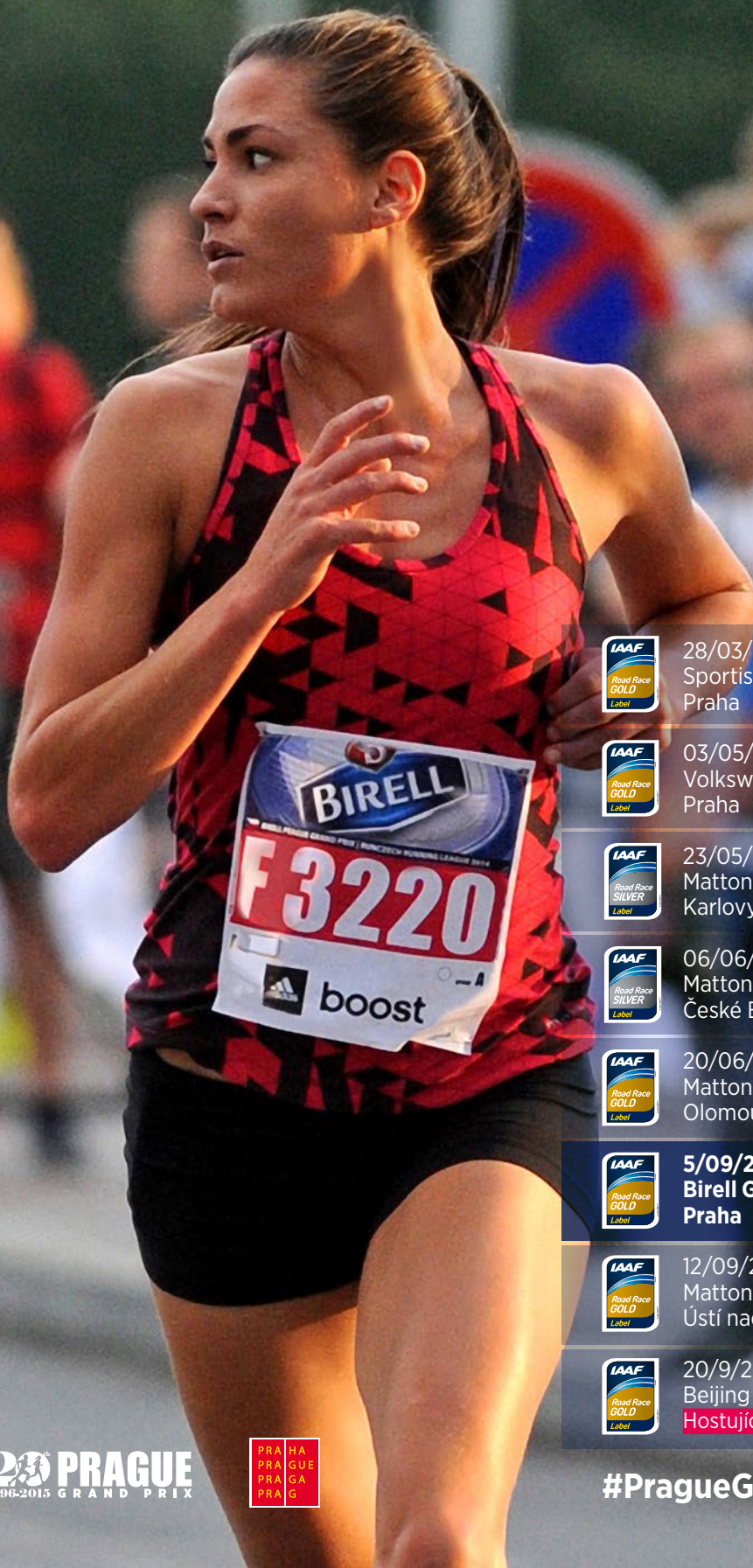


Birell Grand Prix Praha | Birell Prague Grand Prix

# RunCzech

e v e n t g u i d e



28/03/2015  
Sportisimo 1/2Maraton  
Praha



03/05/2015  
Volkswagen Maraton  
Praha



23/05/2015  
Mattoni 1/2Maraton  
Karlovy Vary



06/06/2015  
Mattoni 1/2Maraton  
České Budějovice



20/06/2015  
Mattoni 1/2Maraton  
Olomouc



5/09/2015  
Birell Grand Prix  
Praha



12/09/2015  
Mattoni 1/2Maraton  
Ústí nad Labem



20/9/2015  
Beijing Marathon  
Hostující závod / Guest race

RUNCZECH

20 PRAGUE  
1996-2015 GRAND PRIX



#PragueGrandPrix

# Není nic lepšího

Zažij v cíli osvěžující  
Pomelo & Grep





## PROGRAM

### GRAND PRIX EXPO 30/08/2015 – 05/09/2015 (RUNNING MALL, FRANTIŠKA KŘÍŽKA 11, PRAHA 7)

31/08 – 03/09	12:00 – 20:00
04/09	8:00 – 20:00
05/09	8:00 – 15:00

### PÁTEK / FRIDAY 04/09/2015 (RUNNING MALL, FRANTIŠKA KŘÍŽKA 11, PRAHA 7)

17:00 Předzávodní proběhnutí / Pre-Race Run

### SOBOTA / SATURDAY 05/09/2015 (NÁMĚSTÍ REPUBLIKY / REPUBLIC SQUARE)

16:00	Zahájení programu dne / Start of the program
18:00	Start adidas Běhu pro ženy 5 km / Start of the adidas Women's Race 5 km
18:30	Slavnostní vyhlášení vítězek adidas Běhu pro ženy 5 km Award ceremony – adidas Women's Race 5 km
19:30	Start Birell Běhu na 10 km / Start of the Birell 10km Race
20:10	Slavnostní vyhlášení Birell Běhu na 10 km – muži Award ceremony – Birell 10km Race – men
20:15	Slavnostní vyhlášení Birell Běhu na 10 km – ženy Award ceremony – Birell 10km Race – women
20:20	Slavnostní vyhlášení Birell Běhu na 10 km – Češi a Češky Award ceremony – Birell 10km Race – Czech men and women

V PŘÍMÉM PŘENOSU NA ČT SPORT / LIVE BROADCASTING ON ČT SPORT

RUNCZECH

www.runczech.com  
www.runningmall.cz  
www.praguemarathonstore.cz



/RunCzech  
/PragueInternationalMarathon  
/RunningMall



@RunCzech  
#PragueGrandPrix



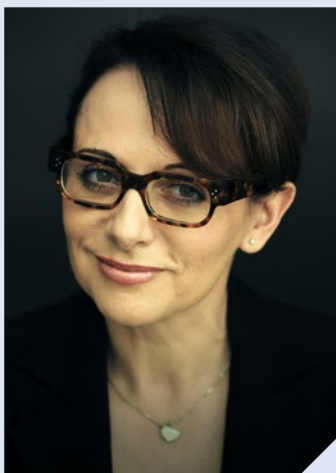
/RunCzech



/RunCzech



/RunCzech



Vážení příznivci sportu a běhu zvláště, dovolte mi vás všechny co nejsrdečněji přivítat na letošní Birell Grand Prix Praha. Běh a běžecké závody se za posledních dvacet let staly součástí pražského sportovního života. Každoročně se tisíce profesionálních, ale především amatérských běžců sjíždí do našeho krásného města, aby v něm nejen podali kvalitní sportovní výkon, ale také mohli obdivovat jeho krásu a jedinečnou

atmosféru. Pro Prahu jsou tyto závody vítanou možností propagace, a jsem proto velmi ráda, že se s nimi Pražané ztotožnili. Vždyť v našich ulicích vidíme každý den mnoho lidí, pro které běh znamená oblíbený způsob zvyšování fyzické kondice a relaxace. Mezi ně patřím i já.



