudi vodili evidenco število udeležb na zimski tekaški ligi.

POMEMBNO: VSI UDELEŽENCI TEČEJEO NA LASTNO ODGOVORNOST!

NAGRADE:

- Zmagovalec/zmagovalka bosta prejela pokal za zmagovalca Savinjske tekaške lige 2015/2016.
- Za udeležence, ki se bodo največkrat udeležili zimske tekaške lige, bomo podelili praktične nagrade.

ZAKAJ SE UDELEŽITI SAVINJSKE ZIMSKE TEKAŠKE LIGE?

Priporočamo vsem tistim, ki:

- ljubijo jutranjo rekreacijo pred nedeljskim kosilom
- ne želijo teči sami, ampak v prijetni, sproščeni družbi
- se želijo pripraviti na spomladanska tekmovanja
- želijo preveriti trenutno pripravljenost
- želijo malo tekmovalnega naboja oz. trening tekmo (izkušeni tekači)
- želijo trening za nabiranje kondicije (nogometaši, rokometaši, košarkarji...)

- jih pozimi preveč zebe na kolesu (kolesarji)

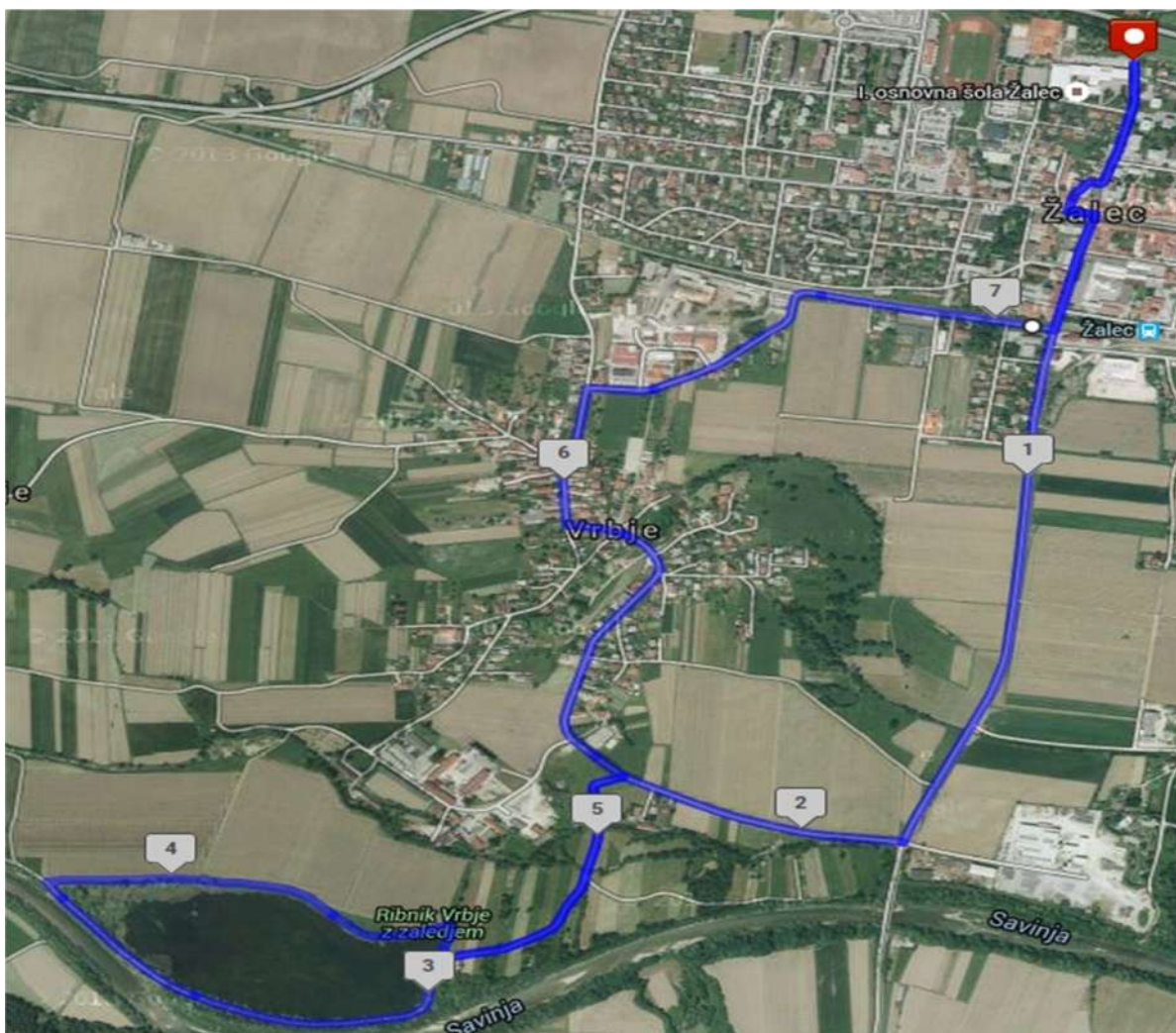
Vabljeni vsi krajanji, športniki, rekreativci, upokoјenci, dijaki, študentje, skratka vsi ljubitelji gibanja in druženja!

