



ČSOB BRATISLAVA
MARATHON 2023



18th
edition

01-02.04.
2023

Online magazín

www.bratislavamarathon.sk



Obsah

3	Prihovory Matúš Vallo a Paco Borao
5	Prihovor Daniel Kollár
6	Prihovor Jozef Pukalovič
7 - 9	Program podujatia
10 - 11	Program Marathon HUB
12 - 13	Cesta k ČSOB Bratislava marathon 2023
14 - 15	Cvičko
17 - 18	Tipy a odporúčania pred RACE DAY
19	Pokyny pre pretekárov – detské behy
20	Mapa detských behov
22 - 23	Pokyny pre pretekárov – minimaratón, senior run a desiatka
24	Mapa minimaratón
25	Mapa desiatka
26 - 27	Pokyny pre pretekárov – nedeľa
29	Mapa maratón, polmaratón, štafetové behy
31 - 32	Majstrovstvá MV a PZ SR v polmaratóne
34 - 36	Pokyny pre štafetový polmaratón
37 - 38	Pokyny pre štafetový maratón
40 - 41	Popis trate podujatia
42	Mapa technického zázemia
44 - 46	Príbehy našich ambasádorov
47	Zahraniční ambasádori
48 - 49	Verní maratónci
50	Vodiči
51 - 52	Event Merchandise
54	Organizačný team podujatia



Mili športovci a športovkyne, mili priaznivci behu,

čaká nás ďalší ročník jedného z najvýznamnejších jarných bežeckých podujatí – už v poradí 18. ročník ČSOB Bratislava Marathon. Podujatie, ktoré opäť spojí nielen tých, ktorí majú radi beh a aktívne sa mu venujú, ale aj tých, ktorí prídu cielene či náhodne povzbudiť bežcov, s tými, ktorí podujatie vyhľadávajú jednoducho pre atmosféru, ktorú ponúka.

Podujatia, ktoré podporujú u Bratislavčanov a Bratislavčaniek záujem o pohyb a šport, sú pre život v meste dôležité. Podpora amatérskeho športu akéhokoľvek druhu je aj pre mňa jednou z priorit. V mestách, v ktorých sa darí rozvíjať amatérsky šport, ktoré poskytujú dostatočné možnosti a príležitosti na športové aktivity, sa totiž lepšie žije.

Počas prvej aprílovej nedele si bude môcť prísť zabehať spoločne s ďalšími naozaj každý – tí, ktorí si trúfajú na maratón, aj tí, ktorí sa cítia komfortne pri minimaratóne, bežať môžu seniori aj deti. Opäť si budeme môcť zabehať inak ako zvyčajne.

Ďakujem všetkým, ktorí pobežíte a hlavne organizátorom podujatia ČSOB Bratislava Marathon 2023, vďaka ktorým je Bratislava o zážitky športového rázu bohatšia. Nech je nás stále viac a pribúda tých, ktorí majú radosť z pohybu.

Ďalší rok pokračujeme, priatelia!

Matúš Vallo

primátor mesta Bratislava



Mili fanúšikovia podujatia ČSOB Bratislava Marathon,

Je pre mňa potešením zablahoželať celému organizačnému tímu, ako aj samotnému mestu Bratislava k 18. ročníku vášho maratónu. Dokazuje to pevnú vieru v pozitívne stránky, ktoré takéto bežecké preteky prinášajú toľkým ľuďom na celom svete

Od Asociácie AIMS (Association of International Marathons and Distance Races) a v mene jej medzinárodného členstva prijmite naše pranie, aby ste dosiahli úspech, ktorý si všetci zaslúžite za svoje odhodlanie vrátiť svoje preteky na najvyššiu úroveň atletiky.

Opäť sme v AIMS hrdí na túto skvelú udalosť od nášho člena! Prajem vám úspešné a krásne podujatie.

Paco Borao

Prezident AIMS

DOBEHNI NA ČSOB BRATISLAVA MARATHON, NECH SI KDEKOL'VEK

LÍSTKY NA VLAK A BRATISLAVSKÚ
MHD V ČSOB SMARTBANKING



Viac informácií na www.csob.sk/smartbanking



Ťažko na cvičisku, ľahko na maratóne

Príprava na najväčšie bežecké podujatie v našom hlavnom meste, pre mnohých aj na vrchol svojej bežeckej sezóny, býva väčšinou zdĺhavá a náročná. V tomto roku vám však ČSOB z pozície dlhodobého generálneho partnera podujatia ČSOB Bratislava Marathon spolu s organizátorom agentúrou BE COOL prináša novinky, vďaka ktorým môže byť vaša príprava ešte dôkladnejšia a pohodlnejšia.

Už tradičnou súčasťou prípravy je **ČSOB Zimná séria**, ktorá dáva vám, bežcom, možnosť zasúťažiť si aj v zimnom období. Táto séria podujatí začala Mikulášskou edíciou v decembri 2022, pokračovala Trojkráľovým behom v januári 2023, Valentínskym behom vo februári a zavŕšil ju MDŽ beh v marci. Novinkou v príprave na ČSOB Bratislava Marathon sa stali **špeciálne outdoorové tréningy na Cvičkách**, ktorých vznik v minulom roku finančne podporila naša ČSOB nadácia, a tie umožňujú všetkým Bratislavčanom vyplaviť endorfíny z tela počas celého roka na 6 rôznych miestach na oboch brehoch rieky Dunaj.

Aby sme bežcom aj návštevníkom pomohli v rozhodovaní, akú formu dopravy na podujatie si zvoliť, umožníme všetkým užívateľom našej mobilnej aplikácie ČSOB SmartBanking počas nedele 2. apríla 2023, v deň konania hlavných disciplín, zakúpiť si 24-hodinový **listok na bratislavskú MHD zadarmo**.

V ČSOB podporujeme nielen zdravý životný štýl, ale aj ochranu zdravia ako takého. Preto sa s dôkladnou prípravou na podujatie spája aj výber správneho poistenia. Ak si ako disciplínu zvolíte maratón, polmaratón, beh na 10 km či minimaratón, môžete si bezplatne uzatvoriť **poistenie Spirit** od našej ČSOB Poistovne, s ktorým budete finančne krytý v prípade úrazu pri behu počas podujatia.

Nezabudnite, že poctivá príprava je základom úspechu. Nie nadarmo sa totiž hovorí, že „ťažko na cvičisku, ľahšie na bojisku“. A tým bojiskom bude v dňoch 1. a 2. apríla 2023 už 18. ročník ČSOB Bratislava Marathon, na ktorý vás všetkých pozývam.

Daniel Kollár
generálny riaditeľ ČSOB



Milé bežkyne a bežci,

V čase písania týchto riadkov začína marec a nám sa štartová listina zaplnila už viac ako 7.000 bežcami. Vychádzajúc zo štatistík z predchádzajúcich ročníkov je zrejmé, že na štarte niektorej z disciplín 18. ročníka podujatia sa postaví viac ako 10.000 bežcov z minimálne 50 krajín celého sveta.

Po 2x zrušenom ročníku 2020, „polo-covidových“ rokoch 2021 a 2022 tak verím, že prichádza ročník, ktorý nás opäť pomaličky vráti k podujatiu, tak ako ste si na neho zvykli.

ČSOB Bratislava Marathon oslavuje 18 rokov od svojho vzniku a ja dúfam, že do sveta plnoletých a dospelých vykročíme v plnej sile a tou správnou nohou.

Úspešné 4 diely ČSOB zimnej série, do ktorej sa zapojilo skoro 6.000 bežcov, kvalitná halová príprava či špeciálne tréningy na nábrežných "cvičkách" svedčia o tom, že aj zimné prechodné obdobie bolo bohaté na športové zážitky.

Dnes už stojíme na prahu ďalšieho ročníka podujatia a našim cieľom je vás opäť zaujať.

Rozšírili sme program podujatia o ďalšie atraktívne prvky, "pohrali" sme sa s viacerými organizačnými detailami, aby sme potvrdili dobrý kredit, ktorý si náš mladý maratón vybudoval. Obzvlášť ma teší, že na štart kráľovskej disciplíny - maratónu - sa postaví po niekoľkých rokoch opäť viac ako 1000 pretekárov.

Lezúni, deti, minimaratónci, desiatkári, štafetári, polmaratónci či maratónci, mladí, či seniori, užite si ďalší ročník veľkého bežeckého sviatku v metropole Slovenska a vychutnajte si všetko, čo sme vám spolu s našim teamom a partnermi pripravili.

Na všetkých z vás sa tešíme v cieľovej rovinke, kde sa nezapudnite pekne usmievať, pretože „u nás v Bratislave je víťazom každý“.

Jozef Pukalovič
riaditeľ pretekov

PROGRAM

ŠTVRTOK 30.03.2023

Opening day

- | | |
|----------------------|--|
| 10:00 | Školské maratónske hry v Hale Elán |
| 12:00 – 19:00 | registrácia a prezentácia účastníkov podujatia (Eurovea) |
| 16:00 | otvorenie – MARATHON HUB (Eurovea) |
| 19:00 | SHEruns tréning ženskej bežeckej komunity |

PIATOK 31.03.2023

Warm-up day

- | | |
|----------------------|---|
| 10:00 | športová tlačová konferencia ČSOB Bratislava marathon 2023 MARATHON HUB (Eurovea) |
| 12:00 – 19:00 | registrácia a prezentácia účastníkov podujatia (Eurovea) |
| 12:00 | otvorenie – MARATHON HUB powered by Nový čas (Eurovea) |
| 17:00 | HISTORY RUN – bežecká prehliadka centra Bratislavy so sprievodcom (6km) – zraz Sheraton Hotel Eurovea |
| 18:00 | Slávnostné otvorenie ČSOB Bratislava marathon 2023 + oceňovanie vybraných osobností – RUNNING GALA (Sheraton Hotel) |

SOBOTA 01.04.2023

Hobby day

- 08:00 – 19:00 registrácia a prezentácia účastníkov podujatia (Eurovea)
- 08:30** **GOOD MORNING RUN** spoločná predmaratónska rozcvička a rozbehanie (5km) po trase pretekov s trénermi Bratislava marathon team a ambasádormi (zraz Vajanského nábrežie – Propeler)
- 09:00 otvorenie – MARATHON HUB powered by Nový čas (Eurovea)
- 09:15 autogramiáda Danky Bartekovej a Jána Volka (Marathon HUB)
- 09:30** **Preteky lezúňov** (-1. podlažie Eurovea)
- 10:00** **štart Bratislavská míľa (1600m)**
- 10:10 **štart „TURBO TV“ detských behov** (300 m – 600 m – 800 m)
- 11:00 detský hudobný koncert „malinyJAM“
- 11:20 – 11:30 vyhlasovanie výsledkov detských behov a Bratislavskej míle
- 13:40** **slávnostné otvorenie podujatia** „Opening ceremony“ (cieľový koridor – Eurovea)
- 14:00** **štart Garmin Minimaratón** (4,2 km)
- 14:05** **štart Senior Run & Walk – „Beh dobrých ročníkov“** (4,2 km)
- 14:45 vyhlasovanie výsledkov minimaratónu
- 14:00 – 18:00** **BILLA Pasta party** (Eurovea – technická zóna)
- 16:00** **štart Desiatky s „Birellom“** (10 km)
- 16:00** **HISTORY RUN** – bežecká prehliadka centra Bratislavy so sprievodcom (6km) – zraz Sheraton Hotel Eurovea
- 17:15 vyhlasovanie výsledkov ČSOB zimnej série 2022/2023
- 17:30 vyhlasovanie výsledkov Desiatky s „Birellom“