» ADRIANA KRNÁČOVÁ  
primátorka hl. m. Prahy

*Dear Fans of Sport and, above all, Running,*

*It is my pleasure to warmly welcome you to this year's Birell Prague Grand Prix.*

*Over the last twenty years, running and running races have become part of Prague sporting life. Each year thousands of professional, but most of all amateur runners, flock to our beautiful city to not only deliver sporting performances, but also to admire its unrivalled beauty and atmosphere. We view such races as a great chance to promote the city, and I am really happy that Prague residents have such a great relationship to them. Each day a great many people can be spotted out running on the city's streets as a means to improve their physical condition and to relax. And I am one of them.*

» ADRIANA KRNÁČOVÁ  
Prague City Mayor



Vážení sportovci a sportovní fanoušci, vítejte u nás v Praze 1 – v městské části, kterou celý svět vnímá jako pokladnici architektury, sochařství a dalších uměleckých skvostů. Praha 1 je ale už od nepaměti zasvěcena i sportu: první doklad o organizovaném běhu máme už z roku 1297, kdy se konal běh na počest korunovace českého krále Václava II. Začátek organizované atletiky ale přinesl až vznik sportovně-vlasteneckého spolku Sokol v šedesátých letech

19. století, který později získal název Česká obec sokolská a jenž dodnes sídlí na Malé Straně.

Dalším důležitým okamžikem pro rozvoj atletiky u nás byl rok 1994, kdy se v Praze sešli přátelé Carlo Capalbo a vítěz olympijského maratonu Gelindo Bordin, kteří se rozhodli, že právě u nás uspořádají takový maratonský závod, který se vyrovná těm nejslavnějším. Jejich sen se záhy uskutečnil a pokračuje už přes dvacet let. Přeji všem běžkyním a běžcům hodně úspěchů v Birell Grand Prix Praha 2015 a všem milovníkům atletiky krásné zážitky s jejich milovaným sportem.



» OLDŘICH LOMECKÝ  
starosta Prahy 1

*Dear Athletes and Sports Fans,*

*Welcome here to Prague 1 – the district of which the whole world perceives as a treasure of architecture, sculpture and other art treasures. Since time immemorial Prague 1 has also been dedicated also to sport: the first evidence of an organized run we have from 1297, when the race was held in honor of the coronation of King Wenceslas II. But the beginning of organized athletics brought the formation of sports-patriotic club Sokol in the 1960's, which later acquired the name of the Czech Sokol and who still resides in the Lesser Town.*

*Another important moment for the development of athletics in this country was in 1994, when friends Carlo Capalbo and winner of the Olympic marathon Gelindo Bordin met here in Prague, and they decided to organize such a marathon race that rivals with those of the most famous. Their dream was soon realized and continues over twenty years.*

*I wish to all of the runners a lot of success in the Birell Prague Grand Prix 2015, and hope all lovers of athletics will have beautiful moments with their beloved sport.*

» OLDŘICH LOMECKÝ  
Mayor of Prague 1



Milí běžci a příznivci běhu, jako fanouškoví sportu je mi velkou ctí, že se i letos můžeme jako titulární partner podílet na přípravě a realizaci Birell Grand Prix Praha. Navazujeme na silný a úspěšný ročník, který sklídil velmi pozitivní ohlas široké sportovní veřejnosti a já osobně se velmi těším a věřím, že ten letošní jubilejní 20. ročník si všichni účastníci užijí minimálně stejně tak, jako v loňském roce. Naše letošní novinka, nealkoholický nápoj Birell Pomelo&Grep osvěží i letos všechny závodníky, a to jak přímo na trati, tak i v samotném cíli závodu. Kdo

s námi běžel vloni, mohl si ze závodu odnést vzpomínku v podobě několika „běžeckých fotografií“ a tuto možnost foto-vzpomínky pro vás připravíme na běžeckou trať i v letošním roce. Všem, kteří berou sport jako nedílnou součást aktivně prožitého života, přeji skvělý běžecký zážitek, co nejlepší zaběhnutý čas, a po doběhnutí příjemné doplnění sil s Birellem.

» PAOLO LANZAROTTI  
generální ředitel Plzeňského Prazdroje, a.s.

*Dear Runners and Fans of Running,  
As a sports fan it is a great honour for me to be able to say that this year, too, our company is participating in the preparation and execution of Birell Prague Grand Prix. We are following up on a strong and successful year which met with very positive feedback by the general sports public. I am personally looking forward to this event and I hope that all the runners will enjoy this jubilee year of the running event at least as much as they did last year. Our innovation, Birell Pomelo&Grapefruit non-alcoholic beer, will this year provide refreshment to all the participants both during the race and at the finish line. Those of you who ran with us last year had the chance to take home a souvenir - their own "running photograph"; you will have the same opportunity this year as well. Let me wish all those who consider sports to be an inseparable part of their active lives a fantastic running experience, the best times possible, and also that they nicely recharge their batteries with Birell after crossing the finish line.*

» PAOLO LANZAROTTI  
General Manager of Plzeňský Prazdroj, a.s.



Milí běžci, drazí přátelé, Birell Grand Prix Praha je nejkratším během RunCzech běžecké ligy, což mu ale neubírá nic na jeho kouzlu. Start ve večerních hodinách a osvětlené ulice Prahy mu propůjčují výjimečnou atmosféru a dělají z něj pravý běžecký svátek. Druhý náš nejstarší závod se letos rozběhne již podvacáté a já jsem rád, že se z pětikilometrového závodu stala největší ženská běžecká akce u nás a z desítky jedna z nejrychlejších tratí, na které startují ti nejlepší vytrvalci světa.

Závod je oceněn nejen zlatou známkou kvality Mezinárodní asociace atletických federací IAAF, ale také tisíce šťastných úsměvů běžců v cíli, což je pro nás tou největší odměnou. Přeji vám, abyste si z toho dvacátého jubilejního ročníku odnesli jen ty nejlepší běžecké zážitky. Těším se na vás v cíli!



» CARLO CAPALBO  
prezident organizačního výboru

*Dear Runners and Friends,  
The Birell Prague Grand Prix is the shortest of the RunCzech Running League races, however this doesn't make it any less special. Taking place in the evening when Prague is beautifully lit up, the atmosphere at the start line is nothing short of electrifying and the event a true running festival. Our second oldest event will be held for the twentieth time this year and I'm delighted that the five-kilometre race has become the largest running event in the country and the ten-kilometre one of the fastest courses in the world. Not only does this race boost Gold Label status from the International Association of Athletics Federations (IAAF), but it also has the privilege of welcoming thousands of happy faces from runners at the finish. And what better reward could we wish for than that? I hope you come away with the best possible running experience from our twentieth jubilee race. And I look forward to seeing you at the finish!*

» CARLO CAPALBO  
President of the Organising Committee

## ZÁKLADNÍ FAKTA



## BIRELL GRAND PRIX PRAHA

Datum:	5. září 2015
Poprvé se konal:	18. května 1996
Příští ročník:	10. září 2016
Ročník:	20.
Titulární partner:	Birell
Ocenění IAAF:	Zlatá známka kvality
Místo startu / cíle:	náměstí Republiky
Součástí Birell GP Praha:	adidas Běh pro ženy 5 km Birell Běh na 10 km

## adidas Běh pro ženy 5 km:

Délka trati:	5 km
Časový limit:	45 min
Kapacita:	3 000 běžkyň

## Birell Běh na 10 km:

Délka trati:	10 km
Časový limit:	90 min
Kapacita:	6 000 běžců

## ESSENTIAL FACTS

## BIRELL PRAGUE GRAND PRIX

Date:	5 September 2015
First held:	18 May 1996
Next edition:	10 September 2016
Edition:	20 <sup>th</sup>
Title partner:	Birell
IAAF Label:	IAAF Road Race Gold Label
Start / Finish:	Republic Square
Parts of the Birell Prague Grand Prix:	adidas Women's Race 5 km Birell 10 km Race

## adidas Women's Race 5 km:

Distance:	5 km
Time limit:	45 min
Capacity:	3,000 runners

## Birell 10 km Race:

Distance:	10 km
Time limit:	90 min
Capacity:	6,000 runners

## REKORDY RECORDS

## BIRELL BĚH NA 10KM / BIRELL 10KM RACE

## REKORDY ZÁVODU / EVENT RECORDS

Muži / Men:	<b>0:27:28</b> (2014), <b>Geoffrey Ronoh</b> (KEN)
Ženy / Women:	<b>0:31:05</b> (2014), <b>Correti Jepkoech</b> (KEN)

## NEJRYCHLEJŠÍ ČEŠI / THE FASTEST CZECHS

Muži / Men:	<b>0:29:26</b> (1999), <b>Pavel Fashingbauer</b>
Ženy / Women:	<b>0:33:59</b> (2013), <b>Anežka Drahotová</b>

## OBECNÉ / GENERAL

## SVĚTOVÉ REKORDY NA 10 KM / WORLD RECORDS IN 10 KM:

Muži / Men:	<b>0:26:44</b> (2010), <b>Leonard Komon</b> (KEN)
Ženy / Women:	<b>0:30:21</b> (2003), <b>Paula Radcliffe</b> (GBR)



## VĚDĚLI JSTE ŽE / DID YOU KNOW THAT...

... loňský ročník Birell Grand Prix Praha byl nejrychlejší desítkou světa roku 2014? Všichni tři muži na stupních vítězů zaběhli časy pod fantastických 28 minut a zaujmají druhé, třetí a páté místo světových tabulek roku 2014. / ... last edition of the Birell Prague Grand Prix was the world's fastest 10 km race of the year 2014? All three men at the winner's podium ran fantastic times under 28 minutes which are the second, third and fifth best world's performances of the year 2014.



