

BĚH RUŠKA 2026

ZŠ ŠTĚRBOHOLY



ROZPIS

8.10 - 8.20	II. A
8.20 - 8.30	II. B
8.40 - 8.50	I. A
9.00 - 9.10	I. B
9.20 - 9.30	III. A
9.40 - 9.50	III. B
10.05 - 10.15	IV. A
10.20 - 10.30	IV. B
10.40 - 10.50	V. A
11.00 - 11.10	VI. A
11.15 - 11.25	VII. A
11.30 - 11.40	VIII. A
11.45 - 11.55	IX. A

PRAVIDLA

- ∞ Třídy jsou připraveny a nastoupeny v parku Hrušov 5 minut před startem.
- ∞ Trať má délku 400 metrů – záchytné body jsou každých padesát metrů.
- ∞ Start je hromadný.
- ∞ Délku tratě si běžec určí sám dle kondice. Běží, seč mu síly stačí, nejdéle však 10 minut.
- ∞ Není důležitá rychlost, ale vytrvalost. Každému závodníkovi se počítají uběhnuté metry.
- ∞ Pokud žák nedoběhne celý okruh, zastaví se u nejbližšího záchytného bodu a čeká na pokyn organizátora.
Společně zapíší uběhnuté metry.
- ∞ Po zapsání se běžec hlásí u své třídní učitelky.
- ∞ Dle zájmu a možností mohou za třídu běžet i učitelé, vychovatelé a asistenti pedagoga.