NEDEĽA 02.04.2023

Race day

06:30 – 08:00	prezentácia účastníkov podujatia (Eurovea)
07:30	otvorenie šatní a úschovne osobných vecí (Eurovea – technická zóna)
08:15	otvorenie štartového koridoru (Pribinova ulica)
08:30	predstavenie vodičov na maratón a polmaratón (Pribinova ulica)
08:45	slávnostné príhovory
08:55	štátna hymna Slovenskej republiky
08:59	odpočítavanie do štartu
09:00	Štart ČSOB maratón Renault polmaratón Mattoni štafetový polmaratón Mattoni štafetový maratón
10:06	predpokladaný dobeh prvých polmaratóncov v mužskej kategórii
10:16	predpokladaný dobeh prvých polmaratóncov v ženskej kategórii
11:25	predpokladaný dobeh prvých maratóncov v mužskej kategórii
11:50	predpokladaný dobeh prvých maratóncov v ženskej kategórii
12:30	slávnostné vyhlasovanie výsledkov ČSOB Bratislava marathon
14:00	záver podujatia

MARATHON HUB

ŠTVRTOK 30.03.2023

Behanie a ženy

- | | |
|-------|--|
| 16:00 | otvorenie – MARATHON HUB |
| 16:00 | charitatívny bazár oblečenia a obuvi |
| 18:30 | ženský workshop – Ako sa mám vyladiť na preteky |
| 19:00 | SHEruns tréning ženskej bežeckej komunity |

PIATOK 31.03.2023

Predstavenie bežeckej appky

- | | |
|-------|---|
| 10:00 | športová tlačová konferencia ČSOB Bratislava marathon 2023 MARATHON HUB (Eurovea) |
| 12:00 | otvorenie – MARATHON HUB (Eurovea)
prezentácia partnerov a ich aktivít |
| 17:00 | RUNOLOGY App Launch |

Sobota 01.04.2023

Stretnutie s ambádormi, elitnými bežcami a športovými hosťami

09:00	otvorenie – MARATHON HUB
09:15	autogramiáda slovenských olympionikov Danky Bartekovej a Jána Volka
13:00	predstavenie ambasádorov podujatia a ich príbehov
14:00	behajúci manželský pár a autori knižky „Manželé v behu“ Soňa a Michal Hrabec – Running2.cz
14:30	bežcké podujatia v Budapešti a nové bežcké výzvy Arpad Kocsis – riaditeľ Budapešť marathon RunCzech sezóna 2023 – prezentácia bežckej sezóny – Thomas Arnholtz – RunCzech promotional manager
15:00	behanie ako komunitná záležitosť Stefan Langer (Rakúsko) – prezentácia viedenskej bežckej skupiny Weekly Long Run Soňa Hrabcová Kotulková (CZ) – prezentácia pražskej bežckej skupiny Running2 Petra Pukalovičová (SVK) – prezentácia bratislavskej bežckej komunity SHERuns prezentácie hostí + moderovaná diskusia
15:45	psychika bežca pred pretekmi a počas nich Marek Hladík (SVK) – viacnásobný majster Slovenska v cestných behoch Richard Varga (SVK) – dvojnásobný účastník triatlonu na LOH – majster sveta v akvatlone Roman Fosti (EST) – dvojnásobný účastník maratónu na LOH – moderovaná diskusia
16:30	prevencia zranení – ako na to Michal Uličný – RUNOLOGY
17:00	Predstavenie favoritov nedeľných pretekov
17:15	stretnutie s vodičmi na maratón a polmaratón



Cesta k ČSOB Bratislava Marathon 2023 – zimná séria

ČSOB zimná séria 2022/2023:

Už dvanásť raz sme cez zimu pokračovali v tradícii prípravných pretekov na **ČSOB Bratislava marathon**, ktoré poznáte pod názvom **ČSOB zimná séria**. Na štyroch dieloch série (mikulášska edícia v decembri, trojkráľová v januári, valentínska vo februári a MDŽ edícia v marci) súťažilo dokopy takmer **5 000 bežcov**. Prihlásených bolo až **6 000 bežcov**, čo je skoro dvojnásobok minuloročných počtov! Zimná séria v tomto roku opäť získala na popularite

Dospelí súťažili na 5 km a 10 km vzdialenostiach, deti podľa veku na 300 m, 600 m a 1 000 m. Bežci mali na výber virtuálnu a klasickú verziu.

Pretekárov lákali aj originálne medaily, so zobrazenými dominantami Bratislavy (vyhladková veža UFO, Michalská brána, televízna veža Kamzík a Bratislavský hrad). Medaily do seba pekne zapadajú, a na **špeciálnom stojane** (novinka tohto roku) sa dajú vedľa seba pekne poukladať a vystaviť, aby bežcom pripomínali zážitky z ČSOB zimnej série 2022/2023.

Priniesli sme aj mnoho ďalších novinek. Či už to bola **zbierka šatstva pre ľudí bez domova**, **rozdávanie darčiekov a súťaž pre bežcov v kostýme na mikulášskej edícii**, **bufet pre divákov a bežcov v mieste podujatia alebo rôzne súťaže a „fotokútiky“** na jednotlivých pretekoch.



CESTA K ČSOB BAM 2023



Absolútnymi víťazmi ČSOB zimnej série 2022/ 2023 sa stali **Petra Pukalovičová** (SheRuns Bratislava) a **Rastislav Srnánek** v disciplíne na 10 km a **Romana Komariňanská** (SheRuns Bratislava) a **Filip Lizák** (BMSC Bratislava/3NT Bratislava) na 5 km.

Víťazi klasickej verzie zimnej série (TOP 3 v absolútnom poradí + absolútni víťazi jednotlivých vekových kategórií) budú vyhlásení a ocenení v sobotu **1. apríla na podujatí ČSOB Bratislava marathon 2023.**

Vo virtuálnej verzii zimnej série zvíťazili **Andrea Boháčová** a **Dávid Matis** na 10 km vzdialenosti a na 5 km si vybojovali triumf **Katarína Sivoková** a **Ivan Bebják**.



Cvičko

Ťažko na cvičisku, ľahko na marathone! Tak znelo motto prípravných tréningov na Cvičkách.

Tento rok sme v spolupráci s ČSOB pripravili pre všetkých bežcov možnosť zúčastniť sa špeciálnych tréningov pod vedením profesionálnych trénerov z Bratislava Marathon tímu. Cieľom bolo ukázať bežcom, že pri príprave na ČSOB Bratislava Marathon netreba popri bežeckých tréningoch zabúdať ani na silovú prípravu a kompenzačné cviky.

To všetko na čerstvom vzduchu v spoločnosti ďalších športových nadšencov na rôznych Cvičkách (pozn. verejné cvičiská v bežeckom okruhu na nábreží Dunaja, na ktorých je možné precvičiť rôzne svalové partie).

Pripravili sme dokopy päť tréningov, na každom z nich panovala vynikajúca atmosféra vďaka našim trénerkám Julke, Romane a Lucii. Tréningy boli bezplatné a na každom ste mohli vyhrať skvelé športové ceny (štyri Cvičko tričká a jednu hlavnú cenu od ČSOB v hodnote až 150 eur).

CVIČKO je miesto pre každého, kto sa rád hýbe. Môžeš na ňom trénovať počas celého roka a na čerstvom vzduchu. Vďaka spolupráci **Bratislava Marathon s Nadáciou ČSOB a Hlavným mestom SR – Bratislava** si môžeš na oboch brehoch Dunaja zacvičiť na 6 rôznych Cvičkách. My ako milovníci športu a podporovatelia zdravého životného štýlu máme z tejto aktivity obrovskú radosť.

Viac informácií nájdete na www.cvicko.sk



Spirit poistenie od ČSOB

ČSOB Poistovňa spustila novinku – **úrazové poistenie SPIRIT zdarma k registrácii** na individuálne disciplíny 18. ročníka ČSOB Bratislava Marathon.

Poistenie platí v deň konania podujatia a kryje úrazy, ktoré sa môžu počas športového zápolenia vyskytnúť. Po vpísaní základných osobných údajov pri registrácii stačí označiť možnosť úrazového poistenia zadarmo.

Bezplatný benefit – úrazové poistenie Spirit zahŕňa:

- pripoistenie hospitalizácie následkom úrazu – 10 EUR/deň
- pripoistenie pre prípad úrazu so zrýchlenným plnením – 10 EUR/deň
- pripoistenie trvalých následkov úrazu – 10 000 EUR
- pripoistenie smrti následkom úrazu – 10 000 EUR
- poistenie pre prípad smrti – 500 EUR
- horská záchranná služba – 10 000 EUR

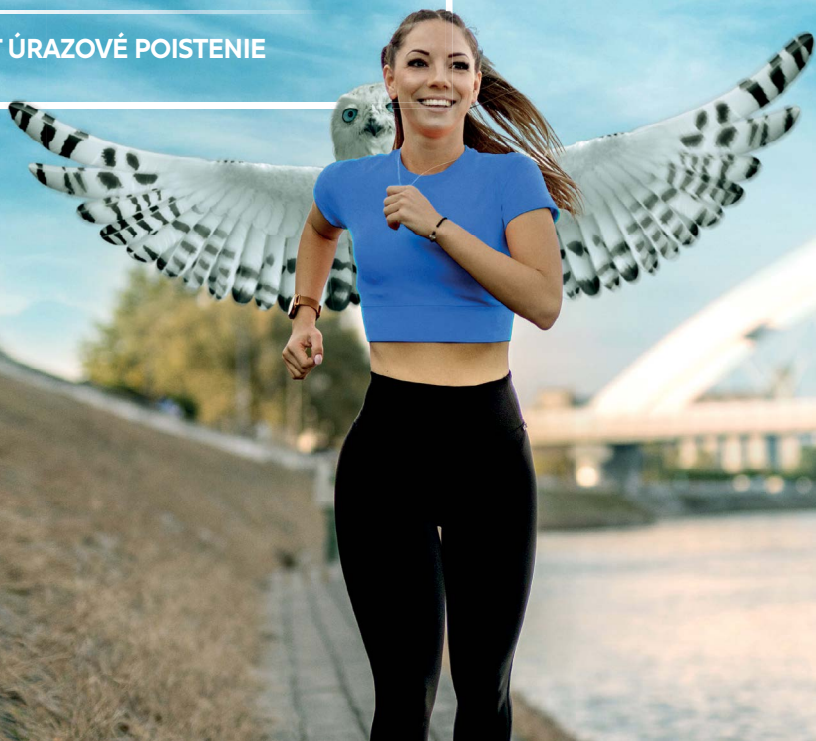
Viac informácií o úrazovom poistení nájdete na:

www.csob.sk/poistenie-urazu-a-zivota-spirit



**STRÁŽTE SI
VAŠE TEMPO,
MY STRÁŽIME
VAŠE KROKY**

SPIRIT ÚRAZOVÉ POISTENIE



**ČSOB BRATISLAVA
MARATHON 2023**



Tipy a odporúčania pred RACE DAY

Počasie

Sledujte predpoveď počasia, prispôsobte tomu svoje oblečenie v deň štartu.