## VÍTĚZOVÉ BIRELL GRAND PRIX PRAHA

## WINNERS OF THE BIRELL PRAGUE GRAND PRIX

## MUŽI 10 KM / MEN 10 KM (1996 - 2014)

1996	Laban Chege	KEN	28:10	2006	Wilson Kiprotich Kebenei	KEN	28:05
1997	Paul Tergat	KEN	28:59	2007	Wilfred Kipkoe Taragon	KEN	28:26
1998	Paul Tergat	KEN	28:30	2008	Vitalij Rybak	UKR	29:27
1999	Antonio Pinto	POR	28:16	2009	Marwa Dickson Mkami	TAN	28:24
2000	Miroslav Vanko	SVK	29:34	2010	Mourad Marofit	MAR	28:27
2001	Haile Gebrselassie	ETH	28:07	2011	Philemon Limo	KEN	27:34
2002	Paul Tergat	KEN	28:14	2012	Henry Kiplagat	KEN	27:51
2003	Simon Kiilu	KEN	28:31	2013	Daniel Chebii	KEN	27:35
2004	Wilson Kiprotich	KEN	27:37	2014	Geoffrey Ronoh	KEN	27:28
2005	Stanley Kipkosgei Salil	KEN	28:47				

## ŽENY 10 KM / WOMEN 10 KM (2013 - 2014)

2013	Josephine Chepkoech	KEN	32:00	2014	Correti Jepkoech	KEN	31:05
------	---------------------	-----	-------	------	------------------	-----	-------

## ŽENY 5 KM / WOMEN 5 KM (1996 - 2012)

1999	Gunhilda Halle	NOR	15:43	2006	Anikó Kalóvics	HUN	15:40
2000	Anikó Kalóvics	HUN	15:38	2007	Irene K. Kwambai	KEN	15:46
2001	Beata Rakonzai	HUN	15:58	2008	Anikó Kalóvics	HUN	15:27
2002	Anikó Kalóvics	HUN	15:30	2009	Gladys Kerubo Otero	KEN	15:46
2003	Anikó Kalóvics	HUN	15:40	2010	Zakia Mrisho	TAN	15:41
2004	Caroline Cheptonui	KEN	15:25	2011	Priscah Ngetich-Cheronó	KEN	15:32
2005	Anikó Kalóvics	HUN	15:40	2012	Tadelech Bekele	ETH	15:48



Titulární partner  
/ Title partner



Titulární partner Běhu pro  
ženy 5 km / Title partner of the  
Women's race 5 km



Hlavní partneři / Main partners



## 20 LET S GRAND PRIX PRAHA

## TWENTY YEARS WITH THE PRAGUE GRAND PRIX

1996

Rok po konání prvního ročníku maratonu přibývá další závod – Zlatá desítka pro elitní běžce z domova i ze zahraničí. Běžela se den před maratonom a startovala ze Staroměstského náměstí.

*One year after the first marathon is held, a new race – the Golden 10 – is introduced for elite local and international runners. Held one day before the marathon, the race kicks off from Old Town Square.*

1997

Zlatá desítka se přesouvá na září a dostává i nové jméno – Grand Prix. Ozdobou startovního pole je světový rekordman v půlmaratonu a později také v maratonu a olympijský medailista Paul Tergat, který potvrzuje roli favorita a vítězí v čase 28:59.

*The Golden 10 is shifted to September and is given a new title – the Grand Prix. World record holder in the half marathon (later also the marathon) and Olympic medallist Paul Tergat is confirmed as the race favourite and triumphs with a time of 28:59.*

1998

Stejně jako v předchozím roce Grand Prix suverénně ovládá keňský atlet Paul Tergat. Běží se na deseti okruzích na Staroměstském náměstí a v jeho nejbližším okolí. Tergat to zvládá za 28:30.

*Following on from his previous year's Grand Prix success, Kenyan athlete Paul Tergat delivers another masterful performance. The course comprises ten circuits around Old Town Square and the close surroundings. Tergat completes it in 28:30.*

1999

K elitním mužům se poprvé přidává také závod elitních žen na 5 km, stupně vítězů poprvé ovládají Evropané. Na pětce vítězí norská běžkyně Gunhild Halle, na dvojnásobné trati mezi muži triumfuje Portugalec Antonio Pinto, světový šampion a držitel evropského rekordu na 10 km.

*A 5 km elite race for women is added to accompany the elite 10 km race for men. For the first time Europeans take over the space on the podium. Norwegian runner Gunhild Halle triumphs in the five kilometre race, while the 10 km is won by world champion and 10 km world record holder, Portuguese runner, Antonio Pinto.*



Kromě pětky a desítky pro elitní atlety jsou součástí programu také závody pro amatérské běžce. Na tříkilometrovou trať již podruhé vyběhne Běh pro ženy a Mediální běh. Všechny závody se běží na jednokilometrovém okruhu kolem Staroměstského náměstí.

*Aside from the 5K and 10K for elite athletes, races for amateur runners also form part of the programme. Covering a three kilometre course, the Run for Women is held for a second time along with the Media Run. All races take place on a one-kilometre circuit around Old Town Square.*

2000

Na Grand Prix přijíždí další běžecká hvězda Haille Gebrselassie, který má v té době na kontě patnáctinásobné překonání světových rekordů. Dle svého dobrého zvyku dobíhá do cíle první i v Praze v novém rekordu závodu 28:07.

*The Grand Prix welcomes another running star; and this time someone with a total of fifteen world records under his belt – Haille Gebrselassie. He lives up to expectations by finishing first and smashing a new race record with a time of 28:07.*

2001

Do Prahy se opět vrací Paul Tergat a získává již třetí vítězství na této trati. K programu běžeckého víkendu přibývá v předvečer závodu také In-Line Saturday Night Party pro všechny milovníky kolečkových bruslí.

*Paul Tergat returns to Prague and goes on to scoop up his third win on this course. Designed for all roller-skating fans, the In-Line Saturday Night Party is slotted into the running weekend programme taking place in the early evening.*

2002

Program Grand Prix Praha se stále rozšiřuje a s tím roste i počet účastníků. Jeho součástí jsou závody na 10 km a 5 km pro zvané atlety, otevřený závod na 3 km pro ženy, Mediální závod a Závod Emila Zátopka v juniorské kategorii.

*The Prague Grand Prix programme is constantly expanding, and with it the number of participants. It includes 10 km and 5 km races for invited athletes, an open 3 km race for women, the Media Race and Emil Zátopek Race in the junior category.*

2003

Desetikilometrový a pětakilometrový závod přestávají být výsadou elitních běžců a Grand Prix se poprvé otevírá veřejnosti. Start a cíl zůstává na Staroměstském náměstí, ale trasa se mění z jednokilometrové na pětakilometrovou.

*The ten kilometre and five kilometre race cease to be the prerogative of elite runners, and the Grand Prix is opened to the public for the first time. The start and finish continue to take place on Old Town Square, however the course is changed from a one kilometre to a five kilometre circuit.*

2004



2005

Na Grand Prix přijíždí další běžecká hvězda – olympijský vítěz z Atén Stefano Baldini. Končí však těsně pod stupni vítězů.

