

22. 9. 2022



**Konjiški
maraton**

NAVODILA TEKAČEM

NAVODILA UDELEŽENCEM
10. KONJIŠKEGA MARATONA

Spoštovani,

veseli nas, da ste se prijavili na 10. Konjiški maraton. Skoraj 1.500 tekačev bo v nedeljo, 25. 9. 2022, preteklo Maraton z dušo na 5-, 10- in 21-kilometrski trasi, hkrati pa bosta potekala tudi državno in balkansko prvenstvo v cestnih tekih na 10 km.

*Želeli bi vas opomniti, da na maratonu nikar ne pozabite teči preudarno, v skladu s svojimi zmožnostmi in upoštevajoč morebitne nasvete vašega zdravnika. **Izkoristite vodne postaje ob progi.** Upoštevajte navodila organizatorja, predvsem pa se vedite športno.*

Ekipa Konjiškega maratona

STARTNA ŠTEVILKA

Prevzem startnih števil in darilnih vrečk bo v avli Doma kulture v Slovenskih Konjicah. (Glej skico »prizorišče«, **PRIJAVNICA**.) Prevzem bo možen:

- **v soboto, 24. 9. 2022, od 16.00 do 18.00 in**
- **na dan tekmovanja od 7.00 do najkasneje 9.00.**

Prevzem startne številke za posamične prijave bo mogoč le **ob predložitvi potrditvenega elektronskega sporočila s startno številko**, ki ga prejmete najkasneje do petka, 23. 9. 2022, na elektronski naslov, ki ste ga vpisali ob prijavi. Potrdilo lahko pokažete tudi na svojem mobilnem telefonu. Med posamične prijave spadate **tudi tisti, ki ste se prijavili preko Hervis SportsCluba**.

Za skupinske prijave vse startne številke prevzame **vodja skupine** s potrditvenim sporočilom za prevzem skupinske prijave, ki ga prav tako prejme na elektronski naslov, vpisan ob prijavi.

S sponkami, ki so priložene, startno številko namestite na prsi. Startna številka mora biti vidna (ne prekrita z oblačili), saj je na njej tudi čip, s katerim merimo tekaški čas. **Startne številke ni dovoljeno prepogibati – zgodi se lahko, da boste pri tem poškodovali čip** in vaš čas ne bo izmerjen. Tekači brez startne številke bodo izločeni iz tekmovanja na startu ali na progi.

NOVO: Na startni številki bo letos nameščena tudi QR koda, ki bo omogočala, da boste na spletni strani getpica.com lahko dostopali do nabora svojih fotografij.

START MARATONA (Kraj, ura, način)

Start in cilj maratona bosta na Mestnem trgu v Slovenskih Konjicah, pred Domom kulture. **Start na 10 in 21 km je ob 9.30, na 5 km pa ob 9.50.**

GARDEROBA

Ob prijavnici bo postavljen garderobni prostor, kjer bo mogoče pustiti svojo garderobo. Prireditev tušev ne zagotavlja. **Garderoba bo odprta med 7.00 in 12.00.** (Glej skico »prizorišče«.)

PROGRAM PRIREDITVE

7.00–9.00	Prevzem startnih števil in darilnih vrečk v Domu kulture
8.30	Pričetek programa z nastopom skupine Take Off in Poweršok
9.30	Start na 10 in 21 km
9.50	Start na 5 km
11.15–12.00	Prijavnica Tek šolarjev v Domu kulture
11.30	Podelitev medalj v absolutnih kategorijah na tekaškem odru
11.30–12.30	Prevzem medalj po starostnih kategorijah na Info točki
12.30	Start Konjičkovega teka
12.45	Start Teka šolarjev
13.20	Podelitev medalj Teka šolarjev na tekaškem odru
13.30	Zaključek tekmovanja



TRASE

Trase si lahko ogledate [tukaj](#).



OPOZORILO!

Začetnih 150 m proge je najožji del trase, zato pozivamo vse tekmovalce, da na tem mestu tečejo previdno in strpno.