Na jar sa teplota počas dňa spravidla rýchlo zvyšuje, nenaobliekajte sa zbytočne, aby ste sa počas behu neprehrievali.

V štartovom koridore (nedeľa) sa budú nachádzať prenosné nádoby, do ktorých si môžete zhodiť vašu vrchnú vrstvu tesne predtým ako vyštartujete na svoju disciplínu. Označte si oblečenie vašim štartovým číslom, nájdete ho po dobehu v úschovni, kde ho po štarte prenesieme.

Ak predpoveď hlási slnečné počasie, vyhnite sa termooblečeniu a čiernej farbe oblečenia, zvyšuje to nadmerné zahriatie vášho organizmu počas behu.

Deň pred pretekmi

Venujte dostatočný čas oddychu a regenerácii.

Choďte sa zľahka preklusnúť a ponáhľajte, zaradíte aj niekoľko zrýchlených roviniek. Môžete využiť aj našu novinku „**Good morning run**“ v sobotu o 08:30 hod.

Dopĺňajte pravidelne počas dňa tekutiny v menších množstvách, prípadne aj magnézium, telo vám to ďalší deň vráti.

Večer pred pretekmi

Prípravte si scenár na svoj RACE DAY.

Prípravte si oblečenie, doplnky výživy, všetko čo potrebujete k dobrému pocitu, že ste pripravení.

Doprajte si večeru plnú karbohydrátov, aby ste mali dostatok energie na ďalší deň.

Oblečenie a výživové doplnky

Neexperimentujte s oblečením – oblečte si veci, v ktorých ste už bežali a cítili ste sa príjemne.

Vyhňte sa novým teniskám, používajte obuv, ktorú už máte rozbehanú.

Ak sa rozhodnete zobrať si na preteky výživové a energetické doplnky, použite len také, ktoré ste si už vyskúšali v tréningu.

Ranné rituály

Dajte si raňajky, na aké ste bežne zvyknutí pred náročnejším športovým tréningom. Pokiaľ nemáte skúsenosti, mäsli, či kúskom chleba s džemom nič nepokazíte.

Vyhňte sa káve a mliečnym výrobkom.

Doprajte si dobrý čaj, prípadne džús a pohár vody.

Chráňte si citlivé miesta, kde vám hrozí oškretie alebo ošúchanie (krémom alebo leukoplastom).

Príchod na štart

Nenechávajte si príchod na štart na poslednú chvíľu – spravte si predštartovú pohodu a dodržte v klude všetky svoje rituály.

Veci do úschovne si odneste v primeranom predstihu, aby ste mali čas na posledné doladenie pred vstupom do štartového koridoru.

Rozcvičte sa, zahreje vás to a budete môcť zložiť extra vrstvy oblečenia. Je úplne normálne, že ráno vám bude chladnejšie.

Mierny pocit chladu pred štartom nie je problém, v štartovom koridore plnom bežcov je už vždy teplejšie, začne pracovať adrenalín a zahrejete sa hneď na prvých stovkách metrov po štarte.

V prípade, že sa stresu neviete zbaviť, skúste zavrieť oči a pár krát sa zhlboka nadýchnuť. Predstavte si, v mysli svojich blízkych, pripomente si prečo stojíte na štarte. Krátka „meditácia“ vám môže pomôcť navodiť pokoj v mysli.

Potom ako zaznie štartový výstrel

Užite si preteky, priebežne sa občerstvujte, snažte sa držať konštantné tempo. Vnímajte aj povzbudzovanie divákov, toto je váš veľký deň, tak si ho poriadne vychutnajte. Keď sa necítite dobre zvolňte alebo prekráčajte pár metrov a predýchajte sa. Žiadne preteky a žiadny športový výsledok vám nestoja za to, aby ste hazardovali so svojím zdravím.

Máte svoje ciele a plány, ale my v cieľovom koridore počkáme s rešpektom a hrdosťou na každého jedného z vás, bez ohľadu na váš výsledný čas.

Veľa šťastia bežci



Pokyny pre pretekárov

Sobota 01.04.2023

Preteky lezúňov 09:30 h

Deti (lezúňikov) nie je potrebné po on-line zaregistrovaní následne prezentovať, stačí ak sa s nimi dostavíte na miesto konania pretekov, ktoré bude vo vnútorných priestoroch Eurovea, na -1 poschodí (v prípade teplého a suchého počasia je možný aj variant na námestí). Tu deti dostanú aj štartové číslo (nalepovacie číselko na chrbátik).

Ak ste nestihli Vášho „lezúňika“ zaregistrovať on-line, stačí keď prídete na podujatie, nahlásite sa organizátorom a „položíte“ dieťa na štart. Štartové číslo dostanete od organizátorov pred štartom. Žiadame Vás o toleranciu pri uprednostnení na štarte detí, ktorých starší súrodenci sa následne zúčastnia detských behov, ktoré začínajú od 10:00 hod, aby ich rodičia mohli v klude absolvovať obe detské disciplíny a povzbudzovať pri nich svoje ratolesti.

Detské behy 10:00 h

Registrácia a prezentácia detí (vyzdvihnutie štartového balíčka) prebieha počas celej doby výdaja štartových balíčkov od štvrtka 30.03.2023 v Eurovea. Výdaj štartových balíčkov, ako aj nová registrácia detí, v prípade ak nebude naplnený účastnícky limit pre detské behy (1300 detí), je možná najneskôr v piatok 31.03.2023 !!!

Deti nie je možné prihlásiť, prezentovať a ani vyzdvihnúť pre ne štartový balíček v deň konania detských behov (s výnimkou mimo bratislavských detí), t.j. v sobotu 01.04.2023 !!! Ďakujeme za pochopenie.

Vyhlasovanie výsledkov detských behov sa uskutoční po skončení behov priamo na Námestí M.R.Štefánika v Eurovea.



MAPA DETSKÝCH BEHOV

PARTNER DISCIPLÍNY - DETSKÉ BEHY

Turbo^{TV}

300m - kategória A,B

600m - kategória C,D

800m - kategória E,F

2x800m
Bratislavská míľa

Slovenské
národné divadlo

štart/cieľ



Turbo TV



VAŠA NOVÁ RODINNÁ TELKA

*nájdete u svojho káblového operátora



MÄSIAROV VÝBER



✓ GARANCIA
KONTROLY KVALITY
U DODÁVATEĽA

✓ STAROSTLIVO
VYBRANÍ
DODÁVATELIA

**OD ODBORNÍKOV
NA MÄSO DO ŠPIKU KOSTÍ**



KÚPITE EXKLUZÍVNE V

BILLA

Minimaratón + Senior run 14:00 h a Desiatka 16:00 h

Prezentácia a registrácia

Nová registrácia na uvedené disciplíny je možná najneskôr v piatok 31.03.2023 (ak nedôjde už skôr k naplneniu účastníckeho limitu). Prezentácia – vyzdvihnutie štartových balíčkov – končí pre Minimaratón o 13:00 hod. a pre Desiatku 15:00 hod.

Šatne

V priestoroch maratónskeho mestečka na Pribinovej ulici (Eurovea – Technické zázemie) vo veľkokapacitnom stane rozdelenom na mužskú a ženskú šatňu. Vstup do šatní budú mať iba pretekári so štartovým číslom. Šatne budú otvorené od 13:00 do 18:00 hod.

Úschovňa

V stane v maratónskom mestečku na Pribinovej ulici (Eurovea – Technické zázemie). Na označenie svojej batožiny použite náramok, ktorý je súčasťou štartového čísla. Organizátor nezodpovedá za zničenie alebo stratu osobných vecí. Úschovňa bude otvorená od 13:00 do 18:00 hod. Umiestnite si pásku na batožinu vopred, urýchlite tak odovzdanie vecí.

Toalety

Prenosné WC budú umiestnené v maratónskom mestečku na Pribinovej ulici (Eurovea – Technické zázemie), v tesnej blízkosti šatní a úschovne. Toalety sa nachádzajú aj priamo v obchodnom centre Eurovea.

Meranie časov

Časy sa budú merať pomocou čipu, ktorý tvorí súčasť štartového čísla. Výsledný čas bežca bude určený podľa gun time štartu zóny, v ktorej bežec štartuje. **Štart oboch behov bude na 3 štartové vlny, do štartových koridorov/ zón sa zaradíte podľa nahlásených časov a vašej aktuálnej bežeckej formy.** Účastníci Senior run/walk sa zaradia do posledného koridoru na záver minimaratónu – 3ti koridor.

Umiestnenie čipov: Čip tvorí súčasť štartového čísla (nemanipulujte s ním môže sa poškodiť). Po dobehnutí do cieľa nie je potrebné čip vracieť, ostáva vám na pamiatku spolu so štartovým číslom.

Štartové číslo

Pozorne si pri priradení štartového čísla skontrolujte vaše meno a priezvisko, rok narodenia a disciplínu, aby pri menovcoch nedošlo k zámene a z nej vyplývajúcim problémom.

POKYNY PRE PRETEKÁROV

Bežci dostanú jedno číslo, ktoré sú povinní umiestniť si **viditeľne na prsiach !!!**, je striktné zakázané umiestnenie čísla na stehnách alebo na chrbte. Štartové číslo sa musí nosiť tak, ako bolo vyhotovené, nesmie sa odstrihnúť, preložiť alebo prekryvať. Akákoľvek úprava a zásah do štartového čísla pred a počas pretekov je zakázaná. Za porušenie tohto pravidla (pravidlá WA – pravidlo 143 body 7,8) bude pretekár diskvalifikovaný. Štartové číslo po pretekoch zostáva pretekárovi.

Trat'

Dovoľujeme si všetkých bežcov požiadať, aby pri radení sa do štartového koridoru prihliadali na svoju aktuálnu športovú výkonnosť a do prednej časti koridoru sa radili „rýchlejší“ bežci. Preukážete si tak aj vzájomnú ohľadupnosť a celý priebeh štartu bude plynulejší a bezpečnejší.