*Another running star comes to the Grand Prix – winner from the Athens Olympics Stefano Baldini. He finishes just shy of a podium place.*

2006

Víc běžců, víc akcí, víc zábavy, přední světoví běžci i tisíce těch, co běží jen pro radost. Z Grand Prix se stává jeden z největších běžeckých svátků v zemi a velkolepé zakončení běžecké sezóny PIM.

*More runners, more events, more fun, leading world runners alongside thousands of others running for fun. The Grand Prix becomes one of the largest running festivals in the country and brings the PIM running season to a spectacular close.*

2007

Grand Prix se mění na noční běh. Posun času startu na večerní hodiny a běh ulicemi osvětlené Prahy výborně podtrhují atmosféru akce.

*The Grand Prix changes into a night-time race. Moving the start time to later in the evening means participants get to experience running through the illuminated streets of Prague which only adds to the electrifying race atmosphere.*

2008

Běh pro muže na 10 km získává ocenění od Mezinárodní asociace atletických federací IAAF – stříbrnou známku kvality.

*The 10 km race for men qualifies for the Silver Quality Label awarded by the International Association of Athletics Federations (IAAF).*

2009

Čtrnáctý ročník druhého nejstaršího závodu organizátorů z Prague International Marathonu běží přes šest tisíc lidí. Nejrychleji zvládá desetikiletrovou trať Marwa Mkami z Tanzánie, na pětce vítězí Gladys Otero z Keni.

*Over six thousand people take part in the fourteenth year of the second oldest race held by the Prague International Marathon organisers. The fastest to cross the finish line of the ten kilometre course is Tanzanian runner Marwa Mkami. Gladys Otero from Kenya wins the five kilometre race.*

2010

Potřetí v řadě ovládá desítku závodníků odjinud než z Keni. Vítězí Maročan Mourad Marofit, v ženské pětce triumfuje tanzanijská běžkyně Zakia Mrisho. Zatímco rekordy závodu odolávají, je zaznamenán nový účastnický rekord – běží 4 036 lidí.

*For the third time in a row, the winner of the 10K race hails from outside of Kenya. Scooping up first place on this occasion is Moroccan runner Mourad Marofit, while the Tanzanian Zakia Mrisho triumphs in the 5K. While no race records are achieved this time around, a new participant record is registered seeing a whopping 4,036 people take part.*

2011

Patrick Limo je prvním mužem, kterému se v Praze podaří zaběhnout 10 km pod fantastických 28 minut. Vylepšuje rekord závodu na 27:34 a stává se devátým nejrychlejším mužem světa roku 2011. Kromě elitních atletů desítku běží také fotbalista Pavel Nedvěd.

*Patrick Limo emerges as the first man in Prague to run the 10 km in under 28 minutes – pushing the race record down to 27:34 and making him the ninth fastest man in the world in 2011. Footballer Pavel Nedvěd joins the elite athletes on the 10 km course.*

2012

Největší hvězdou 17. ročníku je světový rekordman v maratonu Patrick Makau, který však nakonec dobíhá desátý. Vítězí Keňan Henry Kiplagat, mezi ženami vyhrává Tadelech Bekele.

*The biggest star of the 17th race year is marathon world record holder Patrick Makau, yet he only ends up finishing tenth. Victory goes to Kenyan runner Henry Kiplagat and Tadelech Bekele among the women.*

2013

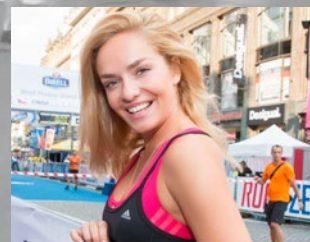
Grand Prix se přesouvá ze Staroměstského na Václavské náměstí a získává nejvyšší ocenění IAAF, čímž kompletuje zlatou sbírku známek kvality pro pražské závody. Elitní ženy poprvé běží desetikiletrovou trať a Běh pro ženy 5 km zůstává jen pro amatérské běžkyně.

*The Grand Prix moves from Old Town Square to Wenceslas Square and picks up the highest IAAF award, thus completing the collection of Gold Labels for the Prague races. Elite women runners take part in the ten kilometre course for the first time, making the Run for Women 5 km a race designed solely for amateur women runners.*

2014

Výkony prvních tří mužů na stupních vítězů jsou druhým, třetím a pátým nejrychlejším časem roku 2014 a činí Grand Prix Praha nejrychlejší desetikiletrový závod světa. Pětku běží také Miss Word Taťána Kuchařová.

*The performances of the first three men on the podium prove to be the second, third and fifth fastest times of 2014, making the Prague Grand Prix the fastest ten kilometre race in the world.*



# CO PARTNEŘI PŘIPRAVILI PRO BĚŽCE? WHAT CAN RUNNERS LOOK FORWARD TO FROM OUR PARTNERS?



## VYTVOŘ SI SVŮJ BĚŽECKÝ PŘÍBĚH Z LETOŠNÍHO BIRELL GRAND PRIX PRAHA! CREATE YOUR OWN RUNNING STORY FROM THIS YEAR'S BIRELL PRAGUE GRAND PRIX!

Není nic lepšího, než zažít pocit z právě doběhnutého závodu. A co ho prožít rovnou dvakrát? Birell pro vás letos připravil aplikaci, ve které si můžete zdarma vybrat své fotky z průběhu závodu a jedním klikem si vytvořit krátké video nebo fotokoláž jako skvělou vzpomínku, kterou pak můžete sdílet se svými přáteli. Na Expo, při závodě a po doběhu se usmívejte na fotografy v tričkách #mojebirellgp, ať váš příběh z letošního Birell Grand Prix Praha stojí za to.

*There is nothing better than feeling from the finished race. And what about experiencing it twice? Birell prepared the application for you, where you can choose your pictures from the race and create a short video just by one click of the button as a great memory, which you can share with your friends. Just do not forget to smile at photographers in #mojebirellgp T-shirts during Expo, the race and at the finish line. Make your story of Birell Prague Grand Prix 2015 count!*

## KOLEKCE ADIDAS PRO BIRELL GRAND PRIX PRAHA ADIDAS COLLECTION FOR THE BIRELL PRAGUE GRAND PRIX

adidas je spolu s RunCzech symbolem vytrvalostních běhů v České republice. Pro Birell Grand Prix Praha tak navrhl speciální kolekci s motivy města a trati závodu. Ve stánku adidas si budete také moci vyzkoušet analýzu svého došlapu Footscan.

*adidas is together with RunCzech a symbol of long-distance running races in the Czech Republic. Therefore adidas designed a special event collection for the Birell Prague Grand Prix with the motifs of the city and the course. In the adidas stand you can also try out the analysis of your running style with Footscan.*



## BĚHEJTE „MODŘE“, BĚHEJTE MOUDŘE... A NEBĚHEJTE SAMI RUN "BLUE" RUN WISELY... AND NOT ALONE

Největší automobilový koncern Volkswagen navazuje na celosvětovou kampaň Think Blue, která má u nás podobu Run Blue. O tom, jak se běhá modře, jaké jsou novinky v běžeckém světě, se nejvíce dozvíte na [www.runblue.cz](http://www.runblue.cz). Chybí vám poslední člen do štafety nebo parťák na běhání? Volkswagen pro vás rozjíždí projekt Run Blue Spoluběžci, neboli běžeckou seznamku, abyste už nemuseli běhat sami.