NOVO: Tekače na 21 km opozarjamo, da je **prvi krog trase (torej prvih 10 km) časovno omejen na 70 minut**. V primeru, da tekač prvega kroga trase na 21 km v 70 minutah ne preteče, bo preusmerjen v cilj s priznanim rezultatom na 10 km.

Po zaključku prvega kroga se trasi v ciljni ravnini ločita. Tekachi na 5 in 10 km bodo tekli DESNO, v CILJ, tekači na 21 km pa se bodo preusmerili LEVO in nadaljevali v drugi krog. Razcep bo označen. (Glej skico »trasa«, razcep v cilju.)

Tekače na 21 km opozarjamo, naj bodo v drugem krogu posebej pozorni na točko, kjer **proga naredi dodatno zanko**. Točka se nahaja na 14,5 km trase (v Zrečah). Razcep bo označen. (Glej skico »trasa«, dodatna zanka na 21 km v 2. krogu.)

Trasa za **tekače na 5 km** se na 2,2 km loči od trase za 10 in 21 km ter se ji v zadnjih dveh kilometrih pred ciljem ponovno pridruži. Odcep in proga bosta ustrezno označena. (Glej skico »trasa«, razcep na 5 km.)

VODNE POSTAJE IN OKREPČEVALNICE



Vodne postaje so postavljene na 2.5 km, 7.5 km, 12.5 km in na 18.5 km trase. (Glej skico »trasa«). Na vodnih postajah bosta v kozarčkih na voljo voda in izotonični napitek **Enervit**.



Okrepčevalnice so postavljene na 4.5 km, 10 km in 14.5 km. (Glej skico »trasa«). Na okrepčevalnicah bosta v kozarčkih na voljo voda in izotonični napitek **Enervit**. Na voljo bodo tudi energijske tablice **Enervit**.

PRIHOD V CILJ

Ko pridete v cilj, boste prejeli spominsko medaljo in plastenko uradne vode Konjiškega maratona **Radenska Naturelle**. Pomembno je, da se po okrepčanju v cilju iz ozkega ciljnega prostora čim hitreje umaknete in daste prostor drugim tekačem.

OBJAVA REZULTATOV

Delni rezultati bodo v živo objavljeni na spletni strani, **tukaj**, in v neposredni bližini Info točke. Uradni rezultati bodo objavljeni na spletni strani Konjiškega maratona na dan teka po 20. uri. Če ste v prijavo zapisali svojo mobilno številko, boste rezultat prejeli preko SMS sporočila.

Tekmovalci, ki boste zasedli prva tri mesta v posamezni starostni kategoriji, boste o tem prav tako obveščeni po SMS sporočilu. Medalje za zmagovalce po starostnih kategorijah lahko prevzamete na Info točki med 11.30 in 12.30. Medalj po pošti ne pošiljamo.

PODELITEV NAGRAD

Podelitev medalj in nagrad za državno prvenstvo in balkanski tek (10 km) ter absolutne moške in ženske kategorije v tekih na 5, 10 in 21 km se bo pričela ob 11.30. Podelitev bo potekala na tekaškem odru v startno-ciljnem prostoru.

Prevzem medalj zmagovalcem po posameznih starostnih kategorijah bo potekal na Info točki od 11.30 do 12.30. Medalje bo mogoče prevzeti le s startno številko in le na dan maratona, po pošti jih ne pošiljamo (Glej skico »prizorišče« INFO TOČKA).

DARILNI PAKET

Tekači boste darilne pakete prejeli skupaj s startnimi številkami. V darilnih vrečkah boste našli spodaj našeta darila.

1. Vrhunska tekaška majica [JOMA](#) za vse tekače, ki ste prijavnino poravnali do 1. 9. 2022.

2. Darilni paket za vse tekače:

- **kuponi ugodnosti** destinacije Rogla-Pohorje,
- mini paketek **ekskluzivnega gela** za masažo **Perskindol**,
- **pločevinka brezalkoholnega radlerja** z okusom grenivke ali limone znamke **Clausthaler**, ki je prvo in največkrat odlikovano nemško brezalkoholno pivo,
- **bio proteinska ploščica** z okusom kakava in lešnika **2 Be Natural**,
- domače konjiško **jabolko [Založnik](#)** ali **[Brečko](#)**,
- ugodnosti in ponudbe nekaterih pokroviteljev.

