



Klánovickým lesem na kole i po svých

V pražském Újezdu nad Lesy se v neděli 14. dubna otevře sportovní sezóna. Koná se zde totiž závod kombinující jízdu na kole a běh. Závodit mohou všechny věkové kategorie i handicapovaní sportovci.

Akce, kde hlavní roli hraje kolo a běh, se pořádá letos již po jedenácté. Závodníci odstartují během, poté přesedlají na kolo a cílovou rovinku opět poběží. Délka trasy závodu se liší dle kategorie: hlavní závod pro muže je na 3km běh – 25km kolo - 2 km opět běh, pro ženy pak na 3 - 12 – 1 km. Soutěží se v také v dětských kategoriích holky/ kluci a samozřejmě kategorie ženy a muži. Ani na nejmenší organizátoři nezapomněli, pro ty je připraven speciální závod zvaný Mikroduatlon a je určen sportovcům do šesti let.

Závod je také možný absolvovat v kategorii dvoučlenných štafet. Jeden z dvojice měří své síly v běžecké části a druhý v cyklistické.

Tradičně se akce účastní také handbikeři (speciální kolo na ruční pohon pro handicapované - například vozíčkáře). Ti závodí v rámci poháru Handicap.

Újezdský duatlon je známý svou pohodovou atmosférou, ale i vysokou úrovní a krásným prostředím. Trasa závodu vede Klánovickým lesem po zpevněných cestách s minimálním převýšením, k účasti stačí tedy jen běžecké boty a kolo.

Pro účastníky je připraveno profesionální zázemí v podobě šaten, sprch, úschovny zavazadel i kol. Nabízí se i takový servis jako je možnost umytí kola či masáže. Navíc děti se mohou těšit na zábavný program pro celý den.

Přihlaste se i Vy na www.triprozdravi.cz nebo na místě v den akce.

Újezdský duatlon je součástí 11.ročníku Újezd.net "Seriálu Tři závodů pro zdraví".

Další dva závody, které doplňují tuto trojici je zážitkový závod dvojic - Klánovický Mini Adventure konaný 12. května v Praze Klánovicích a MTB + Trail Run Úvaly (závod na horských kolech a terénní běh) pořádaný v sobotu 16. června 2019 v Úvalech. Sportovní sezóna vyvrcholí 20. října Klánovickým 1/2 Maratonem.

Svým charakterem jsou tyto závody spíše komorní, ale o to

větší je na nich jeho pohodová atmosféra.



Tři pro zdraví, z.s.
Sudějovická 406
190 16 – Praha 21
www.triprozdravi.cz

Ještě jste nebyli? Tak doražte letos a udělejte něco pro své zdraví. Naše motto je:
Když zážitek je víc než výkon.
Více informací o duatlonu či celém seriálu závodů naleznete na www.triprozdravi.cz.

Kontakt pro média:

Barbora Kalvach
Tři pro zdraví, z.s.
Email: barbora.kalvach@gmail.com
tel: 731 585975