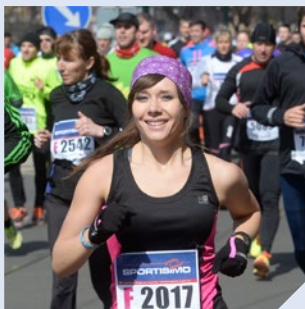
*Run Blue is an initiative from the largest automobile group Volkswagen which is building on its worldwide campaign Think Blue. You can find out more about the Run Blue concept as well as catch up on the latest running world news on [www.runblue.cz](http://www.runblue.cz). Missing one member for your relay or looking for a running teammate? Volkswagen has put together a new project Run Blue Co-Runners, a meeting forum for runners, means you no longer have to run alone.*



# Fandíme rychlosti

Zastavte se u našeho stánku u startu závodu 5. září

- › vyzkoušejte si **nejrychlejší** mobilní internet **4G LTE**
- › **O<sub>2</sub> Guru** vám dají **tipy** na běžecké aplikace
- › budete mít exkluzivní možnost **nákupu sportovního náramku Q-Band se slevou 20 %**



**SLEVA NA BĚŽECKÉ ZBOŽÍ OD SPORTISIMA  
DISCOUNT VOUCHER FROM SPORTISIMO**

Všichni běžci najdou ve svých startovních taškách slevovou poukázku, díky které si mohou doplnit svou běžeckou výbavu za zvýhodněnou cenu. Od 5. až do 30. září mohou ve všech prodejnách Sportisimo při nákupu nad 1 500 Kč uplatnit slevu 150 Kč a při nákupu nad 2 500 Kč slevu 300 Kč.

*All runners will find in their start bags a discount voucher which they can use to complete their running gear for a discounted price. If they visit any Sportisimo shop in the period from 5 September to 30 September and on purchases over 1,500 CZK apply a discount 150 CZK. On purchases over 2 500 CZK the discount is 300 CZK.*

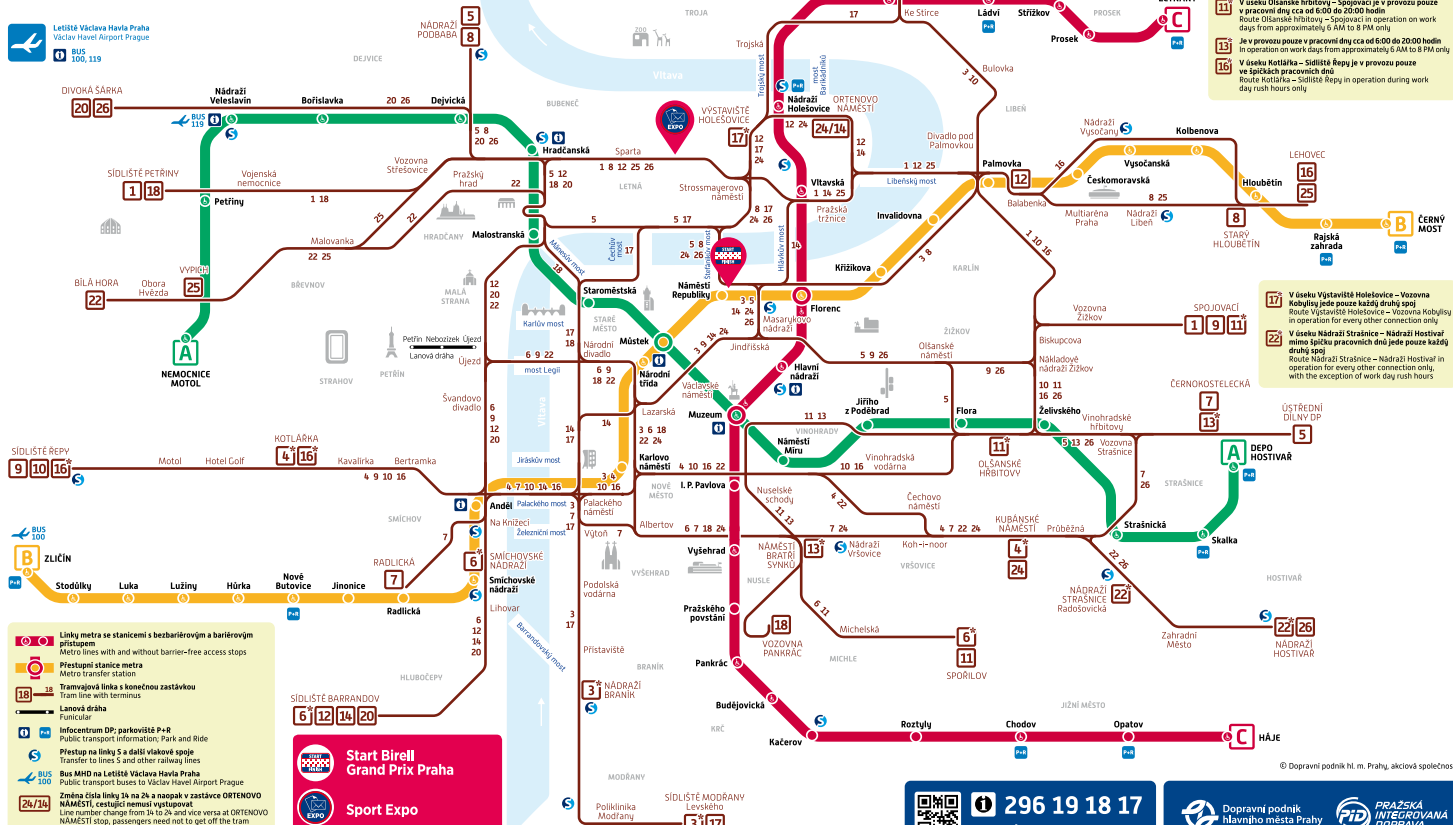
**MATTONI FREERUN**

Mattoni FreeRun je síť běžeckých tras po celé České republice, měří 5 km a jsou prověřené tisíci běžci. Na každou trasu byl navíc vybrán Mattoni FreeRun kouč, který bude organizovat běžecké skupiny a připravovat tréninky. Kouči se s dalšími běžci propojí díky facebookovým skupinám a aplikaci RunCzech, která uživatelům umožňuje snadno mezi sebou komunikovat nebo vzájemně porovnávat výsledky. Běžecký tým, který se kouči podaří sestavit, bude získávat body a vášně pro běh promění v odměnu, např. slevu na běžecké vybavení apod. Cíl projektu je jasný – rozběhat Česko!

*The Mattoni FreeRun is a network of running trails all over the Czech Republic. Individually, they are 5km long and they are verified by thousands of runners. A Mattoni FreeRun coach was assigned to each of these trails. This coach will be organizing running groups and preparing trainings. The coaches will connect to other runners through Facebook groups and the RunCzech mobile app, which allows users to communicate and compare results easily. Members of the running team, built by the coach, will also gain points, which award the passion for running with rewards such as discounts on running gear, etc. The goal of this project is clear – to make Czechs run!*



**TRAMVAJE a METRO v Praze  
Trams and Metro in Prague**



FANDĚTE S NÁMI BĚŽCŮM!

CHEER RUNNERS UP!

Ať už běžíte desítku nebo pětku, na obou tratích se vám hodí podpora známých, rodiny, kolegů nebo diváků podél trati. Fanoušci, vybavte se transparenty, cedulemi, píšťalkami nebo jinými hudebními nástroji, aby vás bylo v davu vidět! Originalitě se meze nekladou. Každý si zaslouží vaše povzbuzení. První i ten poslední.

*Whether if you are running the 10k or 5k race, you'll appreciate support from friends, family, colleagues as well as other spectators along the course. Fans, bring along banners, signs, whistles or other musical instruments to ensure you can be seen in the crowd! There are no limits to your originality. Everyone deserves to be spurred on. The first just as much as the last runner to cross the finish line.*

#### KAM PO ZÁVODĚ NA PIVO? WHERE TO GET A BEER AFTER THE RACE?

Po takovém sportovním výkonu si zasloužíte zajít „na jedno“. S Birellem jsme pro vás připravili přehled maratonských restaurací a barů, kde se bude konat Pozávodní party. Všichni závodníci najdou ve svých technických obálkách kupón, se kterým budou dvě piva za cenu jednoho. A to už je dobrá motivace! Kompletní seznam oficiálních restaurací RunCzech, kde akce platí, najdete na [www.runczech.com/party](http://www.runczech.com/party).

