



## PROPOZÍCIE 9. PRETEKOV

### SLOVENSKÝ POHÁR V ZIMNOM PLÁVANÍ - SEZÓNA 2024/2025

**DÁTUM:** 22.3.2025 od 8:00 do 17:00 hod.

**ORGANIZÁTOR:** Otužilci a zimní plavci Trenčianske tulene OZ

**MIESTO:** Kemping Rybníky Opatovce - Trenčín  
GPS súradnice 48.8598185, 17.9666783

**PRIHLASOVANIE:** online na webovej stránke <https://pohar.sportoveotuzovanie.sk/sutaze>  
alebo [www.sportoveotuzovanie.sk](http://www.sportoveotuzovanie.sk) 3.3. – 20.3.2025 do 12:00 hod  
Zmena trate umožnená do 22.3.2025 8:00 hod. pri registrácii na mieste



**INFORMÁCIE:** Zoltán Makai mail: [mazo@mazo.sk](mailto:mazo@mazo.sk) mob. +421 918 767 760  
Eva Ležovičová mail: [eva.lezovicova@levita.eu](mailto:eva.lezovicova@levita.eu) mob. +421 905 737 538  
Zdenka Švantnerová - [svantnerovaz@gmail.com](mailto:svantnerovaz@gmail.com) mob. +421 915 707 015

**ŠTARTOVNÉ:** **Iba prevodom na účet : SK51 8330 0000 0020 0158 0595**  
(informácia pre príjemcu : Meno, Priezvisko, Opatovce 2025)  
**platba musí byť realizovaná najneskôr do 20.3.2025**  
**20 € základné štartovné za jednu trať (50m až 1 km)**  
**7 € za každú ďalšiu disciplínu (platí aj pre 1 míľu, môže ju plávať**  
**iba ten, kto je prihlásený na 1 km)**  
**3 € do fondu Slovenského pohára v zimnom plávaní**  
V základnom štartovnom je zahrnuté: jedna trať, vstup do areálu  
Kemping Rybníky Opatovce, parkovanie, teplé jedlo, občerstvenie, teplý  
čaj, medaile, diplomy  
Na vlastné náklady : ostatné jedlo a nápoje, iné ..

#### LEKÁRSKA PREHLIADKA:

**Krátke trate – 50 m a 100 m**

Podpísané „Čestné prehlásenie o zdravotnom stave“ si každý plavec na krátku trať prinesie vypísané so sebou na registráciu na mieste pretekov.  
Čestné prehlásenie je na <https://pohar.sportoveotuzovanie.sk/dokumenty>  
Vyžaduje sa dobrý aktuálny zdravotný stav.

**Dlhé trate – 250 m, 500 m, 750 m, 1 000 m a 1 míľa (1 650m )**

Vyžaduje sa platné potvrdenie o zdravotnom stave (ďalej len LP). Plavec nahrá sken alebo foto LP do svojho profilu v systéme Slovenského pohára.

#### TECHNICKÉ ZABEZPEČENIE:

Miesto na prezlečenie, teplé zázemie, vstup do vody, vyznačenie tratí, podporný čln na vode

**JURY:** Hlavný rozhodca – Vladimír Lysičan  
Riaditeľ pretekov – Zdenka Švantnerová  
Zástupca plavcov – Richard Nyáry



### TECHNICKÉ PARAMETRE PRETEKU

**TEPLOTA VODY:** aktuálne meranie v deň pretekov (predpoklad 8-10 st.C)

### **ČASOVÝ HARMONOGRAM:**

Registrácia: 08:00 – 09:45 hod.  
Otvorenie pretekov: 10:00 - 10:30 hod.  
Preteky: 10:45 – 15:00 hod.(obed pre rozhodcov medzi traťami 250 a 100 m)  
Vyhodnotenie: 15:30 – 17:00 hod.

### **PORADIE TRATÍ:**

50 m VS, prsia – 1000 m VS – 750 m VS – 500 m VS – 250 m VS – 100 m VS, prsia – 1650 m

### **PRIHLASOVANIE NA TRATE:**

Krátke trate bodované: 50 m a 100 m prsia, 50 m a 100 m voľný spôsob  
plavec môže štartovať na ľubovoľnom počte krátkych tratí (1 a viac),  
ktoré sú vypísané organizátorom  
Dlhé trate bodované: 250 m, 500 m, 750 m, 1 000 m voľný spôsob  
plavec prihlásený na dlhú trať môže štartovať aj na 1 krátkej trati  
**Nebodované :** **1 míľa (1650m) otvorená súťaž pre každého záujemcu kto odpláva**  
**Bodovanú trať 1 000m tzv. „COMBO“ trať**

Štartovné plavec platí za každú trať osobitne, príspevok do fondu SPZP sa platí len 1x v daný termín pretekov. Bodujú sa všetky odplávané, súťažné, bodované trate. Celkový počet bodov je súčtom bodov zo všetkých odplávaných bodovaných tratí.

### **KATEGÓRIE PRETEKU:**

Muži	od 18 do 25 rokov
Muži Masters A	od 26 do 40 rokov
Muži Masters B	od 41 do 55 rokov
Muži Masters C	nad 56 rokov
Ženy	od 18 do 25 rokov
Ženy Masters A	od 26 do 40 rokov
Ženy Masters B	od 41 do 55 rokov
Ženy Masters C	nad 56 rokov
Juniori	do 18(do 15 r. treba doložiť písomný súhlas rodiča)

### **POVINNÁ VÝBAVA PLAVCA - na otvorenej vode (neplatí pre preteky v bazéne):**

plavecká bója – na dlhých tratiach od 250 m a vyššie

### **POVOLENÁ VÝBAVA PLAVCA:**

štandardné plavky, plavecké okuliare  
plavecká silikónová alebo neoprénová čiapka, prípadne nízka obuv  
na ochranu nohy pred poranením

### **ZAKÁZANÁ VÝBAVA PLAVCA:**

Neoprénové plavky, topánky nad členky alebo rukavice  
Hodinky, kovové náramky, Tape

### **PRAVIDLÁ PRETEKOV:**

Preteky sa riadia platnými dokumentami pre zimnú sezónu 2024/2025:  
Pravidlá zimného plávania 2024/2025  
Propozície pretekov vydané organizátorom