TRASA PROGE: Tek bo potekal na petih različnih trasah. Vsak od tekov bo na sporedu 2x po krožnem sistemu, tako bodo udeleženci na tekočem s stanjem svoje pripravljenosti.

I. Vrbenko jezero: 7,7km

1. Etapa: 15.11.2015

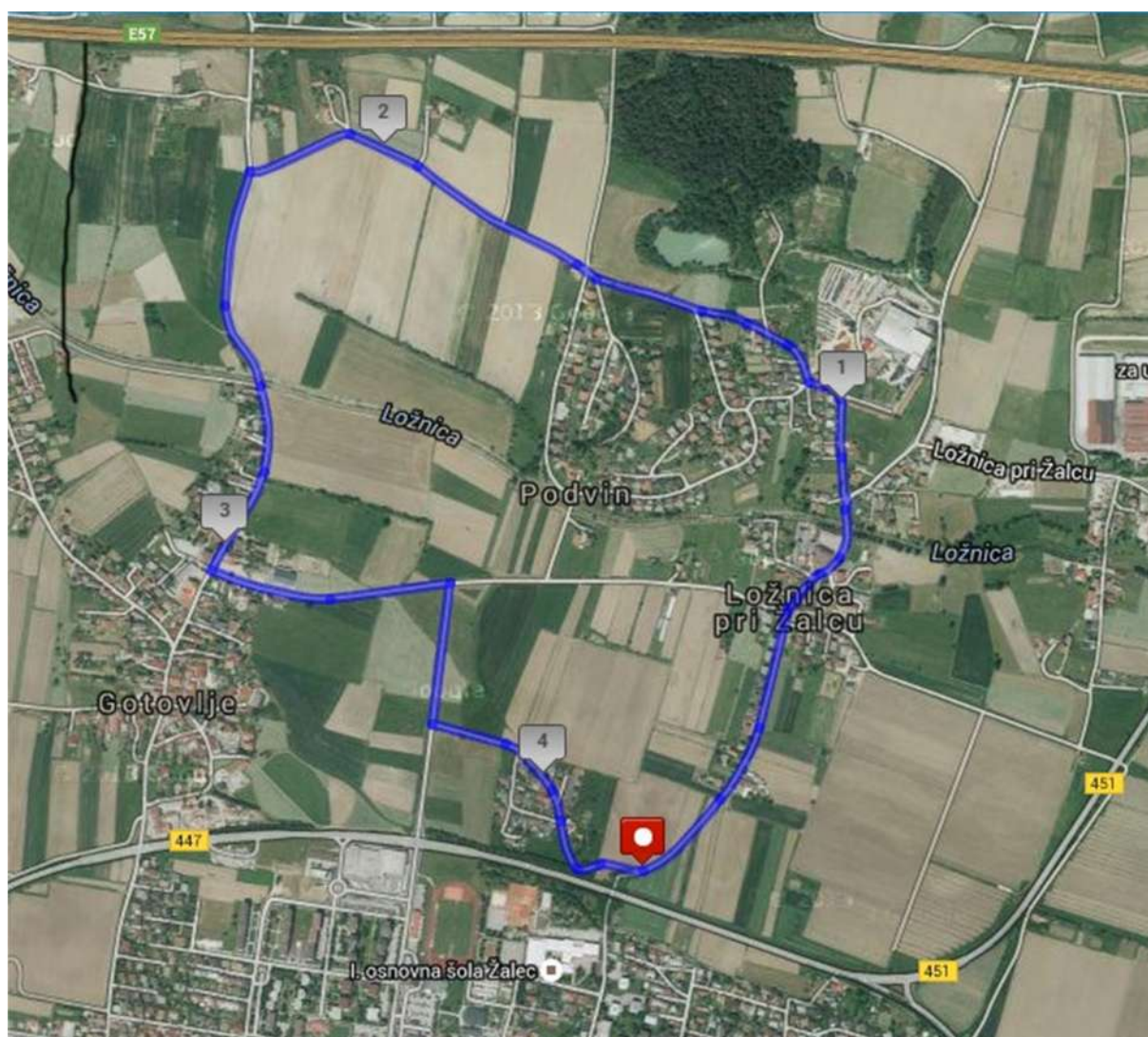
10. Etapa: 20.03.2016 (zaključek zimske tekaške lige)