*After such a sport performance you deserve to go for a beer. Together with Birell we've put together a summary*

*of marathon restaurants and bars where the After-Race Party will be held. All runners find a voucher in their Technical Envelopes for one beer, get the other for free. If that's not a good source of motivation, we don't know what is! You can find the full list on [www.runczech.com/party](http://www.runczech.com/party).*

#### PUOR V Kolkovně

- V Kolkovně 910/8, Praha 1

#### La Republica

- Na Poříčí 1041/12, Praha 1

#### PUOR V Celnici

- V Celnici 1031/4, Praha 1

#### Kavárna Obecního domu

- náměstí Republiky 1090/5, Praha 1

#### Restaurant Baterka

- Dělnická 1481/7, Praha 7

#### Rumika

- Jateční 540/4

#### Avion 58

- U Průhonu 800/13, Praha 7



# Co určitě nedělat před závodem a při něm

Náročný trénink, kterému jsme obětovali takřka všechno, je úspěšně za námi. Dokonce jsme se nezapomněli ani včas zaregistrovat. Úspěchu snad už nic nebrání. Nebo se to ještě může zvrtnout? Je pár věcí, na které bychom si měli dávat pozor, aby naše předchozí námaha nepřišla vniveč.

#### Jezte jen vyzkoušené věci

V předvečer a v den závodu se vyhněte jakýmkoli stravovacím experimentům. Držte se osvědčených a řádně vyzkoušených pokrmů. Pozor si dávejte hlavně...

Více na [behani.sport.cz](http://behani.sport.cz) >

**SPORT.CZ**

## ZAJÍMAVÁ ČÍSLA INTERESTING NUMBERS

**64**národností  
nationalities**26 000**spínacích špendlíků  
safety pins**16 000**houbiček na osvěžení  
sponges**9 000**medailí  
medals**2 132**metrů plotů  
meters of fences**18 000**Birellů  
Birells**9 000**termoizolačních folií  
thermo-foils insulation**93**mobilních toalet  
mobile toilets

## Nový Sharan s inovativním systémem interiéru. Jako doma.

Nový Sharan nabízí stejné pohodlí jako Váš domov. Díky sedmi variabilním sedadlům, elektrickému otevírání dveří a řadě chytrých technologií bude mít Vaše rodina i na cestách komfort jako doma. Neváhejte a přesvědčte se sami u autorizovaného prodejce.

**Das Auto.**



ZAČNI BĚHAT  
 S NAŠIMI KOUČI

MATTONI®  
**FREERUN**®

[www.freeruns.cz](http://www.freeruns.cz)



# RYZE ŽENSKÁ ZÁLEŽITOST A PURELY WOMEN'S AFFAIR

Říká se, že 5 km je pro každého. V případě adidas Běhu pro ženy 5 km to však tak úplně neplatí. Muži mají tentokrát vstup zakázán, zůstává jim pouze role diváků, podpory na trati a obdivovatelů. První ze dvou závodů Birell Grand Prix Praha totiž bude patřit jen dámám. Tři tisícovky běžkyň na startu činí z akce největší běžeckou událost pro ženy u nás. Tak si ji, dámy, naplno užíjte!

Nejrychlejší žena byla loni v cíli za 18 minut a 19 vteřin, bohatě ale stačí, když to zvládnete do časového limitu 45 minut. Pětikilometrové vzdálenosti se tedy nemusí bát ani začínající běžkyňe, pro které je závod první běžeckou výzvou. Ženský běžecký svátek vypukne v sobotu 5. září v 18 hodin před Obecním domem. Po zaznění startovního výstřelu se za doprovodu Vltavy vydáte přes Štefáníkův most na druhou stranu řeky na nábřeží Edvarda Beneše, kde budete mít dostatek času kochat se výhledem na Pražský hrad i na panorama Nového i Starého města. Po překonání čtyřech kilometrů podruhé překonáte Štefáníkův most a budou vás čekat poslední metry do cíle. Nezapomeňte si je jaksepatří užít, potlesk diváků podél trati patří jen vám!

## ENG

*It's said that the 5km is for everyone. But this isn't entirely true when it comes to the adidas Women's Race 5km. On*

*this occasion men will not be allowed in, the only option open to them being as spectators and admirers supporting from the sidelines. The first of the two Birell Prague Grand Prix races is solely intended for ladies. Three thousand runners at the start line make this event the largest running race for women in the whole of the Czech Republic. So make sure you enjoy it, ladies!*

*Last year's fastest woman crossed the finish in 18 minutes and 19 seconds, but as long as you finish within the 45 minute time limit, that's just fine. So even if you're just starting out as a runner and this is your first running challenge, you really don't need to fear the five kilometre distance. The running festival for women kicks off on Saturday 5th September at 6 pm from the Municipal House. On hearing the start gun to the sound of Smetana's Vltava, you will head across Štefáník Bridge to the other side of the river onto Edvard Beneš Embankment where you will have plenty of time to marvel the view of Prague Castle and the panorama of both the New and Old Town. Once you've completed four kilometres, you head back over Štefáník Bridge and get ready to take on the last few metres to the finish line. And don't forget to soak up the experience and applause from spectators on the course. It's all for you!*

» RUNCZECH

## VĚDĚLI JSTE ŽE / DID YOU KNOW THAT...

... dříve se pětikilometrového závodu účastnily i elitní ženy? Nejrychleji ji zaběhla v roce 2004 Caroline Cheptonui za 15:25. Od roku 2013 běhají elitní ženy pouze závod na 10 km. / ... in the past the five kilometre race was only open to elite women runners? Caroline Cheptonui held the race record of 15:25 from 2004. As of 2013 elite female runners have only been taking part in the 10 km race..

**Radiožurnál**  
Český rozhlas



radiozurnal.cz

dnes pošleš svůj **FM** **aktuality** přes **domácí** **zpravodajství** **včera 24 hodin** **komplexní** **zahraničí**

jiný úhel pohledu **reportáže** **publicistika** **radu a tipy** **každodenní život** **ověřené informace**

**zprávy** **objektivní** **dynamické** **proč nejrychlejší** **kdě nejnověji** **věcně**

**dítěcí informace** **Brno 95,1 FM** **sport** **technologie** **vysílání** **každý den s Vámi** **frekvence** **tradice** **události** **budoucnost** **zářij** **Jeseník 91,3 FM** **Praha 94,6 FM** **hudba** **radiozurnal.cz**

Start/Cíl | Start/Finish: **náměstí Republiky/ Republiky square**  
 Technické zázemí | Technical area: **Václavské náměstí/Wenceslas Square;**  
 Seřadíště | Line-Up: **Na Příkopě/ street**  
**Trasa závodu | List of street**  
 náměstí Republiky » Revoluční » Štefáníkův most » nábreží Edvarda Beneše (1km) » nábreží Kpt. Jarose » Za Viaduktem (2km) » Za Viaduktem » Argentinská » otopka (3km) » Argentinská » Tusarova (4 km) » Tusarova » Na Maninách » Jateční » Argentinská (5 km) » Bubenské nábreží » nábreží Kpt. Jarose » nábreží Edvarda Beneše (6 km) » nábreží Edvarda Beneše (7 km) » Kosárkovo nábreží » U Železné lávky » nábreží Edvarda Beneše (8 km) » nábreží Edvarda Beneše (9 km) » Štefáníkův most » Revoluční » náměstí Republiky (10 km)



**Rescue Požární ochrana Zabezpečení objektů**  
[www.cechymen.cz](http://www.cechymen.cz)

**ČECHYMEN**  
 Komplexní řešení bezpečnosti.

**SERVICEPOINT**

**POTŘEBUJETE POSLAT ZASILKU?**

- zvýhodněná cena
- žádné smlouvy ani závazky
- hmotnost nerohoduje
- express do celého světa
- obalový materiál zdarma
- cena dle velikosti obalu
- platba v hotovosti nebo kreditní kartou
- široká síť partnerských recepcí

840 103 000, [www.dhl.cz](http://www.dhl.cz)

**DHL**  
 EXCELLENCE. SIMPLY DELIVERED.



## ELITNÍ DESÍTKA PRO 6 500 BĚŽCŮ

## THE ELITE 10K WELCOMES 6,500 RUNNERS

O hodinu a půl později po ženách startuje druhý ze závodů Birell Grand Prix Praha. Na muže a ženy čeká dvojnásobná desetikilometrová trať. Která má pověst jedné z nejrychlejších desítek. Loni byly dokonce výkony prvních tří mužů druhým, třetím a pátým nejrychlejším časem světa roku 2014. Bez ohledu na to, jak rychle Birell Běh na 10 km zvládnete, vás rozhodně čeká strhující atmosféra v nádherném prostředí centra Prahy a velkolepá sportovní podívaná.