Koridor je pri oboch behoch rozdelený na 3 zóny:

A) Minimaratón do 27:00 + 10 km do 53:00

B) Minimaratón nad 27:00. + 10 km 53:01 – 59:00

C) Senior run/walk + 10 km nad 59:01

(účastníci Senior run/walk štartujú za poslednou zónou minimaratónu)

Všetky zmeny smeru na trati budú vyznačené zábranami, smerovými tabuľkami, prípadne pretekári budú navigovaní organizátormi. Každý kilometer pretekovej vzdialenosti bude vyznačený na vertikálnych ukazovateľoch.

Občerstvenie

Občerstvovacia stanica pri disciplíne „Desiatka s Birellom“ je umiestnená približne na 5 km (voda) pri zbehnutí z lávky Mosta Lanfranconi na petržalskej strane.

Lekárska pomoc

Na trase behu, rovnako tak v cieľi, sa bude nachádzať zdravotná služba, ako aj vozidlá záchrannej služby.

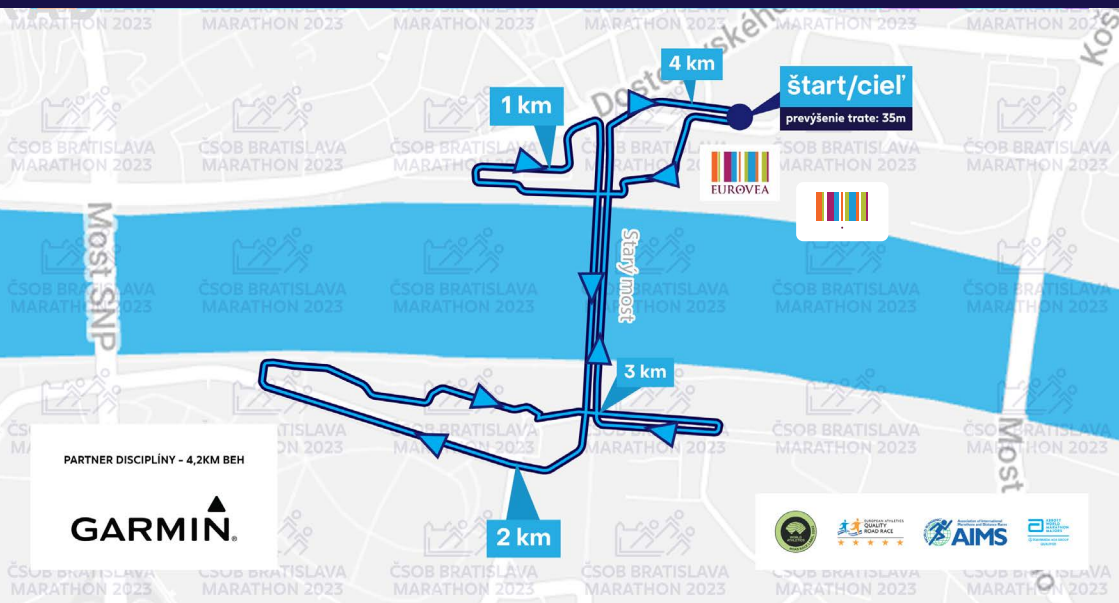
Cieľ

Po prebehnutí cieľom budú pretekári plynule prechádzať zúženým koridorom, kde dostanú účastnícku medailu a občerstvenie.

Vyhlasovanie výsledkov

Na hlavnom pódiu na Námestí M.R.Štefánika v Eurovea. Minimaratón – približne o 14:45 hod., desiatka približne o 17:30 hod. Počas podujatia môžete sledovať online výsledky na www.sportsofttiming.sk. Výsledky budú zverejnené v sobotu 01.04.2023 v podvečerných hodinách na web stránke www.sportsofttiming.sk a www.bratislavamarathon.sk.

MAPA MINIMARATÓN



TRÉNUJTE BRILANTNE

ČO KEBY BOL KAŽDÝ BEH VÝKONOM HODNÝM PÓDIA? A VAŠA PRIPRAVENOSŤ NA TRÉNING VÁM UKÁZALA, ŽE STE PRIPRAVENÍ ŽAŤ ÚSPECHY? SO SMART HODINKAMI FORERUNNER® 265/965 BUDETE NA FAREBNOM AMOLED DISPLEJI JASNE VIDIEŤ KAŽDÝ ÚDAJ A ŠTATISTIKU. A ČOSKORO UVIDÍTE AJ VÝSLEDKY.



forerunner.garmin.sk

Výhradný importér zariadení GARMIN
pre Slovensko: CONAN, s.r.o.

FORERUNNER® 265/965
S JASNÝM **AMOLED** DISPLEJOM

GARMIN

MAPA 10 KM



Pokyny pre pretekárov

Nedeľa 02.04.2023



Šatne

V priestoroch maratónskeho mestečka (Eurovea – technické zázemie) vo veľkokapacitnom stane rozdelenom na mužskú a ženskú šatňu. Vstup do šatní budú mať iba pretekári so štartovým číslom. Otvorené budú v nedeľu od 07:30 do 15:00 hod.

Úschovňa

V stane v maratónskom mestečku (Eurovea – technické zázemie). Na označenie svojej batohy použite náramok, ktorý je súčasťou štartového čísla. Organizátor nezodpovedá za zničenie alebo stratu osobných vecí. Úschovňa bude otvorená od 07:30 do 15:00 hod. Umiestnite si pásku na vašu batohu vopred, urýchlite tým odovzdanie vecí !!!

ZBER OBLEČENIA PRED ŠTARTOM: v poslednom bloku pred štartovým/cieľovým oblúkom – ČSOB blok – sa budú tesne pred štartovou čiarou (zhruba 20-40m) nachádzať z vonkajšej strany koridoru **2x 2ks prenosných bedničiek**, aby ste do nich mohli nahádzať bundy/šúšťáčky/deky, ktoré budete mať už v samotnom koridore na sebe tesne pred štartom.

Bedničky preniesieme následne k úschovni, kde si po dobehu môžete svoje veci pohľadať a vyzdvihnúť. Ak si uvediete na veci aj vaše štartové číslo, organizátori v úschovni sa pokúsia veci aj prehľadne pretriediť a tak vám ich nachystať !!!

Prenosné toalety

Budú umiestnené:

- A) v blízkosti šatní a úschovne vecí v Eurovea (Pribinova ul) – technické zázemie + pri štartovom koridore;
- B) na občerstvovacích staniciach – **4,3 km/25,4 km; 10,1 km/31,2 km; 15,1 km/36,2 km; 19,8 km/40,9 km** – 2ks;
- C) na miestach štafetových odovzdávok – **4,2 km (2ks) – 10,3 km (2ks) – 16 km (3ks) – 21,1 km** (cieľové WC).

Meranie časov

Časy sa budú merať pomocou čipu, ktorý je súčasťou štartovného čísla. Za štafetu dostáva čip prvý a posledný člen štafety označený písmenom „A“ a „D“.

Výsledky pretekárov budú uvedené v súlade s pravidlami WA, podľa oficiálneho času štartu zóny pretekára a okamihu prekročenia cieľovej čiary pretekárom. Vo výsledkoch bude informatívne uvedený aj tzv. čistý čas (čas pretekára, ktorý uplynul medzi jeho prekročením štartovej a cieľovej čiary). Tento čas nie je oficiálny.

Štartové číslo

Pozorne si pri priradení štartového čísla skontrolujte Vaše meno a priezvisko, rok narodenia a disciplínu, aby pri menovcoch nedošlo k zámene čísiel a z toho vyplývajúcim problémom.

a) maratón a polmaratón – bežci dostanú jedno číslo, ktoré sú povinní umiestniť si viditeľne na prsiach;

b) štafetový beh – každý člen štafety dostane jedno, farebne odlišné číslo a písmenkom A-B-C, resp. D, ktoré je povinný umiestniť si viditeľne na prsiach;

Štartový koridor bude rozdelený na 4 bloky:

- A) ČSOB – maratón do 3:15 + polmaratón do 1:45 + M-SR a PZ – štart 09:00
- B) Renault – maratón od 3:15 do 3:45 + polmaratón od 1:45 do 1:55 – štart 09:04
- C) New Balance – maratón od 3:45 do 4:15 + polmaratón od 1:55 do 2:05 + štafety – štart 09:08
- D) Veolia – maratón nad 4:15 + polmaratón nad 2:05 – štart 09:12

Štartové číslo sa musí nosiť tak, ako bolo vyhotovené, nesmie sa odstrihnúť, preložiť alebo pokrývať. Akákoľvek úprava a zásah do štartového čísla pred a počas pretekov je zakázaná. Za porušenie tohto pravidla (pravidlá WA) bude pretekár diskvalifikovaný. Štartové číslo po pretekoch zostáva pretekárovi spolu s čipom.

Zo zadnej strany štartového čísla je umiestnený **zdravotný formulár**. Jeho vyplnenie je dobrovoľné, môže nám však poskytnúť dôležité informácie o vás pri prípadných zdravotných problémoch a potrebe zdravotného zásahu a ošetrovaní počas behu, preto vás žiadame, aby ste k vyplneniu údajov pristúpili zodpovedne, poskytnuté informácie slúžia výlučne na vašu ochranu.

Štart

Radenie do **štartového koridoru** na Pribinovej ulici – otvorenie koridoru bude o 08:15 hod.

RENAULT ARKANA E-TECH FULL HYBRID



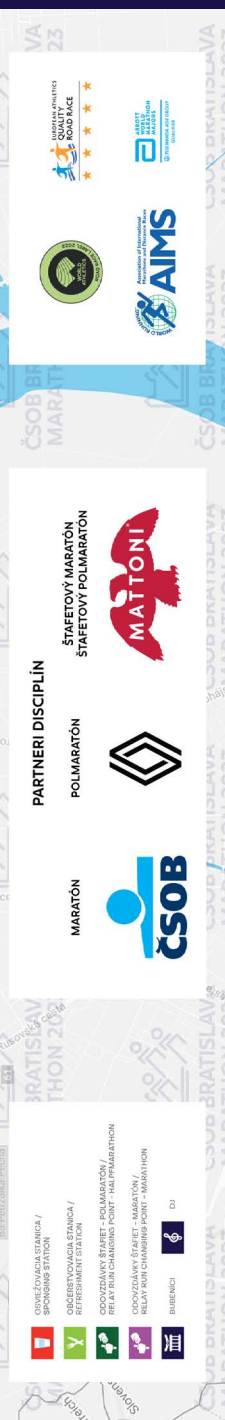
batožinový priestor až 513 l
úspora paliva až 40 %

Renault Arkana: spotreba 4,8 – 5,9 l/100 km, emisie CO₂ 108 – 133 g/km. uvedené spotreby paliva a emisie CO₂ sú zamerané metódikou stanovenou podľa platných právnych predpisov vyžadovaných pre homologáciu vozidla. vyobrazenie vozidla je iba ilustratívne. úspora paliva v porovnaní s ekvivalentným benzínovým motorom.

