



P O K Y N Y

pro účastníky sportovně-společenské akce pro členy a rodinné příslušníky Sdružení seniorů při ČD OSŽ Ostrava hl. n., jakož i pro jejich příznivce a známé.

Název akce: Jarní orientační pochod nazvaný „Ze Zátiší do Zátiší“ přes Budišovické lomy.

Datum konání: středa 11.3.2020 (svátek mají Anděla a Angelika)

Technické zabezpečení: Josef Juřeník a materiál ze SK OB Ostrava (jen mapy)

Místo akce: lesní prostor mezi Zátiším a Budišovicemi, Budišovické lomy, katastr Budišovic

Shromaždiště: a) pro start: Penzion a Restaurace Hotelík, K Muntlochu 118, Budišovice

b) pro cíl: na stejném místě jako start (okružní pochod)

Dostupnost:

a) **vlakem a tramvajemi MHD:** vhodným vlakem do **Ostravy-Svinova** (ze směru od Bohumína, ze směru od Suchdolu n. O., ze směru od Opavy, ze směru od Českého Těšína), **kde bude sraz a kde budu čekat od 7.20 hod do 8.10 hod** a poté odchod na zastávku MHD Svinov horní zastávka. **Odjezd tramvají číslo 8 v 8.18 hod** na konečnou zastávky této linky Vřesinská s příj. v 8.33 hod. Zde **přestup** na tramvaj číslo 5 s odjezdem v 8.36 hod směr Zátiší, kde **příjezd v 8.55 hod**. Z konečné zastávky tramvaje je to cca 200 metrů do restaurace Hotelík, kde bude start i cíl pochodu a kterou pro nás majitelé mimořádně otevřou již od 9-ti hodin.

b) **autem:** na parkoviště Penzionu a restaurace Hotelík – GPS:

Parametry trati: pouze jedna trasa o délce stanoveným postupem (bez zkrácení) **6,8 km**, převýšení cca 150 m na celé trase,

počet kontrol 9; trasa nebude v terénu nijak značena (půjdeme společně), ale budeme se orientovat a tipovat kontroly podle speciální mapy pro orientační běh.

Charakteristika trati: trať je vedena převážně v lesním prostoru, především po zpevněných cestách, jen část trasy je po lesní pěšině a 1/3 trasy vede i po silnici; kontrolní stanoviště jsou přírodní tvary, umělé objekty a lesní křižovatky a odbočení cest. Na mapě bude trasa zvýrazněna žlutým, resp. oranžovým zvýrazňovačem.

Popisy kontrol: nebudou.; na kontrolních stanovištích v terénu nebude nic umístěno, musíte ho přesně tipnout (mapa x realita).

Označování průchodu kontrolním stanovištěm: nebude; jen do mapy se vyznačí správné místo zastavení (vše bude vysvětleno před odchodem z restaurace). Označení špatného místa (falešná kontrola) nebo její nesprávné označení bude penalizováno odečtením bodu.

Systém soutěže: soutěžit mohou nejen jednotlivci, ale i dvojice, příp. i větší skupinky..

Po absolvování trasy všemi zúčastněnými se provede vyhodnocení soutěže s vyhlášením nejlepších na 1.-3. místě a s předáním drobných věcných cen. Všichni kdo úspěšně trasu absolvují, obdrží na památku účastnický diplom a drobný dárek.

Prezentace přihlášených nebo i těch, kteří se rozhodnou až v uvedený den: 07:30 – 09:00 hod (do příchodu do Hotelíku). Po prezentaci obdržíte pokyny k pochodu a soutěži a můžete si dát ještě občerstvení do doby společného startu pochodu.

Startovné: na místě, dobrovolné **5-**10,-Kč (se použije k zakoupení drobných věcných cen pro oceněné a účastnický diplom pro všechny zúčastněné)

Názorný výklad a instruktáž účastníků: 09:10 – 09:30 hodin

Start pochodu: v **9.45** hod

Mapa: speciální pro OB s názvem **Budišovice,** měřítko 1:15000 (tzn. 1 cm na mapě se rovná 150 metrům ve skutečnosti) e, tj. ekvidistance (neboli výškový rozdíl mezi sousedními vrstevnicemi) = 5 metrů. Kontrolní body jsou ve středu fialového kroužku na mapě, vždy jedna kontrola ze tří ve shluku.

Terén: v první třetině v rovině nebo s minimálním stoupáním, ve druhé polovině ze začátku stoupání a pak klesání). V polovině trasy bude zastavení v přírodní lokalitě, nyní chatové oblasti, Budišovické lomy, spojené s výkladem jejich historie, o vzniku i zániku těžby břidlice.

Co bude potřebovat účastník akce: odhodlání něco nového zkusit, mapu pro OB a tužku (ty dostane na startu), les a terén (ty na nás čekají), oblečení a obuv vhodné na vycházku do lesa. Ti, kteří budete vést a koukat do mapy tak i **brýle na čtení** v mapě.

Společenská část akce: po **vyhlášení výsledků a ocenění nejlepších** bude následovat při posezení spojeném s konzumací toho, co nám nabídnou a co si vybereme v restauraci Hotelíku .

Cesta zpět: zase tramvají MHD linkou č. 5, odjezd ze zastávky Zátiší v 13:30 až 14.30 hod na nádraží Ostrava-Svinov, s přestupem na zastávce Vřesinská.

Na všechny odhodlané a zvídavé, toužící po pohybu po stanovené trase spojené s typováním kontrol na mapě pro OB, se těší

členové výboru sdružení seniorů při ČD OSŽ Ostrava

Přihlášky přijímá: Josef Juřeník, e-mail: jurenik@volny.cz, MT: 602785092, osobně na schůzích (28.1. a 25.2.2020) nebo telefonem či e-mailem nejpozději **do** pondělí **9.3.2020**. Záloha se nevybírá, utratíte jen za startovné (případně) a za to, co si objednáte v restauraci.