MOST

Adresa: jezero Matylda

GPS: 50.5249378N, 13.6200408E

Organizátoři: ACEU s.r.o.

POUZE REGISTROVANÍ ONLINE se můžou zúčastnit workoutu. V den závodu není možné udělat registraci nebo záměnu.

Každý účastník před zahájením workoutu obdrží speciální tričko, v kterém bude cvičit. Velikost trička si každý účastník zvolil při registraci a záměna v den workoutu není možná.

TRIKO – ČSOB NA ZDRAVÍ 2019 WORKOUT TOUR

POPIS WORKOUTU

Začátek workoutu je v 9:00 a předběžný konec ve 12:00.

Registrace (převzetí triček) bude otevřena od 9:00 do 9:50.

Doporučujeme všem účastníkům být v místě konání nejpozději v 9:15. Pokud někdo dorazí později než 9:50, už neobdrží dané tričko. Děkujeme za pochopení.

Workout bude trvat asi 2 hodiny. Skládá se z rozcvičení, hlavního tréninku a protažení. Účastníci workoutu budou po rozcvičení rozděleni do 3 skupin, které se budou střídat na 3 stanovištích workoutu. Stanoviště budou zaměřena na různé oblasti spartan tréninku a to – silové, rychlostní, obratnost a týmová spolupráce. Na každém stanovišti budou STG trenéři, kteří vás celým stanovištěm provedou a budou trénovat.

Rozdělení do skupin je náhodné, nejedná se o výkonnostní skupiny.

PITNÝ REŽIM

Doporučujeme účastníkům mít vlastní pitný režim, pořadatel nezajišťuje pitný režim.

VÝŽIVA

Každý účastník obdrží tyčinku od SENS FOOD a po workoutu zákys od AGROLA

ÚSCHOVNA

Není v místě konání

SPRCHY

Nejsou k dispozici

PŘÍJEZD a PARKOVÁNÍ

DIVÁCI

Diváci si mohou přinést s sebou svoje fotoaparáty, ale musí při focení dávat pozor, aby svým konáním neohrozili zdraví ostatních účastníků akce. Divákům se zakazuje vstup do závodní dráhy a prostorů, které pro ně nejsou určené.

SOCIÁLNÍ A HYGIENICKÉ ZAŘÍZENÍ

HLAVNÍ PARTNER

PARTNER

V místě konání budou sociální zařízení

NEPŘÍZNIVÉ POČASÍ A JINÉ OKOLNOSTI

V případě velmi nepříznivého počasí, přírodních katastrof, organizačních i technických komplikací, si SPARTAN vyhrazuje právo změnit, upravit část nebo celý workout zrušit z důvodu zachování bezpečnosti závodníků, diváků a organizátorů.

AKREDITACE NOVINÁŘŮ A FOTOGRAFŮ

Jen akreditovaní novináři, fotografové a filmaři budou mít povolení filmovat, fotit a pohybovat se po všech úsecích tratě.

O akreditaci si můžete požádat dopředu e-mailem na marketing@spartan-race.cz a to minimálně 2 dni před konáním akce.

KONTAKTY NA ORGANIZÁTORY

S jakýmikoli dotazy týkajícími se nejen závodu se obraťte na nás prostřednictvím e-mailu – info@cz.spartan.com, nebo pomocí kontaktního formuláře, který najdete na naší web stránce.

Dokument byl naposledy upraven 27.6.2019

HLAVNÍ PARTNER

PARTNER