Renault odporúča  Castrol

renault.sk





1873
MATTONI®

**VYVÁŽENÉ
MINERÁLY PRE
VÁŠ ŽIVOT
UŽ 150 ROKOV**



PRACOVNÉ PLOŠINY

mateco
vaša lepšia cesta hore



www.matecoslovakia.sk

Majstrovstvá Ministerstva vnútra a Policajného zboru SR v polmaratóne



Juraj Minčík (riaditeľ športového centra polície):

„Som veľmi rád, že po minuloročnej úspešnej premiére bude aj 18. ročník podujatia ČSOB Bratislava Marathon súčasne majstrovstvami Slovenska v polmaratóne Ministerstva vnútra SR a Policajného zboru.“

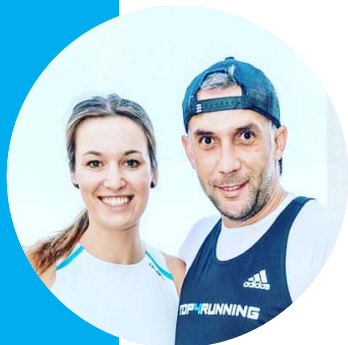
Medzi policajtmi a zamestnancami ministerstva je množstvo športových nadšencov, ale dovoľím si povedať aj takmer profesionálov, ktorí sa športu a behu zvlášť venujú prakticky na vrcholovej úrovni.

No nie len pre nich usporadúvame takéto podujatie.

Vážim si každého jedného človeka, ktorý dokáže prekonať sám seba a nájde v sebe silu, čas a vôľu na to, aby začal športovať.

Samotné súťaženie a porovnanie svojich výkonov medzi sebou je potom už len čerešničkou na torte slastného pocitu, ktorý v sebe šport ľuďom prináša.“





Na premiére MSR MV a PZ v maratóne na našom podujatí triumfovali **Gabriel Švajda a Jana Šimunková**, ktorí zároveň v súkromí tvoria pár. Okrem profesie majú aj spoločnú vášeň k behu. Položili sme im preto pár otázok:

1) Chystáte sa po minuloročnom víťazstve aj na M-SR MV a PZ v polmaratóne?

Áno, chystáme sa, nakoľko ČSOB Bratislava Marathon je pre nás srdcovou záležitosťou, pretože máme možnosť prebehnúť sa ulicami Bratislavy kde pracujeme ako policajti. Naši kolegovia sa na podujatí podieľajú na bezpečnosti bežcov a my máme po celej trati veľkú podporu z ich strany, keď nás povzbudia. To robí pre nás atmosféru naozaj výnimočnou.

2) Máte nejaké ciele, očakávania od seba, ktoré by ste chceli splniť?

Určite sa budeme snažiť bežať čo najrýchlejšie a umiestniť sa čo najlepšie, i keď konkurencia je medzi policajtkami a policajtmi silná. Tituly sa budú obhajovať ťažšie, ale našim cieľom je skončiť medzi prvými tromi v oboch kategóriách a zároveň sa kvalifikovať na Majstrovstvá Európy policajtov na dráhe, ktoré sa uskutočnia tento rok v Prahe.

3) Aké to je, keď obaja partneri športujú? Beháte občas aj spolu alebo trénujete každý zvlášť?

Máme spoločného trénera Jána Bötchera, ktorý sa nám snaží aj napriek odlišnej výkonnosti vytvoriť tréningové jednotky tak, aby sme sa vedeli navzájom podporiť a povzbudiť pri intervalových tréningoch. Voľné behy sa snažíme absolvovať spoločne.

4) Ako sa vám páči na podujatí ČSOB Bratislava Marathon? Čím je podľa vás výnimočné?

Toto podujatie je pre nás atmosférou jedinečné, pretože blížiac sa podujatie vnímame už niekoľko dní pred štartom, nakoľko v meste je množstvo bežcov, ktorí sa pripravujú na niektorú z disciplín. Okolie obchodného centra, kde sa konajú preteky žije niekoľko dní pred behom sprievodnými akciami, ktorých sa radi zúčastňujeme a načerpávame pozitívnu energiu. Samotná organizácia je na vysokej úrovni, čo podľa nás prispieva k tomu, že čoraz viac ľudí má o toto podujatie záujem a bežci si odnášajú domov skvelé zážitky a výkony, ktoré na trati podali.

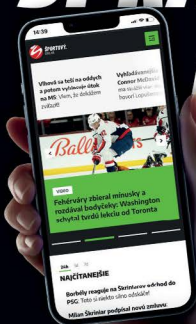
Endorfíny sa neskrývajú len v behaní.
Odmeňte sa za skvelý výkon nezabudnuteľným zážitkom!

predpredaj sk



ŠPORTOVÝ.
čas.sk

PRVÁ VOĽBA
SPRÁVNEHO
FANÚŠIKA



Pokyny pre štafetový polmaratón



Nedeľa 02.04.2023

Organizácia a pokyny pre štafetové družstvá a ich členov

Odovzdávkové územia sa nenachádzajú priamo na trase behu, ale je potrebné si k nim niekoľko metrov mimo trasu hlavného behu dobehnúť, a rovnako tak sa z odovzdávkového územia zase vrátiť smerom na trasu hlavného behu.

Cieľom je dosiahnuť prehľadnejší, kultivovanejší a bezpečnejší spôsob odovzdávania a preberania štafetových kolíkov a zabezpečiť, aby sa štafetári len minimálne miešali s bežcami hlavných behov v tesnej blízkosti trate.

Miesta odovzdávok budú riadne vyznačené aj smerovými tabuľkami, rovnako tak organizátorom, venujte preto zvýšenú pozornosť jednak dobehu na odovzdávkové územie a jednak momentu, kedy sa z odovzdávkového územia po prevzatí štafety opäť zapojíte do hlavnej trasy behu, aby nedochádzalo ku kolíziám s ostatnými bežcami.

Vaše osobné veci si môžete zložiť priamo v úschovni v technickej zóne. Veci, ktoré máte záujem mať pri dobehu na štafetový odovzdávku, vám preniesie váš kolega zo štafety, ktorý vybieha po vás.

Ďakujeme

Dĺžka jednotlivých úsekov je nasledovná - A (4,2km) - B (6,1km) - C (5,7km) - D (5,1km)

Miesta štafetových odovzdávok sú nasledovné:

A - Eurovea - vybieha o **09:08 hod** zo štartu z tretieho „C“ koridoru. Osobné

veci, ktoré má „bežec A“ záujem si prevziať v mieste odovzdávky A/B, mu prenesie do miesta odovzdávky „bežec B“ (prepravuje sa autobusom).

Odovzdávka sa nachádza v parku **na Ružinovskej ulici (4,2 km)**.

Po odovzdaní štafety sa na miesto štartu/cieľa v Eurovea vráti „bežec A“ peši alebo autobusom organizátora.

Odovzdávkové územie sa nachádza v parku pri hlavnej ceste. Z hlavnej cesty (Ružinovská ulica) sa odbočí doprava kde sa budú nachádzať jednotlivé odovzdávkové zóny. Na trasu hlavného behu sa bežec B napojí pri výbehu z parku na hlavnú cestu, tesne pred občerstvovacou stanicou a otočkou pred križovatkou s Tomašíkovou ulicou.

B - Ružinovská ulica (4,2km) - „bežec B“ vybieha smerom na Ružinovskú ulicu. Na miesto odovzdávky sa zo štartu/cieľa v Eurovea dopraví autobusom, ktorý bude pristavený na Pribinovej ulici vedľa „technickej zóny“ - oproti budove Ministerstva vnútra SR. **Odchod autobusov je 08:25 hod.**

Osobné veci, ktoré má „bežec B“ záujem si prevziať v mieste odovzdávky B/C, mu prenesie do miesta odovzdávky „bežec C“.

Po odovzdaní štafety „bežcovi C“ sa na miesto štartu/cieľa v Eurovea vráti „bežec B“ peši (600 m, čo je približne 8 min chôdze).

Pri príchode do Eurovea nekrižujte trasu bežcom na Vajanského nábreží, resp. Šafárikovom námestí!!!!

C - Jesenského ulica/Námestie E. Suchoňa (10,3km) - „bežec C“ vybieha smerom na Mostovú ulicu popri budove Reduty a ďalej po ceste smerom k Mostu SNP. Na miesto odovzdávky sa zo štartu/cieľa v Eurovea dopraví peši (600 m, čo je približne 8 min chôdze).

Osobné veci, ktoré má „bežec C“ záujem si prevziať v mieste odovzdávky C/D, mu prenesie do miesta odovzdávky „bežec D“ (odovzdávka sa nachádza približne 300m od odovzdávky B/C).

Po odovzdaní štafety „bežcovi D“ sa na miesto štartu/cieľa v Eurovea vráti „bežec C“ peši (500 m, čo je približne 6 min chôdze)

Pri príchode do Eurovea nekrižujte trasu bežcom na Vajanského nábreží, resp. Šafárikovom námestí!!!!

D - Vajanského nábrežie - Propeler (16km) - „bežec D“ vybieha smerom k Šafárikovmu námestiu a Starému mostu. Na miesto odovzdávky C/D sa zo štartu/cieľa v Eurovea dopraví peši (500 m, čo je približne 6 min chôdze).

Osobné veci si „bežec D“ nechá priamo v úschovni v priestore štartu/cieľa, resp. ich odovzdá „bežcovi C“, ktorý mu ich donesie do cieľa.

Bežec D má štartové číslo s čipom a pri prebehu cieľom dostane medailu aj pre ďalších členov štafety !!! Žiadame bežcov bežiacich úsek A-C, aby nevbíhali do cieľovej rovinky spolu s „bežcov D“, ale počkali sa pri výstupe z cieľového koridoru na konci cieľovej rovinky na Pribinovej ulici.

Upozornenie pre pretekárov

Štartové číslo – každý člen štafety dostane jedno, farebne odlišné číslo, ktoré je povinný umiestniť si viditeľne na prsiach. Čip na meranie času je umiestnený na štartovom čísle prvého (A) a posledného člena (D) štafetového družstva. Čip je súčasťou štartového čísla – nemusíte ho po prebehnutí cieľom vracať, ostáva vám na pamiatku ako súčasť čísla.

Účastníci štafetového behu budú štartovať z koridoru (C). V prípade, ak štafeta vyštartuje zo skoršej zóny, vystavuje sa možnosť byť organizátorom (rozhodcom) penalizovaná + 10 minútami.

