

Registrovat se můžete kdykoli v termínu od 1.4.2024 (0:00) do 19.5.2024 (23:59).

Přihlásit se lze pouze do jedné zvolené disciplíny.

Závodíme v duchu fair play. Hlavní účel tohoto závodu není být za každou cenu první, ale užít si pohyb. Svým startovním nám pomůžete vrátet lidi s poškozením míchy zpátky do aktivního a naplněného života.

SOUTĚŽNÍ KATEGORIE

- **Běh** ženy/muži/junior do 15 let
- **Chůze** ženy/muži/junior do 15 let
- **Jízda** ženy/muži/junior do 15 let
- **Malá kolečka** – všichni
- **Dogtrekking** – všichni
- **ZTP/P** ženy / muži na mechanickém vozíku, handbiku, motomedu
- **ZTP/P s elektropohonem** ženy / muži na elektrickém vozíku, mechanického vozíku a motomedu
- **Týmy**
- **Školní třídy**

PODMÍNKY PRO JEDNOTLIVÉ KATEGORIE

Běh ženy/muži/děti do 15 let

- Všechny kilometry musejí být zdolané během.
- Akceptovány jsou výsledky venkovní aktivity i běhu na trenažeru (na běžeckém pásu).

Chůze ženy/muži/děti do 15 let

- Počítá se jakákoli cílená chůze (procházka, pěší túra, chůze do práce/z práce, chůze s kočárkem, ...).
- Povolena je i chůze na chodicím pásu nebo obdobném typu trenažeru.
- Zaznamenávejte pouze výsledky spojené s cílenou soutěžní aktivitou, tzn. chůzí nad rámec běžného denního fungování/pohybu. V rámci rovných podmínek nezapisujte denní souhrn kilometrů, pakliže se nejedná o celodenní túru.

Jízda ženy/muži/děti do 15 let

- Všechny kilometry musejí být zdolané jízdou.
- Je možné se zúčastnit na rotopedu, cyklistickém trenažeru atp.
- Elektrokola nejsou povolena.

Malá kolečka – všichni

- Jízda na bruslích, skateboardu, koloběžce, ...
- Není povolena jízda na elektro koloběžce, elektrickém skateboardu, elektrické jednokolce, hoverboardu, ...

Dogtrekking – všichni

- Všechny kilometry musejí být zdolané chůzí (ne během) se psem, ať už v záprahu nebo na volno.
- Počítají se kilometry, které chůzí zdolá přihlášený „člověčí“ závodník.
- Nelze vykazovat výsledky různých osob doprovázejících jednoho psa.



ZTP/P – ženy/muži na mechanickém vozíku, handbiku, motomedu

- Počítají se jakékoli kilometry zdolané na mechanickém vozíku, handbiku, motomedu.
- Povolen je pouze pohyb „svépomocí“ či s minimální dopomocí další osoby.
- Zaznamenávejte pouze výsledky spojené s cílenou soutěžní aktivitou., tzn. pohybem nad rámec běžného denního fungování.

ZTP/P s elektropohonem – ženy/muži na el. vozíku, mech. vozíku a motomedu

- Počítají se jakékoli kilometry ujeté na elektrickém vozíku, na mechanickém vozíku s elektropohonem, motomedu na elektrický pohon, ...

TÝMOVÁ VÝZVA

- Minimální počet závodníků v soutěžním týmu jsou 2 osoby.
- Jednotliví členové týmu mohou být přihlášení v různých soutěžních disciplínách.
- Do týmové výzvy se může přihlásit každý registrovaný závodník. Může se přidat do již existujícího týmu nebo založit tým nový.
- Výsledky z jednotlivých disciplín se, v rámci týmové soutěže, budou přepočítávat předem stanoveným koeficientem, aby bylo docíleno co možná největší regulérnosti soutěže.
- Možnost úpravy složení týmu (odebrání a přidání členů) se uzavře 7. 5. 2024 ve 23:59. Pro dodatečné změny se obraťte na jana@behproparaple.cz nebo info@behproparaple.cz.

ŠKOLNÍ TŘÍDY

- Kategorie vytvořená speciálně pro školní kolektivy (max. počet 35 osob).
- Jméno pro registraci musí obsahovat označení třídy a název školy.
- Výsledky z jednotlivých disciplín se, v rámci soutěže školních tříd, budou přepočítávat předem stanoveným koeficientem, aby bylo docíleno co možná největší regulérnosti soutěže.

ZÁZNAM VÝSLEDKU

- Povoleny jsou všechny mobilní aplikace a chytré hodinky.
- Se zahájením pohybové aktivity započnete měření, v cíli měření zastavte.
- Výsledek vyfoťte tak, aby snímek obrazovky (printscreen) obsahoval zdolanou vzdálenost a datum aktivity.
- V případě, že se během jednoho dne aktivitě budete věnovat vícekrát, můžete výsledky zapsat jednotlivě nebo uvést celkový počet zdolaných kilometrů a ten doprovodit souhrnným printscreenem dílčích výsledků.
- Zdolanou vzdálenost zadávejte v kilometrech.
- Své výkony zadávejte průběžně. Systém nepovoluje zadání aktivit starších než 3 dny.
- Datum vaší registrace je zároveň i dnem, kdy lze započítat první výsledek, tzn. nelze uplatnit aktivity předcházející dni přihlášení se do soutěže.
- Nahrané výsledky jsou namátkově kontrolovány v průběhu celého závodu.
- Pokud bude nahraný výsledek vyhodnocen systémem jako chybný, budeme vás o tom informovat a požadovat nápravu. V opačném případě bude tento výsledek odebrán.

VYHODNOCENÍ VÝSLEDKŮ

- Vyhodnocení výsledků proběhne nejpozději 24. května 2024 formou informačního e-mailu.
- Výhra je nevyhmatelná.

REGISTRACE

- Každý závodník se závodu účastní na vlastní nebezpečí. Musí zhodnotit svůj zdravotní stav a

PRAVIDLA VIRTUÁLNÍHO BĚHU PRO PARAPLE 2024

kdekoli a kdykoli, 1. 5. - 20. 5. 2024

**BĚH PRO
PARAPLE**

→ www.behproparaple.cz

sám se rozhodnout, zdali je schopný se účastnit závodu.

- Závodníci mladší 18 let startují se souhlasem zákonného zástupce. Hranici minimálního věku necháme na zvážení a zodpovědnosti rodičů.
- Potvrzením registrace souhlasíš s pravidly závodu.

Máte doplňující otázky?

Budeme rádi za vaši zpětnou vazbu, kterou nám můžete zaslat na info@behproparaple.cz.

