**PROPOZICE MČR - KROS 2015**

**Pořadatel**: Z pověření ČAS technicky zajišťuje Athletic Club Rumburk.  
**Datum**: Sobota 21. března 2015.  
**Místo**: Rumburk - Fotbalgolf Park Dymník /Výletní 775/9, Rumburk, Česká republika/  
**Vedoucí činovníci:** Delegát ČAS Mgr. Václav Fišer Technický delegát Jindřich Linhart  
 Předseda OV M-ČR Jan Rein Ředitel závodů ing Michal Šandera  
 Hlavní rozhodčí Oskar Opavský  
**Přihlášky**: Podávají oddíly na webové stránce ČAS (http://www.atletika.cz),  
a to od pondělí 9. do pondělí 16. března 2015, uzávěrka přihlášek je 16. března 2015 ve 24.00 hodin.  
**Startují**: Mladší žákyně    2002/2003    2 km Mladší žáci    2002/2003    2 km  
 Starší žákyně    2000/2001    3 km Starší žáci    2000/2001    3 km  
 Dorostenky    1998/1999    3 km Dorostenci    1998/1999    4 km  
 Juniorky    1996/1997    4 km Junioři    1996/1997    6 km  
 Ženy    1995 a starší    6 km Muži - Vytrvalci    1995 a starší    10 km  
 Muži - Mílaři    1995 a starší    4 km  
**Závodní kancelář:** Bude otevřena v pátek 20. března 2015 od 17.00 do 19.00 hodin - hotel Lužan - Lužické náměstí Rumburk a v sobotu 21. března v areálu Fotbalgolf Park Dymník - od 7:30 do 9:30 hodin.  
 **Časový pořad:**  
**Pátek 20. 3. 2015**  
17:00 - 19:00    Prezentace - M-ČR kros 2015 20:00 - 23:00h Galavečer k M-ČR - DK Rumburk  
**Sobota 21. 3. 2015**  
**07:30-09:30h** Prezentace - M-ČR kros 2015 **10:00-12:30h** Prezentace veřejný závod  
**10:20h** Zahájení MČR  přespol. běhu pro rok 2015  
**10:30h** Mladší žákyně 2km (1x velký okruh) **10:45h** Mladší žáci  2km (1x velký okruh)  
**11:00h** St. žákyně 3km(1x malý + 1x velký okruh) **11:25h** St. žáci 3km (1x malý + 1x velký okruh)  
**11:55h** První blok vyhlášení vítězů  
**12:00-13:00h** Veřejný závod - volný start 2km (1x velký okruh)  
**13:10h** Muži-mílaři  4km (2x velký okruh) **13:35h** Ženy  6km (3x velký okruh)  
**14:10h** Muži 10km (5x velký okruh)  
**15:10h** Druhý blok vyhlášení vítězů  
**15:15h** Dorostenky 3km (1x malý + 1x velký okruh) **15:40h** Dorostenci  4km (2x velký okruh)  
**16:10h** Juniorky 4km (2x velký okruh) **16:30h** Junioři  6km (3x velký okruh)  
**17:10h** Třetí blok vyhlášení vítězů **17:15h** Vyhlášení běžecké výzvy  
**17:20h** Losování cen - tombola