II. Mali krog: 4.3km

2. Etapa: 29.11.2015

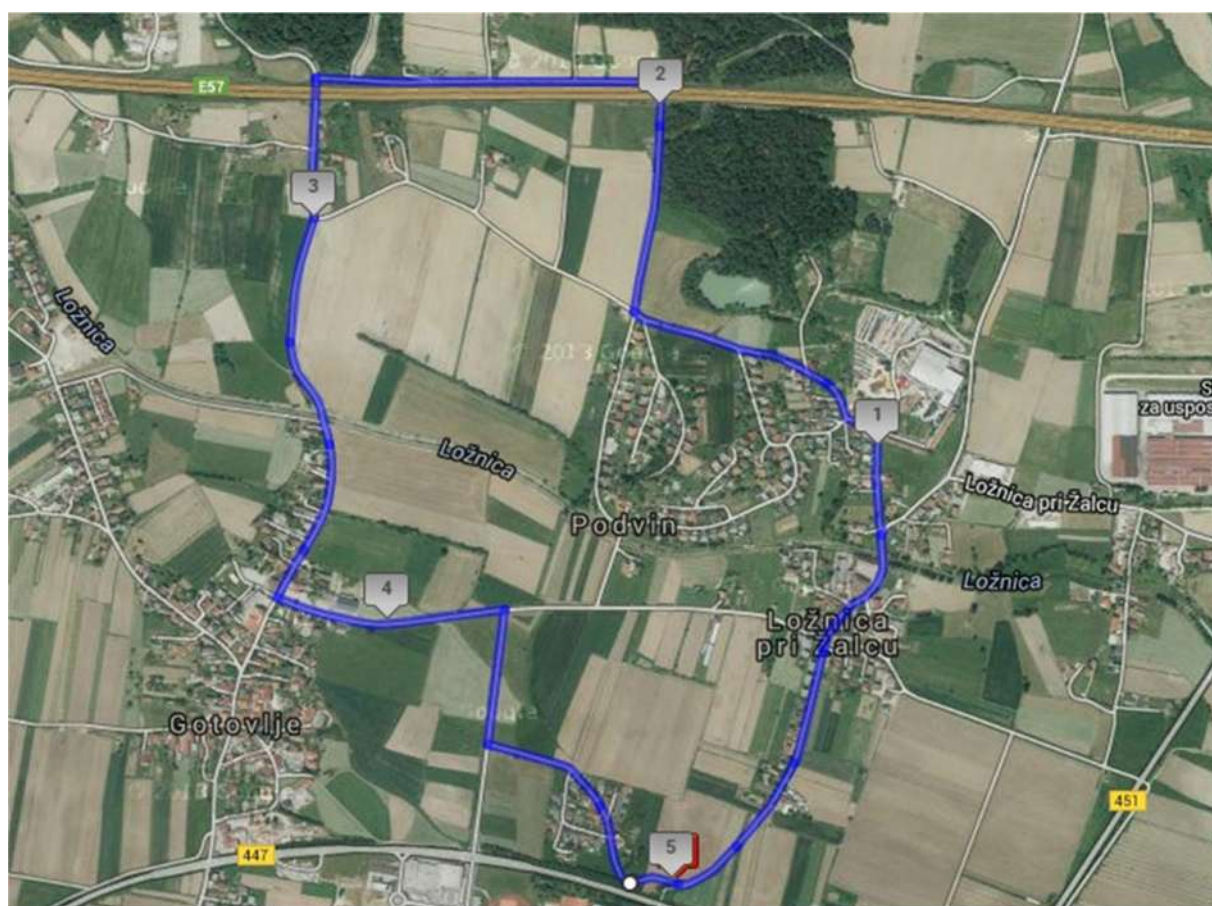
6. Etapa: 17.01.2016



III. Veliki krog: 5km

3. Etapa: 06.12.2015

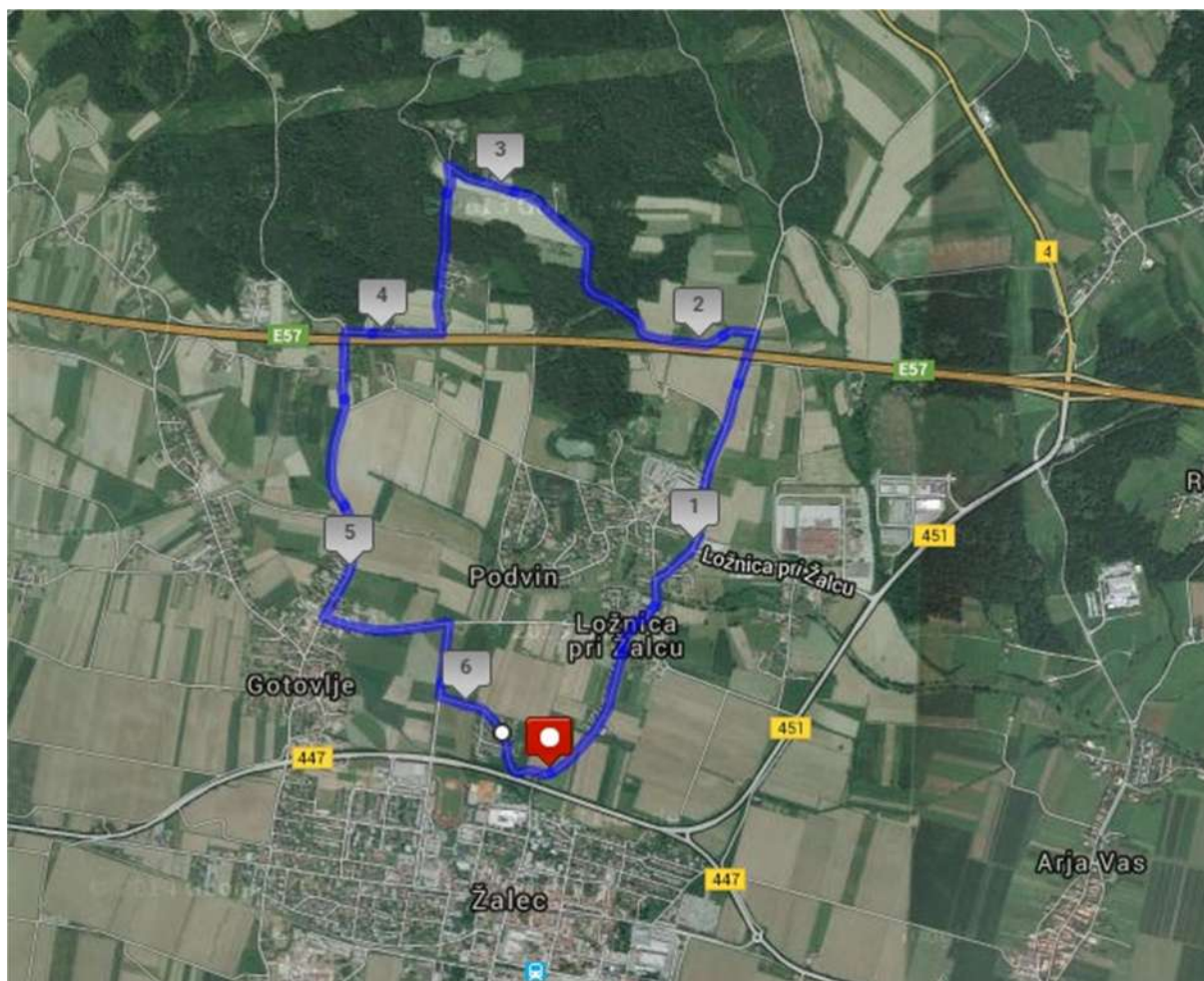
7. Etapa: 07.02.2016



IV. Plevno: 6.5km (4. In 8. Etapa)

4. Etapa: 20.12.2015

8. Etapa: 21.02.2016



V. Rinka: 4.5km (5. In 9. Etapa)

5. Etapa: 03.01.2016

9. Etapa: 06.03.2016