V 19:30 zazní od Obecního domu startovní výstřel a tóny Smetanovy skladby Vltava vyprovodí běžce až ke stejnojmenné řece. První kilometr je totožný s adidas Během pro ženy, pak se závodníci vydají na takřka pětakilometrový okruh Holešovicemi, které byly původně dělnickou čtvrtí, z níž se dnes stalo atraktivní místo pro bydlení. Po nábřeží Edvarda Beneše se pak dostanou až na území Malé strany a ulicí U Železné lávky se kolem novobarokní budovy Strakovy akademie, sídla vlády České republiky, začnou pomalu vracet zpět k místu, odkud vyběhli. Zbývá už jen po Štefánikově mostě přeběhnout zpět na pravý břeh Vltavy a Revoluční ulicí se dostat do cíle. Deset kilometrů uteče rychle, tak se nezapomeňte cestou kochat výhledy na osvětlenou Prahu a užívat si závodu a podpory diváků kolem trati!

### ENG

Just one and a half hours after the women only race comes the Birell Prague Grand Prix. Spanning twice the distance and open to both men and women, the race has earned

itself the reputation of one of the fastest ten kilometre runs around. Last year, the first three men to cross the finish managed to achieve the second, third and fifth fastest world times in 2014. Regardless of how fast you complete the Birell 10 km race, you can most certainly look forward to a gripping race atmosphere held in the wonderful setting of Prague's city centre. And it's set to make for a spectacular sporting show too.

At 19:30 on the dot, runners will set off from the Municipal House to the sound of the start gun and Smetana's Vltava heading towards the city's river of the same name. The first kilometre is identical to that of the adidas Women's race, however afterwards runners head off on a five kilometre circuit around Prague's former working class neighbourhood Holešovice which has now become a desirable location to live. Running along Edvard Beneš Embankment, the runners will eventually come to the Malá Strana district and pass through U Železné lávky Street around the new Baroque building of Strakova Academy, the seat of the Czech government, subsequently making their way back on the same route. Which just leaves them to cross Štefánik Bridge onto the right side of the Vltava and head onto Revoluční Street towards the finish line. Ten kilometres goes by quickly, so don't forget to marvel the views of the city lights of night time Prague and enjoy the race and support of spectators around the course!

» RUNCZECH

### VĚDĚLI JSTE ŽE / DID YOU KNOW THAT...

... můžete odměnit sebe nebo své blízké objednaním a doručením originálního diplomu? Expresní kurýrní služba Messenger a RunCzech pro běžce připravili speciální akci, ve které vám doručí podepsaný diplom od prezidenta organizačního výboru Carla Capalba kamkoliv po celé České republice. / ... runners could treat themselves to an original diploma from the race? The diploma hand-signed by the President of the Organising Committee Carlo Capalbo will subsequently be delivered by express the courier service Messenger to anywhere throughout the Czech Republic.

Oficiální mediální partneři / Official media partners



SEZNAM.CZ

HOSPODÁŘSKÉ NOVINY



Forbes



Mediální partneři / Media partners



SPORTOVNÍ  
noviny.cz



THE PRAGUE POST



**CSOB** Pojišťovna

Oficiální pojišťovna **RunCzech** Běžecké ligy

Člen skupiny KBC

Infolinka 800 100 777 | [www.csobpoj.cz](http://www.csobpoj.cz)



ZDRAVOTNICKÁ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA  
hl. m. Prahy

PRAHA  
PRAGUE  
PRA  
G



**PŘIJMEME**

• **lékaře**

více informací na

[www.zzshmp.cz](http://www.zzshmp.cz) • [www.zzshmp.eu](http://www.zzshmp.eu)

## KOMPLEXNÍ TECHNOLOGIE, VÝROBKY A SLUŽBY

“Cílem skupiny ELTODO je inspirovat společnost, rozvíjet technologie a znalosti, a zasadit se o podobu budoucnosti našeho světa.”

### Segmenty působnosti

- Dopravní systémy
- Osvětlení
- Energetické systémy
- Technické zařízení budov
- Informační a komunikační technologie
- Kamerové systémy
- Průmyslová automatizace



ELTODO, a.s.

Novodvorská 1010/14, Praha 4, 142 01

Tel.: +420 261 341 111

web: [www.eltodo.cz](http://www.eltodo.cz), e-mail: [eltodo@eltodo.cz](mailto:eltodo@eltodo.cz)



# BĚŽECKÁ ETIKETA / RUNNER'S CODE

- 1** Dobře si rozvrhněte tempo. / Plan your pace carefully.
- 2** Před závodem absolvujte preventivní sportovní zdravotní prohlídku. / Go for a sports-health check-up before the race.
- 3** Sledujte předpověď počasí a na závod se oblékněte tak, jako by bylo o 5 °C více. Na start si můžete přobléct starší bundu či mikinu. Všechno oblečení, které zůstane ve startovním koridoru, poputuje k potřebným. / Keep an eye on the weather forecast and dress as if the temperature were 5 °C higher. You can put on an old coat or t-shirt at the start. All clothing left in the start lanes will go to the needy.
- 4** Startovní číslo si připněte na hrud' a vyplňte jeho zadní stranu. Usnadní to případné poskytnutí zdravotnické pomoci. / Fix your start number on your chest and complete the details required on the reverse side. This will make it easier to provide health assistance if necessary.
- 5** Potřebu vykonávejte na místech k tomu určených. / Use the designated toilet areas.
- 6** Dodržujte pokyny organizátorů. / Adhere to the instructions of the organisers.
- 7** Předtím, než zahodíte kelímek, odplivnete si nebo se vysmrkáte, koukněte se kolem sebe. / Make sure you look around you before throwing away your cup, spitting or blowing your nose.
- 8** Pokud už nemůžete, přeběhněte nejdříve k okraji trasy a potom teprve zastavte. Zabráníte tak srážkám a nečekaným střetnutím. / If you can't go on any more, first cross to the edge of the course before stopping. This will prevent collisions and unexpected encounters.
- 9** Občerstvovací stanice jsou dlouhé několik desítek metrů. Využijte celé délky a nezastavujte se hned u prvního stolu. / The refreshment stations are many metres long. Use the whole length of the space and don't stop right at the first table.
- 10** Můžete běžet se sluchátky na uších, pokud chcete, ale podél trati je spousta kapel, a tak je škoda o ně přijít. / You can run with headphones if you want but many bands and music points are located along the course so it would be a pity to miss them.
- 11** Radost z dokončení závodu sdílejte se svými blízkými až po proběhnutí cílem. / Share your joy about completing the run with your fans only after you've crossed the finish line.
- 12** Každý je vítěz. Užívejte si běh a radost z něj, bez ohledu na výsledný čas. / Everyone's a winner. Enjoy the run and the happiness that gives you regardless of the time.

CO VŠECHNO PATŘÍ DO ZÁSAD ZODPOVĚDNÉHO BĚŽCE? VÍCE NA [WWW.RUNCZECH.COM/ETIKETA](http://WWW.RUNCZECH.COM/ETIKETA)  
/ WHAT ELSE COUNTS ON THE LIST OF A RESPONSIBLE RUNNER? SHARE YOUR IDEAS WITH US!

| [#BEZECKAETIKETA](https://twitter.com/BEZECKAETIKETA) | [#RUNNERSCODE](https://twitter.com/RUNNERSCODE)



Zajistit zázemí pro tisíce běžců během závodu není nic snadného. Díky spolupráci s firmou JOHNNY SERVIS se nám to úspěšně daří již několik let. JOHNNY SERVIS poskytuje komplexní služby v oblasti hygienického a technického zázemí pro stavby, akce a krizové situace. Pro naše běžce na závodech zajišťujeme stovky toalet, kilometry oplocení a stany. Více na [www.johnnyservis.com](http://www.johnnyservis.com).