Odovzdávacie územia štafiet budú riadne vyznačené. Odovzdávka sa uskutoční výmenou štafetového kolíka v rámci odovzdávkového územia (štafetový kolík je súčasťou štartového balíka).

Odovzdávkové územia sú umiestnené tak, aby pri odovzdávkach neprišlo ku kolízii s ostatnými bežcami. Žiadame bežcov štafiet, aby na odovzdávkových územiach dodržiavali pokyny rozhodcov a pravidlá FAIR PLAY. Na odovzdávkových územiach sa zaraďujte tak, aby ste neprekážali odovzdávkam iných štafiet. Je nám jasné, že každý z vás je zvedavý na to, kde sa nachádza bežec ktorého striedate. Pokiaľ sa však budete tlačiť do dráhy bežcom, môže dôjsť k zbytočným kolíziám a treniciam.

Bežci nastupujú do autobusov a vyberajú si z nich svoje veci na základe preukázania sa štartovým číslom! Rešpektujte pritom pokyny členov organizačnej skupiny podujatia – „autobusárov“.

V autobuse nechávajte iba veci, ktoré si nevyhnete potrebujete odložiť. Usporiadateľ neručí za prípadnú stratu vecí odložených v autobuse. Po skončení podujatia budú všetky nevyzdvihnuté veci z autobusov premiestnené do úschovne (Eurovea – Pribinova ulica – technické zázemie), kde si ich môžete vyzdvihnúť. Po skončení podujatia zostanú nevyzdvihnuté veci ešte 30 dní uschované u organizátora BE COOL, s.r.o.



Pokyny pre štafetový maratón

Nedeľa 02.04.2023



Organizácia a pokyny pre štafetové družstvá a ich členov

Odovzdávkové územia sa nenachádzajú priamo na trase behu, ale je potrebné si k nim niekoľko metrov mimo trasu hlavného behu dobehnúť, a rovnako tak sa z odovzdávkového územia zase vrátiť smerom na trasu hlavného behu, sledujte preto pozorne navigáciu tesne pred odovzdávkami.

Cieľom je dosiahnuť prehľadnejší, kultivovanejší a bezpečnejší spôsob odovzdávania a preberanie štafetových náramkov a zabezpečiť, aby sa štafetári len minimálne miešali s bežcami hlavných behov v tesnej blízkosti trate.

Miesta odovzdávok budú riadne vyznačené aj smerovými tabuľkami, rovnako tak organizátorom, venujte preto zvýšenú pozornosť jednak dobehu na odovzdávkové územie a jednak momentu, kedy sa z odovzdávkového územia po prevzatí štafety opäť zapojíte do hlavnej trasy behu, aby nedochádzalo ku kolíziám s ostatnými bežcami.

Vaše osobné veci si môžete zložiť priamo v úschovni v technickej zóne. Veci, ktoré máte záujem mať pri dobehu na štafetovú odovzdávku, vám prenesie váš kolega zo štafety, ktorý vybieha po vás.

Ďakujeme

Dĺžka jednotlivých úsekov je nasledovná - A (10,3km) - B (10,8km) - C (10,3km) - D (10,8km)

Miesta štafetových odovzdávok sú nasledovné:

A - Eurovea - vybieha o **09:08 hod** zo štartu behu spoločne s účastníkmi maratónu, polmaratónu a štafetového polmaratónu. Bežci sú zaradení v samostatnom štartovom koridore (C). Osobné veci, ktoré má záujem si prevziať v mieste odovzdávky A/B, „bežec A“ odovzdá „bežcovi B“, ktorý mu ich na miesto odovzdávky (10,3km) prenesie.

Po odovzdaní štafety „bežcovi B“ sa na miesto štartu/cieľa v Eurovea vrátí „bežec A“ peši (600 m, čo je približne 8 min chôdze)

Pri príchode do Eurovea nekrižujte trasu bežcom na Vajanského nábreží, resp. Šafárikovom námestí!!!

B – Jesenského ulica/Námestie E. Suchoňa (10,3km) – „bežec B“ vybieha smerom na Mostovú ulicu popri budove Reduty a ďalej po ceste smerom k Mostu SNP. Na miesto odovzdávky sa zo štartu/cieľa v Eurovea dopraví peši (600 m, čo je približne 8 min chôdze).

Osobné veci, ktoré má záujem si prevziať v mieste odovzdávky B/C (Karadžičova ulica – pri Twin city – 21,1 km), si „bežec B“ zloží v úschovni (Technická mapa).

C – Čulenova ulica (21,1km) – Odovzdávka sa nachádza na autobusovej zastávke Čulenova pri Twin City, tesne za miestom kde maratónci vbiehajú do 2. kola.

Osobné veci, ktoré má záujem si prevziať v mieste odovzdávky C/D, „bežec C“ odovzdá „bežcovi D“, ktorý mu ich na miesto odovzdávky (31,4 km) prenesie.

Po odovzdaní štafety „bežcovi D“ sa na miesto štartu/cieľa v Eurovea vráti „bežec C“ peši (600 m, čo je približne 8 min chôdze)

Pri príchode do Eurovea nekrížajte trasu bežcom na Vajanského nábreží, resp. Šafárikovom námestí!!!

D – Jesenského ulica/Námestie E. Suchoňa (31,4km) – Osobné veci, ktoré má záujem si prevziať v cieľi si „bežec D“ zloží v úschovni (Technická mapa).

Osobné veci, ktoré si „bežec D“ prinesie do miesta odovzdávky C/D mu do cieľa prenesie „bežec C“, ktorý mu štafetu odovzdáva a do cieľa sa peši.

„Bežec D“ vybieha smerom na Mostovú ulicu popri budove Reduty a ďalej po ceste smerom k Mostu SNP. Na miesto odovzdávky sa zo štartu/cieľa v Eurovea dopraví peši (600 m, čo je približne 8 min chôdze).

Bežec D má štartové číslo s čipom a pri prebehu cieľom dostane medailu aj pre ďalších členov štafety !!! Žiadame bežcov bežiacich úsek A-C, aby nevbíhali do cieľovej rovinky spolu s „bežcov D“, ale počkali sa pri výstupe z cieľového koridoru na konci cieľovej rovinky.

Upozornenie pre pretekárov

Štartové číslo – každý člen štafety dostane jedno, farebne odlišné číslo, ktoré je povinný umiestniť si viditeľne na prsiach. Čip na meranie času je umiestnený na štartovom čísle prvého (A) a posledného člena (D) štafetového družstva. Čip je súčasťou štartového čísla – nemusíte ho po prebehnutí cieľom vraci, ostáva vám na pamiatku ako súčasť čísla.

Účastníci štafetového behu budú štartovať z koridoru (C).

V prípade, ak štafeta vyštartuje zo skoršej zóny, vystavuje sa možnosti byť organizátorom (rozhodcom) penalizovaná + 10 minútami.

Odovzdávacie územia štafiet budú riadne vyznačené. Odovzdávka sa uskutoční výmenou štafetového kolíka v rámci odovzdávkového územia (štafetový kolík je súčasťou štartového balíka).

Odovzdávkové územia sú umiestnené tak, aby pri odovzdávkach neprišlo ku kolízii s ostatnými bežcami. Žiadame bežcov štafiet, aby na odovzdávkových územiach dodržiavali pokyny rozhodcov a pravidiel FAIR PLAY. Na odovzdávkových územiach sa zaraďujte tak, aby ste neprekážali odovzdávkam iných štafiet. Je nám jasné, že každý z vás je zvedavý na to, kde sa nachádza bežec ktorého striedate. Pokiaľ sa však budete tlačiť do dráhy bežcom, môže dôjsť k zbytočným kolíziám a treniciam..

Bezplatný online magazín (nielen) pre bežcov

- rozhovory s odborníkmi
- tipy, ako správne behať
- rady, ako sa udržať v psychickej pohode



AKOBUK
akobuk.sk

Hodnotný obsah vám bezplatne prináša



MARIA STUARDA

Gaetano Donizetti

SLOVENSKÉ
NÁRODNÉ
DIVADLO
OPERA
103. SEZÓNA

21/4/23
PREMIÉRA

Slovenské národné divadlo je štátna príslušnosť organizácia Ministerstva kultúry SR.
Návrh: M. Maras-Sylo, Foto: David Gajdos. Vizualizácia: Barbara Papajová

Popis trate jednotlivých disciplín

01.04.2023 Garmin Minimaratón / Senior Run & Walk (4,2km)

Štart 14:00 (Pribinova ulica, promenáda pred SND):

Beží sa po Pribinovej ulici v smere k Ministerstvu vnútra Slovenskej republiky. Popri Eurovea a „Kolkovni“ sa podbieha Starý most a pokračuje sa cez parkovisko osobný prístav po chodníku v smere na Fajnorovo nábrežie, chodníkom cez Gondovu ulicu a cez chodník na Šafárikovom námestí vybiehajú bežci na lávku Starého mosta v smere do Petržalky. V Petržalke zbiehajú po chodníku okolo Mýtného domčeka na križovatku Viedenskej cesty a Krasovského, pokračujú po cyklochodníku na Viedenskej ceste smerom k Mostu SNP. Pred reštauráciou Au Cafe bežci odbáčajú doprava na promenádu pri Dunaji a vracajú sa cez Tyršovo nábrežie až na križovatku Klokočova, Kočánkova kde vybiehajú na Starý most. Bežci zbiehajú na Pribinovu ulicu a pribiehajú do **CIEĽA pred SND**.

01.04.2023 Desiatka s Birellom (10 km)

Štart 16:00 (Pribinova ulica, promenáda pred SND):

Beží sa po Pribinovej ulici v smere k Ministerstvu vnútra Slovenskej republiky. Popri Eurovea a „Kolkovni“ sa podbieha Starý most a pokračuje sa cez parkovisko osobný prístav po promenáde/chodníku Fajnorovo nábrežie, Rázusovo nábrežie a Dvořákového nábrežie až na lávku Mosta Lanfranconi. Po prebehnutí mosta sa pokračuje petržalskou stranou hrádze po cyklochodníku na Viedenskej ceste, kedy za Mostom SNP bežci odbáčajú doľava na promenádu pri Dunaji a vracajú sa cez Tyršovo nábrežie až na križovatku Klokočova, Kočánkova kde vybiehajú na Starý most. Bežci zbiehajú na Pribinovu ulicu a pribiehajú do **CIEĽA pred SND**.

