



Klub českých turistů – Odbor Benešov – ve spolupráci s DDM Benešov a KČT Mrač

Turistům, dálkoplazům, ale i všem ostatním, kteří se nebojí pěší chůze, se na vědomí dává, že již po **jednačtyřicáté** se mohou vydat na

# pochod za povidlovým koláčem

Kdy **v sobotu 4. dubna 2020** trasy 7–50 km a cyklotrasy, **v pátek 3. dubna 2020** trasa 100 km.

Starty **Benešov u Prahy**, školní jídelna u ZŠ Jiráskova ulice (trasa 100 km – 19.00–23.00 hod., trasy 7–50 km a cyklotrasy – 06.00–12.00 hod.);

**Čtyřkoly**, zastávka ČD (trasa 18 km – 07.00–10.00 hod.). **Cíl** pro všechny trasy v Benešově ve školní jídelně u ZŠ Jiráskova ulice 4. dubna 2020 do 22.00 hod.

**Startovné dospělí** 25 Kč, **děti** do 15 let 20 Kč, **sleva** pro členy **KČT** -5 Kč.

**Odměny pohyb** v přírodě, **diplom**, povidlový **koláč**, **razítko** IVV, v cíli **tombola** pro děti do 15 let a dárky od sponzorů. **Doporučená mapa** KČT **Benešovsko 1:50 000**.

**Pěší trasy 7 km Benešov**–okolí zámku Konopiště–**Benešov** • **15 km Benešov**–Konopiště–Chvojen–Jarkovice–**Benešov**

**23 km Benešov**–Konopiště–Úročnice–Václavice–Chvojen–**Benešov** • **35 km Benešov**–Konopiště–Týnec nad Sázavou–Chrástany–Chvojen–**Benešov**

**50 km Benešov**–Týnec nad Sázavou–Kozmice–**Benešov**

**100 km Benešov**–Týnec nad Sázavou–Kamenný Přívoz–Netvořice–Neveklov–**Benešov**–dále po trase 50 km • **18 km Čtyřkoly**–Přestavky u Čerčan–Žiňany–**Benešov**

**Cyklotrasy 22 km Benešov**–Chvojen–Tvoršovice–Mokrá Lhota–**Benešov** • **44 km Benešov**–Václavice–Neveklov–Vrchotovy Janovice– Bystřice–**Benešov**

**82 km Benešov**–Týnec nad Sázavou–Neveklov–Vrchotovy Janovice–Bystřice–**Benešov**

Pořadatel si vyhrazuje v případě nutnosti provést změnu tras.

Při pochodu je možno plnit podmínky akce **Běžecká turistika**, oblastního turistického **odznaku Benešovsko**, městských tras IVV **Okolím Benešova** a **Po stopách Ferdinanda**, turistické akce **Vystup na svůj vrchol** a projektu **Dvoustovka**. Na akci bude vydávat ocenění Lenka Němcová (akce IVV) a Klára Zezulová (Dvoustovka aj.).

✚ Jdi tak, abys neohrožoval své zdraví! ⚠ Nepoškozuj cizí majetek! 🌿 Chraň přírodu, nezatěžuj životní prostředí!

**Ubytování** je zajištěno před pochodem i po pochodu v sále DDM v Benešově ve vlastním spacím pytli. **Občerstvení** z vlastních zásob nebo v restauracích po trasách pochodu. Na akci možnost zakoupení **nové turistické vizitky** pochodu, **odznaku** pochodu, **turistických vizitek** z **Benešova**, turistických známek, **turistických vizitek** a **nálepek pochodu**. Každý startuje na vlastní nebezpečí, děti do 12 let pouze v doprovodu dospělého.

**Informace** Milan Crhák, Jiřího Horáka 1667, 256 01 Benešov u Prahy, tel. 721 712 649, e-mail: Crhak5@seznam.cz.

Běh byl a je turistům blízký, je po chůzi nejpřirozenější způsob lidské lokomoce. Uvážíme-li, že běh přispívá k lepší fyzické kondici, která je následně dobře využitelná při turistice, pak běh jistě stojí za pozornost. Trend není vyměnit chůzi za běh, ale občas přidat k chůzi také běh, resp. **běžeckou turistiku** jako přirozenou, tělu a mysli užitečnou formu pohybu.



Děkujeme našim partnerům a sponzorům



TISKÁRNA MAŠEK a spol. – ofsetový tisk  
Malé nám. 1700, 256 01 Benešov u Prahy  
tel./fax: 317 723 36, mobil: 739 005 451



Mediální partneři



Partner projektu Běžecká turistika

