

SLOVO ÚVODEM

Vážení přátelé, běžci, diváci, hosté. AC Rumburk je opět po sedmi letech pořadatelem Mistrovství České republiky v přespolním běhu, krátce v "KROSU". V roce 2015 to bylo velmi povedené MČR a věříme, že jsme udělali vše, aby rok 2022 byl ještě lepší! Úžasným místem pod vrcholem Dymníku, je Resort fotbalgolfového hřiště, na kterém jsou tratě pro kros připravené. Zázemí a nádherná příroda tak dokresluje prostředí předzahrádky Národního parku České Švýcarsko. Zveme vás na nejběžecovou akci v přírodě, kterou Český atletický svaz pořádá. Pojdte si zaběhat, ochutnat atmosféru a vyzkoušet, jak se běhá těm nejlepším atletům České republiky.



VEŘEJNÝ BĚH A ŠTAFETY SOS

Pokračujeme ve skvělém projektu se Svazkem Obcí Sever. Pořádáme další atletickou, tentokrát běžecovou výzvu. V rámci MČR se uskuteční veřejný běh na 1 km a štafeta 4x1 km, kdy se může závodu zúčastnit každý běhuchtivý človíček, od dětí po dospělé. Pojdte si užít atmosféru největší běžecové akce v České republice - Mistrovství ČR v krosu, přespolním běhu s atlety z pořádajícího AC Rumburk. Na start veřejného běhu se může postavit každý, kdo se přihlásí. Štafety mohou být složeny z běžců různého věku, kluci, holky, ženy i muži všech kategorií. Od štafet jednotlivých měst a obcí Sdružení Obcí Sever, oddílových štafet, firemních štafet nebo štafet složených z přátel, kamarádů, třeba i na místě. Je to jedinečná příležitost běžet na MČR!

GROOVE ARMY

Bubenická show Tokhi & the Groove Army je originální projekt, který vychází z principů brazilské samby, ale v několika aspektech ji přesahuje. Skupina bubeníků používá nástroje typické pro slunnou Brazílii a mimo klasických rytmů pro tzv. Samba baterra hraje Groove Army i moderní beaty, inspirované například hip hopem, r'n'b, případně groovy a rytmy původem ze všech koutů světa.



Nádherný prostor Dymníku a nejlepší běžci z celého Česka je dobrá kombinace, ale když k tomu přidáme nejlepší bubeníky GROOVE ARMY, kteří popoženou běžce ještě k rychlejšímu tempu, bude MČR na té nejlepší úrovni.

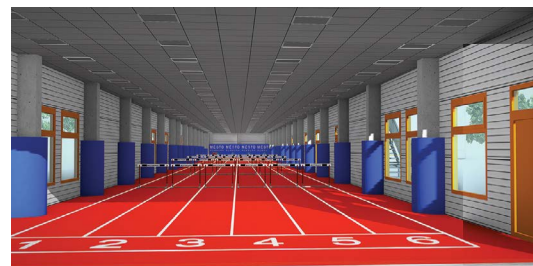
ČASOVÝ PROGRAM MČR V KROSU

10:00	Štafeta - veřejnost	4x1 km
10:30	Veřejný běh	1 km
10:45	Štafeta mladší žactvo BP	4x1 km
11:00	Vyhlášení vítězů štafeta + veřejný běh	
11:10	ŽENY VYTRVALKYNĚ MČR	8 km
11:55	Slavnostní zahájení	
12:05	Vyhlášení štafety - mladší žactvo	
12:10	MUŽI MÍLAŘI MČR	4 km
12:35	Vyhlášení vítězů - ženy vytrvalkyně	
12:40	Štafeta - starší žactvo BP	4x1 km
12:55	Vyhlášení vítězů - muži mílaři	
13:00	ŽENY MÍLAŘKY MČR	4 km
13:20	Vyhlášení vítězů - štafeta starší žáci	
13:25	Štafeta - dorost BP	4x1 km
13:40	Vyhlášení vítězů - ženy mílařky	
13:45	MUŽI VYTRVALCI MČR	10 km
14:35	Vyhlášení štafety - štafeta dorostenci	
14:40	JUNIOŘKY MČR	4 km
15:05	Vyhlášení vítězů - muži vytrvalci	
15:10	JUNIOŘI MČR	6 km
15:40	Vyhlášení vítězů - junioři + juniorky	

AC RUMBURK

Jsmo atletický klub, který pracuje na území města Rumburku a celého Šluknovského výběžku s malou přestávkou už skoro 40 let, to nám bude v květnu roku 2023.

V minulosti jsme už několik MČR uspořádali, vedle krosu nám patří i poslední pořádaní chůze na 50km v ČR, které se událo v Rumburku v roce 1997. My z AC Rumburk jsme ti, kteří připravili projekt rekonstrukce Městského atletického stadionu, my jsme ti, kteří závodí ve všech soutěžích LKAS | Libereckého krajského atletického svazu |. Trénujeme, vychováváme mladé šikovné atletky a atlety, kteří mají atletiku jako vášeň. Atleti z AC Rumburk jsou garantem královny sportu ve Šluknovském výběžku.



OD KROSU 2015 DO KROSU 2022

Sedm let v životě atleta znamená mnoho, na začátku kariéry to jsou nádherné roky žákovského a dorosteneckého věku, v období dospělého atleta to může být celá top kariéra. Pro nás v AC to bylo 7 let obrody, znovunalezení slávy atletiky v Rumburku. Kros v roce 2015 byl impulzem k realizaci nového stadionu, na kterém vyrostla další generace atletů celého Šluknovského výběžku. A rok 2022 opět není jen tak obyčejný rok, znovu se snažíme o vylepšení a dotvoření díla z roku 2017, potřebujeme postavit zázemí na stadionu a k tomu jako přidanou hodnotu řešíme tréninkový prostor - běžecový tunel. Máme prováděcí studii metodou Desing and Build, kterou jsme financovali z prostředků AC. Řešíme možnosti financování a realizaci. Nakonec mohou napsat, že kros může být opět odrazovým můstkem k realizaci dodělání městského stadionu.

OD STADIONU 2017 K BĚŽECKÉMU TUNELU

MISTROVSTVÍ ČESKÉ REPUBLIKY 2022 V PŘESPOLNÍM BĚHU

KROS

SOBOTA 26. 11. 2022
RESORT DYMNÍK | RUMBURK

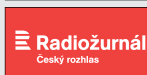
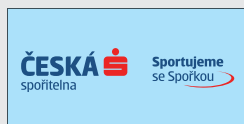


10.00 HOD. VEŘEJNÝ ZÁVOD
11.10 HOD. ŽENY | 8 KM
11.55 HOD. SLAVNOSTNÍ ZAHÁJENÍ
12.10 HOD. MUŽI - MÍLAŘI | 4 KM
13.00 HOD. ŽENY - MÍLAŘKY | 4 KM
13.45 HOD. MUŽI - VYTRVALCI | 10 KM
14.40 HOD. JUNIORKY | 4 KM
15.10 HOD. JUNIOŘI | 6 KM

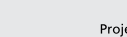
WWW.ATLETIKA.CZ

Oficiální partneři Českého atletického svazu

Generální partner
Českého atletického svazu



Místní partneři



Projekt vznikl
za podpory