02.04.2023 ČSOB maratón, Renault polmaratón, Mattoni štafetový polmaratón, Mattoni štafetový maratón

Štart 9:00 (Pribinova ulica, promenáda pred SND):

Pribinova ulica – Olejkárska ulica – Landererova ulica – Dostojevského rad – Karadžičova ulica – Záhradnícka ulica – Ružinovská ulica – otočka na križovatke Ružinovská/Tomášiková ulica – Ružinovská ulica – Záhradnícka ulica – Odborárske námestie – Americké námestie – Špitálska ulica – Námestie SNP – Uršulínska ulica – Františkánska ulica – Františkánske námestie – Biela ulica – Michalská ulica – Ventúrska ulica – Pánska ulica – Laurinská ulica – Štúrova ulica – Jesenského ulica – Mostová ulica – Námestie Ľ. Štúra – Rázusovo nábrežie – Nábrežie arm. gen. Ludvika Svobodu – prebeh cez rampy PKO – Dvořákovo nábrežie – otočka pod Mostom Lanfranconi – Dvořákovo nábrežie – Námestie Ľ. Štúra – Vajanského nábrežie – lávka Starého mosta – Viedenská cesta – Krasovského – chodník Sad Janka Kráľa – Viedenská cesta – Krasovského – Klokočova – lávka Starého mosta – Pribinova a do **CIEĽA pred SND**.

Bežci v disciplíne **maratón** prebiehajú do druhého kola cez Olejkársku ulicu a napájajú sa na pôvodnú trasu z prvého kola na križovatku Landererova / Karadžičova.

Štart/cieľ – Eurovea

2,7 km – 1. Osviežovacia stanica – Zahradnícka/Mraziarenská

4,2 km – 1. Štafetová odovzdávka (polmaratónska štafeta) – Ružinovská

4,3 km – 1. Občerstvovacia stanica – Ružinovská/Tomášiková

7,4 km – 2. Osviežovacia stanica – Námestie Martina Benku

10,1 km – 2. Občerstvovacia stanica – Jesenského

10,3 km – 2. Štafetová odovzdávka (polmaratónska a maratónska štafeta) – Námestie Eugena Suchoňa

12,5 km – 3. Osviežovacia stanica – PKO

15,1 km – 3. Občerstvovacia stanica – Zuckermandel

16 km – 3. Štafetová odovzdávka (polmaratónska štafeta) – Propeler

17,3 km – 4. Osviežovacia stanica – Krasovského/Viedenská

20 km – 4. Občerstvovacia stanica – Starý most

DUNAJ

ŠTARTOVÝ KORIDOR - STARTING ZONE - 08:15

ELITE ČSOB - 09:00 RENAULT - 09:04 NEW BALANCE - 09:08 VEOLIA - 09:12

maratón
do 3:15
polmaratón
do 1:45

maratón
od 3:15 do 3:45
polmaratón
od 1:45 do 1:55

maratón
od 3:45 do 4:15
polmaratón
od 1:55 do 2:05
šťafety

maratón
nad 4:15
polmaratón
nad 2:05

CELÝ KORIDOR
FINISH ZONE

B3 B2 B1

NÁSTUP BUS
ŠTARTOVÝ KORIDOR
BUS - RELAY RUN

WC
TOILETS

ÚŠCHOVNÁ
LUGGAGE ROOM

ŠATNE
DRESSING ROOM

CYKLODEPO

OLEKSKÁ ULICA

SLOVENSKÉ NÁRODNÉ DIVADLO
THE SLOVAK
NATIONAL THEATRE

FINISH

2. KOLO

REGISTRÁCIA

ELITE

ČSOB

RENAULT

NEW BALANCE

VEOLIA

ŠTARTOVÝ KORIDOR

FINISH ZONE

WC

ÚŠCHOVNÁ

ŠATNE

CYKLODEPO

OLEKSKÁ ULICA

SLOVENSKÉ NÁRODNÉ DIVADLO

THE SLOVAK NATIONAL THEATRE

A photograph of two runners from behind, jogging on a paved path at night. The runner on the left is wearing a dark jacket and black leggings, while the runner on the right is wearing a teal jacket and black leggings. The path is illuminated by streetlights, and a body of water is visible on the right side. The background is a blurred cityscape with lights.

PRIPRAV SA
NA NAJVÄČŠIE
RUNDE
S MESTOM



ČSOB BRATISLAVA
MARATHON 2023



ČSOB

Príbehy našich ambasádorov

ČSOB Bratislava Marathon **je podujatie pre každého.**

ČSOB Bratislava Marathon **je najväčšie bežecké podujatie na Slovensku vďaka vám a vašim príbehom.**

ČSOB Bratislava Marathon **ste najmä VY.**

18. ročník ČSOB Bratislava Marathon sa preto nesie v duchu vašich príbehov. Záleží nám na vás, na vašom zdraví, na vašej dobrej nálade, na vašich splnených (nielen bežeckých) cieľoch a emóciách, ktoré spolu s nami prežívate. Obdivujeme vašu vášeň, energiu, zánietenie, obetavosť, či schopnosť popasovať sa s prekážkami. A presne preto sme príbehy na ceste k 18. ročníku ČSOB Bratislava Marathon vyskladali od našich verných bežcov. Prostredníctvom týchto príbehov chceme ukázať, že v každom jednom človeku sa skrýva obrovská sila. Potrebné je len odhodlať sa.

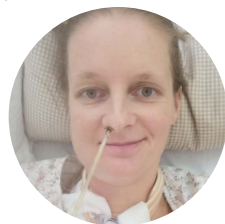
Zoznámte sa s našimi ambasádormi a ich príbehmi.

Vanda Trnovcová



"Behať som začala v roku 2015 po vyhratí boji s rakovinou jazyka, kedy som si prešla náročnou operáciou – transplantáciou. Behala som s heslom: kým môžem behať, viem, že som zdravá. Potom prišli dve tehotenstvá relatívne krátko po sebe. Po druhom dieťatku som začala trénovať intenzívnejšie s túžbou zabehnúť si preteky v teréne. Boli to však moje prvé a zároveň aj posledné preteky, tesne po nich mi v roku 2021 oznámili ďalšiu nemilú správu... a to, že rakovina je späť..."

Vanda je silná žena a rakovinu porazila aj druhýkrát. Túto milovníčku športu, milujúcu mamu a manželku môžete prísť povzbudiť v sobotu 1. apríla na trati minimaratónu.





Pavol Kéri

„O zrak som prišiel pri autonehode, nevidím už 16 rokov. Istý čas trvalo, kým som sa s pomocou rodiny a priateľov prebral k životu a pomaly som zisťoval čo ako nevidiaci dokážem. Behať som začal v roku 2014, aby som schudol nabraté kilogramy. O dva roky neskôr som odbehol svoj prvý polmaratón. Dodnes si spomínam, aký som bol po ňom zničený. Odvtedy sa veľa vecí zmenilo a ja už mám na svojom konte 5 maratónov, polmaratóny, desiatky, ale aj trailové behy. Aj keď nevidím, život pokračuje a ja plánujem ďalšie výzvy. Je fantastické, že môžem a za to vyslovujem veľkú vďaku.“

Pali sa spolu so svojou vodičkou Lilianou postaví na štart polmaratónu.



Simona Mikulová

„Behávala som už ako dieťa. V dospelosti som sa k behu vrátila v roku 2016, keď som mala zdravotné problémy. Okrem toho som chcela schudnúť nabraté kilá po dvoch tehotenstvách (22 a 33 kg). Zle pracujúca štítina žľaza ovplyvnila funkčnosť môjho metabolizmu, no bojujem s tým. Odbehla som len pár behov, keď mi v ďalšom roku diagnostikovali tumor. Môj svet sa však nezrútil, skôr naopak. Mala som chuť žiť oveľa viac. Stanovila som si veľké ciele, ktoré si dodnes plním. Po úspešnej operácii som sa opäť rozbehla.“

Simi je multifunkčná usmiata mamička troch detí. Na ČSOB Bratislava Marathon 2023 vám na trati rozdá svoju energiu na minimaratóne, na ktorom pobeží s kočíkom a v nedeľu to rozbehne sama na polmaratónskej vzdialenosti.



Zuzana Durcová

„Beh má pre mňa špeciálny význam, pomohol mi pri liečení z ochorenia - mentálnej anorexie, ktorá mi bola diagnostikovaná pred 9 rokmi po hospitalizácii v nemocnici. Mentálna anorexia je psychické ochorenie - nie voľba a liečba zahŕňa omnoho viac ako sa „iba najesť“. Beh sám o sebe nie je terapia, ale je to pre mňa závažná ingrencia - to, čo mi dodalo extra motiváciu začať sa liečiť. Cítila som, že keď viac jem, dokážem behať rýchlejšie a dlhšie, že sa zlepšujem. Že prichádzajú momenty, kedy som so sebou spokojná - a nesúvisí to s tým, ako vyzerám. A hlavne, beh ma začal baviť - veľmi.“

Zuzka behá za Bratislava Marathon Sport Club. Rozbehne to s vami na polmaratónskej vzdialenosti. Ak sa jej budete držať, máte šancu na skvelý výsledok, pretože je ozaj veľmi rýchla!



Tomáš Benedek

„Neprekonávaj iných ale seba – to je moje motto, ktoré hovorievam aj môjmu synovi. Tomi sa narodil s chromozómom navyše. Downov syndróm mu život určite neľahčuje, no my sa snažíme ukázať, že Tomi má rovnaké potreby ako akékoľvek iné dieťa. Láska, trpezlivosť a pocit, že vás niekto miluje aj s nedostatkami je to, čo potrebuje každý bez ohľadu na počet chromozómov.“

Vyšetrenia u špecialistov, nekonečné fyzioterapie, drahé rehabilitačné pobyty... Spojiť to všetko s Tomiho potrebami, časom s rodinou, prácou na smeny a s behom nie je jednoduché. Tomáš si napriek tomu dokáže nájsť čas aj na tréning. Na minimaratóne bude robiť vodiča mladému mužovi s Downovým syndrómom a v nedeľu nohy rozbehne na polmaratóne.

Maroš Kudlík



„V minulosti som trikrát porazil rakovinu. Ani po zdravotných problémoch a po tom, ako som prišiel o nohu, som nestratil bojovnosť, vďaka ktorej prekonávam prekážky v živote tak, ako na pretekoch Spartan race. Vlastne, od straty nohy zvládam všetko „ľavou – zadnou“. (pozn. Marošovi humor naozaj nechýba). Chcem ľuďom ukázať, že hendikep nemusí byť prekážkou, či výhovorkou. Moje motto znie: „Nikdy sa nevzdávaj, sila a vytrvalosť je ukrytá v každom z nás.“

Maroš je príkladom toho, že v športe sa dá napredovať (alebo v hociktovej inej oblasti života) aj s hendikepom, ktorý už ďalej nemusí byť prekážkou, či výhovorkou. Úspešne dokončil 56 pretekov Spartan (extrémne prekážkové preteky), dokonca aj Ultra (50 km v teréne, 60 prekážok rôzneho charakteru). U nás si so svojou partnerkou odbehne polmaratón.

