



# Region Slezská brána

Radniční náměstí 300, 739 34 Šenov, IČ 69609969



**Srdečně Vás zveme na další ročník**

## **„Branného závodu“ Regionu Slezská brána**

**Termín konání: 16. 5. 2019** – zahájení 9:00 hodin, prezenze od 8:30 hod., konec předpoklad do 13.00 hod. *Svozový bus* zajišťuje **Ing. Lysek: 602883789**

Prosím o potvrzení účasti a počtu družstev **do 6.dubna 2019** na mailovou adresu: [marek.mara.veselka@centrum.cz](mailto:marek.mara.veselka@centrum.cz)

## **Pořadatel: Základní škola a mateřská škola Raškovice**

**Místo konání:** Raškovice, Vyšní Lhoty – směr Kršle a kolem řeky Morávky

**Zajištěno:** pro všechny soutěžící svačina, pitný režim, účastnický list a malá odměna pro každého, ceny pro nejlepší družstva, pohár pro celkového vítěze závodu.

Cíl závodu: na trase prověřit fyzickou zdatnost účastníků společně se znalostmi a dovednostmi, které je potřeba mít pro zvládání krizových situací v oblasti topografie, zdravotní péče a ochrany proti škodlivým látkám.

Závod je určen pro pětičlenná smíšená družstva (družstvo musí mít alespoň dvě děvčata) v kategoriích I (6. a 7. ročník ZŠ) a II (8. a 9. ročník). Do soutěže může být vysláno družstvo sestavené ze závodníků obou kategorií, které pak bude zařazeno do kategorie II.



**Trasa závodu:** kopcovitá trasa s postupným stoupáním a klesáním, závěr trasy se běží kolem vody po rovině.

**Náplně stanovišť:**

Topografie – topografické značky, určení světových stran, orientace v mapě, skládání mapy.

Zdravověda – PP při masivním krvácení, úpal, úžeh, PP při zlomenině horní končetiny, transport raněného (poškození dolní končetiny) na vzdálenost cca 25 m – Zde je možné, že dojde ke změně úkolů – zatím neproběhla příprava

Střelecká příprava – střelba ze vzduchovky, střelba z paintballových zbraní, hod na cíl.

Všeobecné dovednosti a znalosti – třídění odpadů, zeměpisný kvíz, test z Civilní obrany, hasičské dovednosti, rozdělování ohně, přesun míče pomocí okapů z bodu A do bodu B

Fyzické dovednosti – vzpor na rukou, dřepy a kliky během daného časového limitu, člunkový běh s pneumatikou ve vymezeném prostoru

Průběžný úkol – běh se svěřenými předměty po celou dobu závodu (láhve s vodou do hmotnosti 550 g),

Obsah bude rozdělen na stanoviště dle aktuálních možností pořadatele.

**Vybavení závodníků:** sportovní oděv s rukávy pod lokty a nohavicemi pod kolena, ideálně dlouhé nohavice, sportovní obuv vhodná pro chůzi i běh v terénu, vše přiměřené aktuálnímu počasí. Závod probíhá za každého počasí.

Vybavení družstva: buzola, psací potřeby.

**Popis trasy – viz mapa níže**

Start – U Bobra (červené tečky) – pod mostem na druhou stranu silnice, podél silnice po chodníku k odbočce vpravo, asfaltová cesta, na stanovišti kontejnerů odbočka kolem potoka do lesa, mostek, polní cesta stále do kopce ke kapličce, u kapličky rovně pokračuje cesta z kopce na Demlovice – příchod k asfaltové cestě, odbočka doprava, asfalt končí a pokračuje se po polní cestě k řece dále podél břehu řeky po proudu až k mostu (cíl celkem cca 6,2 km)

Skupina závodníků běží/prochází celou trasu a plní jednotlivé úkoly. Celou dobu jim běží čas. Případné „čekačky“ na stanovištích jsou zaznamenávány do karty a budou odpočítány od celkového času, bodování disciplín je samostatně, neovlivňuje čas.

Trasa pro mladší může být dle dohody změněna či krácena, ale jinak zatím dle popisu.

Výsledek pro vítěze bude běžecký čas- „čekačky“ + umístění ve znalostech a dovednostech (např. druhé místo v rychlosti+ 4. místo v dovednostech = součet 6 atd.)

Úkoly a disciplíny se mohou mírně pozměnit v závislosti na počasí, počtu lidí na stanovištích, organizačních důvodů.

[Nápady, připomínky a jiné zasílejte na adresu: marek.mara.veselka@centrum.cz](mailto:marek.mara.veselka@centrum.cz), v případě dotazů mě kontaktuje na výše uvedeném mailu.