3. Izvirni darilni paket za prvih 1.000 tekačev, ki poravnajo prijavnino:

- **buteljka sladkega renskega rizlinga [Zlati grič](#)** (za vse polnoletne tekače),
- **hidrolat melise z [Zeliščnega vrta Majnika](#)** iz Žič pri Slovenskih Konjicah, ki blaži in pomirja kožo, deluje protivnetno, nas osveži in stimulira naš imunski sistem,
- **energijska ploščica [Enervit](#)**.

4. Darilo za vse tekače na 21 km: mini med konjiškega **[čebelarstva Žvikart](#)**.

Del paketa boste prejeli po prihodu v cilj.

UGODNOSTI ZA TEKAČE

Poleg bogatega darilnega paketa Maratona z dušo lahko še več ugodnosti za teka preverite [tukaj](#).

GOSTINSKA PONUDBA

Gostinsko ponudbo pod šotorom Hervis bo pripravila Vaška krčma iz Loč, na voljo bosta hrana in pijača po prijaznih cenah.

RAZSTAVLJAVCI

Lokalni ponudniki:

- Zeliščni vrt Majnika
- Turistična kmetija Arbajter
- Čebelarstvo Žvikart
- Marjana Acman – Marvita

Drugi razstavljaljenci:

- **Perskindol**, ekskluzivni gel za masažo Konjiškega maratona, vam nudi brezplačno masažo v izteku.
- **JOMA**: vrhunška tekaška in druga športna oprema (tekači so že prejeli svojo majčko, če so se prijavili do 1. septembra).
- **Enervit**: izotonične pijače, energijske tablice in druga specializirana prehrana za športnike.
- **As Sport Outlet**, ki ponuja športno opremo različnih blagovnih znamk.
- **Konjiški maraton** s ponudbo ugodnih majic s preteklih maratonov (1 majica 10 €, 2 majici 15 €) ter posebne izdaje opreme JOMA ob jubilejnem 10. Konjiškem maratonu.
- **2 BE NATURAL** z naravnimi ovsenimi in proteinskimi ploščica različnih okusov s ponudbo 3 + 1: Plačas 3, dobiš 4.

ZDRAVSTVO

V startno-ciljnem prostoru bo medicinski prostor z zdravniškim in reševalnim osebjem (Glej skico »prizorišče«). Vsi tekači so dolžni upoštevati navodila organizatorja, prav tako pa tudi v času prireditve veljavna zdravstvena priporočila v zvezi z ukrepi proti širjenju virusa covid-19.

PARKIRIŠČA

Parkirišča bodo urejena na različnih mestih v Slovenskih Konjicah:

- **P1 – Tuš**, Oplotniška cesta 1b, parkirnih mest: 130, GPS: [46.3415215, 15.4301254](#)
- **P2 – Mercator**, Slomškova ulica 1 a, parkirnih mest: 150, GPS: [46.3411509, 15.4285423](#)
- **P3 – Konus**, Mestni trg 5, parkirnih mest: 150, GPS: [46.3388411, 15.4272888](#)
- **P4 – Parkirišče Vrtna ul.**, Vrtna ulica 10, parkirnih mest: 80, GPS: [46.3368795, 15.4233729](#)
- **P5 – Parkirišče Šolska ul.**, Šolska ulica 3a, parkirnih mest: 50, GPS: [46.3377957, 15.4203527](#)

INFORMACIJE

Športno društvo Konjiški maraton
Ulica Toneta Melive 8a, 3210 Slovenske Konjice
Spletna stran: www.konjiskimaraton.si
E-pošta: teci@konjiskimaraton.si
Mobitel: **051 655 900**