Žany Jakubiková



„Som (ne)obyčajná mama dvoch úžasných šidiel. Mala som výraznú obezitu, ale chcela som mojim deťom stíhať, tak som sa začala viac hýbať a podarilo sa mi schudnúť viac ako 70 kg. A niekde v tomto období som si zamilovala beh. Rozhodla som sa behať každý deň (od apríla 2020). Mám šťastie, že môžem a stále chcem a stále sa je kam posúvať. Cez beh spoznávam seba, prírodu, ale aj iných ľudí.“

Žany chcela stíhať svojim deťom, a tak sa rozhodla schudnúť. Je krásnym dôkazom toho, že keď človek niečo naozaj chce, dokáže všetko! V Bratislave si odbehne hlavnú disciplínu – maratón.



Zahraniční ambasádori

Ambasádor pre Rakúsko



Stefan Langer sa so svojou bežeckou skupinou WEEKLY LONG RUN zúčastňuje našich podujatí už od roku 2017. Motivuje ďalších bežcov z Rakúska, aby sa zúčastnili 18. ročníka ČSOB Bratislava Marathon. Veď Viedeň a Bratislava sú od seba vzdialené len 65 km.

„Volám sa Stefan, mám 54 rokov a pracujem vo Viedni ako právnik. Milujem beh a moja obľúbená vzdialenosť je maratón. Na ČSOB Bratislava Marathon 2023 však pobežím polovičnú vzdialenosť, spolu so starším synom Nikolausom, pre ktorého to bude vôbec prvý polmaratón v živote.“

Ambasádori pre Českú republiku



Neustále usmiaty bežecký pár, bežecí blogeri, redaktori, milovníci a propagátori behu – Soňa Hrabec Kotulková a Michal Hrabec. Okolo behu sa točí celý ich život. Zoznámili sa na pražskom polmaratóne, po troch rokoch mali originálnu bežeckú svadbu. O svojom bežeckom živote píšú už siedmy rok blog s názvom Running2.cz a dokonca im o behaní vyšla aj kniha „Manželé v běhu“.

„Do Bratislavy sa veľmi tešíme. Je to naše obľúbené miesto. Bežali sme tu už niekoľkokrát a vždy tu objavíme nové krásne miesta, nové výzvy a hlavne skvelých (nielen bežeckých) priateľov! Na bratislavskom maratóne sa nám páči aj to, že sa tu dá kvalifikovať na majstrovstvá sveta v maratóne v rámci vekových kategórií a dostať sa tak na jeden zo šiestich najväčších maratónov sveta!“

Verní maratónci

„Šťastná štvorka“ alebo „Lucky four“ má už len štyroch členov. Sú to naši verní maratónci, ktorí od zrodenia maratónu v Bratislave nevynechali žiaden ročník a úspešne absolvovali každý maratón v Bratislave od roku 2006. Šťastnú štvorku tvoria:



Eva Seidlová

Slovenská rekordérka v počte absolvovaných maratónov. V roku 2018 v Bratislave absolvovala svoj 400-tý maratón a na ČSOB Bratislava Marathon 2023 si odškrtnie vo svojom maratónskom zozname číslo 500. Obdivuhodné, však? A to svoj prvý maratón zabehla až vo veku 38 rokov!

„V porovnaní s najväčšími svetovými maratónmi je ČSOB maratón síce komornejší, ale za to sa tam cítim príjemnejšie a hlavne som doma. Som hrdá na to, že som absolvovala všetky ročníky tohto maratónu, už nás takých nie je veľa. Organizátori prešli kus poriadnej cesty. V podmienkach, aké majú a aký je trend organizovania maratónov v súčasnosti, robia už doslova maximum.“



Ondrej Székeli

„Pre mňa ako rodeného Bratislavčana je sviatkom odbehnúť maratón vo vlastnom meste. Myslím, že aj to je dôvod, prečo sú mnohí bežci na štarte. A tí mimobratislavskí môžu mať zážitok z pekného okruhu a širokej ponuky vzdialeností, kde si môže každý vyskúšať prekonať sám seba. Páči sa mi, že maratón nevolí cestu elitných bežcov, ale chce byť podujatím pre všetkých.“



Josef Oborný

Josef patrí vekom k skúsenejším bežcom. Spýtali sme sa ho, čo ho motivuje k tomu, aby pokračoval s behom a aký je jeho cieľ na ČSOB maratóne v nedeľu 2.apríla 2023.

„Vždy sa teším na endorfiny, teším sa na pekné miesta v lese, chcem si udržať kondíciu (ktorú mi niektorí rovesníci závidia).“

Na 18. ročníku ČSOB maratónu mám konkrétny cieľ: 4:59:59 a zostať verný! Ak to pôjde lepšie, nedbám.“



David Nagy

„Od detstva som bol vedený k športu. Seriózne som sa začal behu venovať od roku 2004, kedy som zabehol svoj prvý maratón. Zaujala ma táto kráľovská atletická disciplína a preto som sa rozhodol zúčastniť sa aj prvého ročníka ČSOB maratónu v mojom rodnom meste. Z roka na rok sa toto podujatie zlepšuje organizačne a aj trať je ideálna.“



Vodiči



Meno Priezvisko	Čas vodiča
MARATÓN	
Marek Pavúk	čas na 3:15
Marian Pavúk	čas na 3:15
Stanislav Ďuriga	čas na 3:30
Miroslav Bátovský	čas na 3:45
Róbert Chrastina	čas na 4:00
Martin Petreje	čas na 4:00
Marek Fábry	čas na 4:30
Jozef Pavlov	čas na 4:30
POLMARATÓN	
Konstantin Zhelezov	čas na 1:30
Tomáš Belovič	čas na 1:30
Peter Ľubušký	čas na 1:40
Ľubomír Tvrdoň	čas na 1:40
Róbert Beleš	čas na 1:45
Emil Haas	čas na 1:45
Martin Veselý	čas na 1:50
Jana Halušková	čas na 1:50
Jan Kýška	čas na 2:00
Mária Pomajbová	čas na 2:00
DESIATKA	
Ľubomír Tvrdoň	čas na 45 min.
Roman Švec	čas na 45 min.
Róbert Beleš	čas na 50 min.
Martin Henc	čas na 50 min.
Zuzana Krajčová	čas na 55 min.
Jozef Palka	čas na 55 min.
Dárius Major	čas na 60 min
Martin Pavko	čas na 60 min

Merchandise



25€



25€



30€



12€



8€



15€

EVENT MERCHANDISE

25€



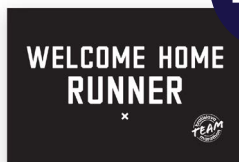
25€



25€



25€



30€



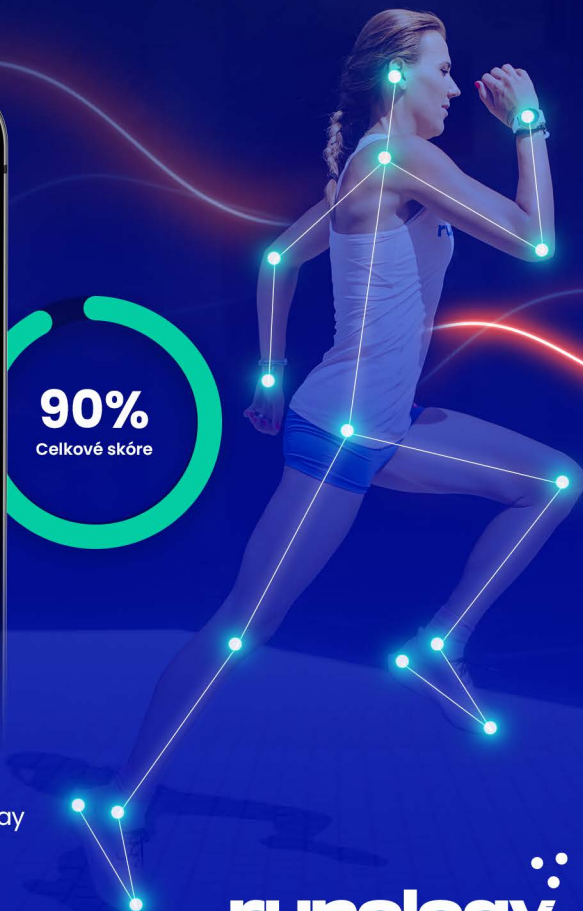
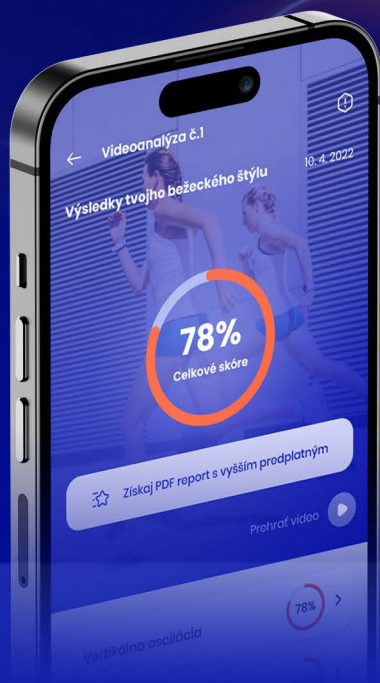
50€



Veľké predstavenie **RUNology.app** na ČSOB Bratislava Marathon

**1. – 2.
apríla**
na námestí
v Eurovea

Príď si vyskúšať appku medzi prvými.



RUNology.app

nájdeš v App Store a Google Play
od **apríla 2023**



runology



Organizačný team

Riaditeľ podujatia

Jozef Pukalovič

Výkonný a marketingový riaditeľ

Peter Pukalovič

Športový riaditeľ

Tomáš Willwéber

Športový koordinátor

Dag Bělák

Vedúci rozhodca

Renáta Poľanská

Asistenti vedúceho rozhodcu

Miroslav Helia, Imrich Ozorák,
Branislav Droščák

Odborný konzultant

Ján Košťál

Úsekovi koordinátori

Peter Novák, Marek Šlosár,
Juraj Kmeť, Viktor Matys,
Karol Skladan, Erik Baláž

Media a komunikácia

Petra Pukalovičová, Bronislava
Chrappa, Gabriel Bogdányi

Produkcia

Zdeno Kozlík, Kristína Dirnbergerová,
Lenka Malíková

Tréneri

Romana Komarňanská, Lucie
Urbaczková, Iulia Shapiro

Koordinátor zdravotnej služby

Jaroslav Sabol

Event set-up

Nikolas Filípek, František Kuba,
Tibor Mišutka, Viktor Kurdi

Registrácia

Zuzana Kubová, Radka Suchá

VIPs, dobrovoľníci, ceremony

Jana Baginová, Monika Tažarová

Grafika

Martin Klementis, Michal Rentka

Časomiera a výsledkový servis

Dušan Richter a Norbert Švec

Dopravné značenie

Matúš Kováč

EUROVEA

SPOLU OTVORÍME BUDÚCNOSŤ

MÁJ 2023



Ďakujeme partnerom





ČSOB BRATISLAVA MARATHON 2024

07.04.
2024