



Hau kóla

Kmen Jestřábi si Tebe a Tvůj kmen dovoluje pozvat na

11. ročník Lesního Běhu

který se koná 1. května 2010 v Tuchlovicích



Opět si tedy budeme moci vyzkoušet, co už jsme se z Woodcrafterských a tábornických dovedností naučili a v čem ještě nejsme dobří a na čem by jsme ještě měli máknout.

Budeme si tam moci opět vyzkoušet nejen své znalosti (*např. o kytičkách, stromech...*), ale i šikovnost (*v uzlování, střelbě, jízdě zručnosti na kole apod.*) a odvahu (*v lezení a lanových technikách...*). No a po Lesním Běhu se jistě najde i čas, zahrát si i nějaké ty hry a užít i trochu toho poctivého blbnutí :o)
Letos se Lesní Běh opět vrací domů do Tuchlovic, takže zhruba pouhých 30 km od Prahy. V pátek ještě nebudeme organizovat žádný program, ale pro nahlášené účastníky můžeme nabídnout přespání v naší klubovně (*do klubovny se však také vejde jen určitý počet účastníků, proto platí pravidlo, kdo se dřív nahlásí, ten bydlí, takže neváhejte :o*). Ty z Vás, kteří se nevejdou do klubovny, můžeme nechat přespát na zahradě rodinného domu s výhledem na všechny toho dne viditelné hvězdy :o) (*eventuelní další možnosti záleží jen na dohodě a včasném nahlášení :o*).

V sobotu pak bude sraz na samotnou hru, na návsi v Tuchlovicích v 8:15.

U příjezdu autobusů bude pak čekat spojka z našeho kmene, aby Vás doprovodila na start :o)

Spojení tam na sobotu 1.5.2010:

Praha, Hradčanská: **7:30** =) Tuchlovice: **8:10**
(Bus 310610 46, Praha - Rakovník, Anexia s.r.o.)

Kladno aut.st.: **8:30** =) Tuchlovice: **8:49**
(Bus 220038 1, Kladno - Rakovník, Anexia s.r.o.)

Stochov, U Dubu: **8:40** =) Tuchlovice: **8:45**
(Bus 310082 17, Nové strašecí-Praha, ČSAD Kladno)

Spojení zpět na sobotu 1.5.2010:

Lány, nám.: **18:16** =) Praha, Hradčanská: **19:11**
(Bus 310610 29, Rakovník - Praha, Anexia s.r.o.)

Lány, nám.: **19:10** =) Kladno aut.st.: **19:34**
(Bus 220038 14, Rakovník - Kladno, ČSAD Kladno)

Lány, nám.: **18:52** =) Stochov, U Dubu: **18:57**
(Bus 220041 1, Kladno - Kačice, ČSAD Kladno)

V sobotu proběhne samotný Lesní Běh. A po něm odpolední hry pro Ty, kteří již budou mít odběhnut (*či odejít*) závod. Batohy se kterými nepoběžíte si můžete nechat u nás v klubovně a my Vám je pak do cíle dovezeme autem. Každopádně myslete nato, aby jste si měli do čeho dát svačinu a pití :o)

Po Lesním běhu také nově proběhne výuka a poté i **soutěž ve stavbě malého lakotského týpí** na čas!!!
A to i pro ty menší z Vás, neb týpí je opravdu „skřítkovské“ :o)

Po Lesním Běhu bude možné přespát pod vlastními přístřešky, na Louce u rybníka Pánova Louka, nedaleko Lán. Na louce je možné i rozdělat oheň, takže určitě budou i kytary, zpěv a pohoda. :o)

V neděli již není plánován program pro děti mladší 10. let. Pro starší deseti let bude však připraven orientační běh **Woodcrafterské Bloudění** (*viz. samostatná pozvánka*), na kterém si budete moci nejen protáhnout tělo, ale i splnit čin z orientačního běhu.

Sobotní spojení zpět tedy samozřejmě platí jen pro ty, kdo se nezúčastní v neděli i Woodcrafterského Bloudění 2010 a ty kteří s námi nebudou chtít posedět u ohně a přespát pod hvězdami, na louce u rybníka :o)

A co je to vlastně Lesní Běh?

Kolem roku 2000 vznikl v našich hlavách nápad uspořádat soutěž, v níž by mohli lidičkové z celé LLM měřit své síly v různých woodcrafterských a táborských dovednostech. Rozhodli jsme se, že tato soutěž by měla být organizována podle pevně napsaných pravidel. A aby mohli mít všichni stejné šance a každý mohl uspět co nejlépe, rozhodli jsme se vytvořit propozice, v nichž budou uvedeny nejen všechny disciplíny ve kterých se bude soutěžit, ale také všechny otázky které tam soutěžící mohou čekat. U starších se předpokládá, že si dokážou odpovědi na otázky zjistit sami a dokážou si vyhledat potřebné informace. No a vzhledem k tomu, že ti mladší z nás, těžko budou obcházet knihovny a pročitat literaturu, aby zjistili odpovědi k daným otázkám, dali jsme do těchto propozic pro mladší kategorie i správné odpovědi. Díky tomu se z těchto propozic může každý i naučit jak být v této soutěži co nejlepší :o)

A jak samotná soutěž vypadá?

Závod probíhá ve dvojicích, zařazených do kategorií podle věku. Pro zařazení do kategorie je vždy rozhodující věk staršího z dvojice.

Věkové kategorie jsou: A: 7 - 9 let, B: 10 - 13 let, C: 14 - 17 let, D: 18 - 99, E: 99 - †

Po prezentaci před startem je dvojici oznámen čas startu (*dvojice mezi sebou mají rozestupy přibližně 3 - 4 minuty*). Po odstartování a vyběhnutí na trať dvojici začne běžet čas. Jejím úkolem je projít či proběhnout vyznačenou trať (*značení a délku tratě oznámí pořadatel před startem*) a plnit úkoly na stanovištích a zastávkách. Po doběhnutí do cíle odevzdá dvojice startovní listinu pořadateli.

Vítězem se stane ta dvojice, která během soutěže nasbírá na stanovištích a zastávkách nejmenší počet trestných bodů. Čas rozhoduje pouze v situaci, kdy by mělo více dvojic stejný počet trestných bodů. Výsledky jsou pak vyhlášeny hromadně po ukončení závodu.

A z jakých oborů Vás zde mohou čekat otázky a disciplíny?

Z Cyklojízdy, Dorozumívání, Jízdních řádů Českých drah, Jízdních řádů autobusů, Orientace mapy, Slaňování, Ručkování, Stavby přístřešku, Střelby ze vzduchovky, Střelby z luku, Uzlování, Zdravovědy, Architektury, Znalosti bylin, živočichů, stop zvířat a pobytových stop, dřevin a hub, důležitých telefonních čísel, mapových značek, ochrany přírody, ekologie, souhvězdí a táborový měření (*pokud jsou všichni soutěžící pouze lidičkové z LLM, tak i z Woodcraftu*).

Podrobná pravidla a aktuální propozice s otázkami si můžete stáhnout na stránkách kmene Jestřábi www.jestrabiinfo.wz.cz v odkazu „**Hry a soutěže**“. Samozřejmě ale do samotného závodu už budete muset nastoupit bez propozic, jen s tím co máte v hlavách a co jste se již naučili ;o) No a uvidíte, jestli to bude stačit na vítězství ;o)

Co sebou potřebujete:

Nějaký ten peníz na autobusy, šátek, tužku, sešit, oblečení vhodné k počasí, pláštěnku, do batůžku svačinu a pití na celý den a hodí se i hodinky. No a samozřejmě dobrou náladu ;o) Ti kdo budou pak přespávat v klubovně i věci přespání, a kdo zůstává až do neděle i věci na přespání v přírodě, včetně přístřešku

Jídlo:

Vezměte si prosím vlastní jídlo na celý den, či víkend. Vaření je možné v pátek v klubovně na vařiči, či v rychlovarné konvici. V sobotu přes den jedině na vlastních vařičích a večer pak na ohni.

Nahlašujte se prosím do 25.4.2010 na stránkách LLM, či přímo mně. Na mne prosím směrujte i případné dotazy. Děkuji.

S modrou oblohou, HLAD mail: dajda.hlad@centrum.cz