MOBILNÍ TOALETY



SANITÁRNÍ PŘÍVĚSY



MOBILNÍ KANCELÁŘE



KONTEJNERY



UMYVADLA A DESINFEKCE



MOBILNÍ OPLOCENÍ



PARTY SERVIS



PROTIPOVODŇOVÉ ZÁBRANY



<b>ČECHY</b> JOHNNY SERVIS s.r.o. Tel.: +420 800 100 666 beroun@johnnyservis.cz	<b>MORAVA</b> JOHNNY SERVIS s.r.o. Tel.: +420 800 222 100 brno@johnnyservis.cz	<b>SLOVENSKO</b> JOHNNY SERVIS s.r.o. Tel.: +421 911 649 628 malacky@johnnyservis.sk	<b>MAĎARSKO</b> JOHNNY SERVIS Kft. Tel.: +36 709 481 158 budapest@johnnyservis.hu	<b>RAKOUSKO</b> JOHNNY SERVIS GmbH. Tel.: +43 660 688 1966 vienna@johnnyservis.at
--	---	---	--	--

Kompletní sortiment výrobků a služeb na [www.johnnyservis.com](http://www.johnnyservis.com)

ODPADY

- svoz
- likvidace
- odpadkové koše
- zanáška popelnic

KONTEJNERY

- sutě
- odpady z obcí
- vynáška, vyklízení
- kontejnery od 1 do 40 m<sup>3</sup>
- prodej a dovoz písku

ČIŠTĚNÍ

- chodníky, ulice
- zimní údržba, posypy
- samosběry, mytí
- ruční metení
- odstraňování graffiti

V našem areálu Perucká 10 provozujeme SBĚRNÝ DVŮR hl. m. Prahy, který mohou občané Prahy využít zdarma.



**KOMWAG**<sup>®</sup>

Perucká 2542/10, 120 00 Praha 2  
tel.: +420 236 040 000, fax: +420 236 040 003  
komwag@komwag.cz, www.komwag.cz

<https://www.facebook.com/komwagas>

**17. Morgenpost Dresden-Marathon**

**18.10.2015**

Marathon  
Halfmarathon  
10-km-Run  
4,2-km-Run



2015

**DRESDNER MORGENPOST**

**MIDNIGHT SUN MARATHON, 18 JUNE 2016**



MidnightSun Marathon  
Tromsø Norway



Association of International Marathon and Distance Runners  
**AIMS**

**RUN IN THE LIGHT OF THE MIDNIGHT SUN!**

Marathon • Halfmarathon • 10K • 4.2K Fun Run

[WWW.MSM.NO](http://WWW.MSM.NO)

info@msm.no • Phone +47 77 67 33 63

# BĚŽCI SVĚTLA PRO SVĚT NAVRACÍ AFRICE ZRAK RUNNERS' LIGHTS FOR THE WORLD HELP AFRICANS SEE AGAIN

Íhned po setmění se na schodech do Letenských sadů rozsvítilo 234 svíček tvořící symbol Afriky. Hlavní charitativní partner Birell Grand Prix Praha. Světlo pro svět, tým poděkoval všem běžcům, kteří koupí startovního čísla přes neziskovou organizaci pomáhají navracet zrak nevidomým v nejchudších zemích světa. Svíčky se na Letenských schodech rozsvítí i letos.

Kolik jste s pomocí Světla pro svět letos vyběhali?  
How much have you raised by running  
for Light for the World this year?

- **580 000 Kč = 725 očních operací / eye operations**
- **1 181 prodaných čísel v roce 2015 / numbers sold in 2015**
- **2 500 lidí už běželo se Světlem pro svět**  
*/ people have already run with Light for the World*
- **Celosvětově Light for the World zajistil v roce 2014 pomoc 1,2 mil. lidí / In 2014 1.2 million people worldwide offered their support for Light for the World**

Hlavní příčinou slepoty v zemích Etiopie, Rwandě či Burkině Faso je šedý zákal, který se dá odstranit jednoduchou operací trvající přibližně 15 minut. Jedna taková operace v těchto zemích stojí 800 korun. Koupí každého startovního čísla přispíváte významnou částkou na oční péči a můžete tak někomu pomoci k tomu, aby znovu viděl. A to už je dobrý důvod k tomu vyrazit na start!

## ENG

At dusk a total of 234 candles were placed on the steps of Letná gardens as a symbol of Africa. The initiative was the brain child of main Birell Prague Grand Prix charity partner Light for the World as a gesture to thank all the runners who purchased start numbers through the not-for-profit organisation. They are committed to making it possible for blind people in the world's poorest countries to see again. And we can look forward to seeing the candles light up on Letná's steps once again this year.

*Cataracts is the main cause of blindness in Ethiopia, Rwanda and Burkina Faso however it can be cured by a simple operation that takes roughly 15 minutes. One such operation in these countries costs the equivalent of 800 Czech Crowns. A significant amount of money from each start number purchased contributes to funding eye treatment, meaning you too can help someone see again. And if that isn't a great reason to get yourself to the start line, we don't know what is!*

**Kdo běhá za Světlo pro svět u nás a ve světě?**  
*Who runs for Light for the World in the Czech Republic and elsewhere in the world?*



### Haile Gebrselassie

vyslanec dobré vůle Light for the World / Light for the World goodwill ambassador



### Jan Bauer

nevidomý běžec a majitel masérského studia „U slepejše“  
*/ blind runner and massage studio owner of "U slepejše"*



### Jitka Křížová

trasérka nevidomých běžců, v roce 2015 úspěšně dokončila maraton na Velké čínské zdi / guide for blind runners, in 2015 she successfully completed a marathon on the Great Wall of China



### Tomáš Zahálka

propaguje bosý běh a kilty počesku / promotes barefoot running and kilts around the Czech Republic

# TIPY BLOGERKY, JAK SE PŘIPRAVIT NA „PĚTKU“.

## A BLOGGER'S TIPS FOR TAKING ON THE 5K COURSE.

Říká se, že pětku zvládne uběhnout každý zdravý člověk. Ale vyplatí se na ni aspoň trochu připravit, abyste si ji mohli užít od začátku až do konce! Jak na to radí blogerka Eliška Hudcová.

### Trénink

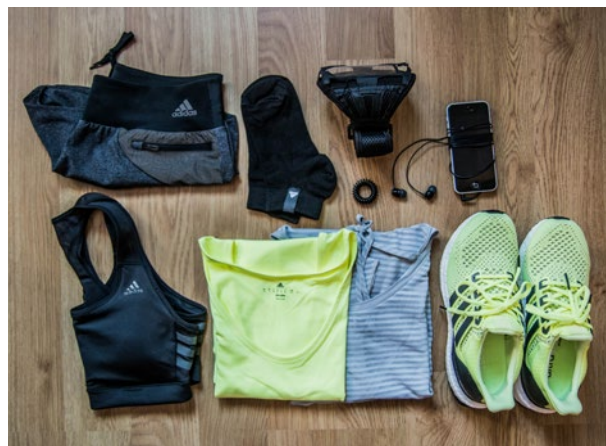
Pokud začínáte, mělo by vám bohatě stačit, pokud začnete přípravu 4-8 týdnů předem, a to 5-6x týdně. Fígl je v tom, že ne každý trénink by měl mířit na metu 5 km. Důležitá je pravidelnost. Lepší je si každý tréninkový den vyhradit 20-30 minut, při kterých pouze poběžíte volnějším tempem, případně budete kombinovat běh s chůzí. Jeden den v týdnu se zaměřte na uběhnutí kilometry. První týden můžete běžet například 4 km a každou další sobotu budete přidávat cca 500m, tudíž poslední týden před závodem byste se měli dostat nad 5km. Poslední den před závodem by mělo tělo dostat zasloužený odpočinek a čas na regeneraci, proto trénink úplně vynechte. Na závod se dobře vyspěte, ale ne déle, než obvykle, tělo by bylo pak mohlo být unavenější.

### Strava

Večer před během si dejte jídlo bohaté na sacharidy. Ty najdete především v rýži, bramborech, luštěninách nebo ovesných vločkách. Velmi užitečný je den před závodem také vitamin B6 a hořčičk, ty preventivně pomůžou proti křečím a urychlují regeneraci svalů po závodě. Poslední velké jídlo před závodem by mělo být opět složeno z komplexních sacharidů a kvalitních bílkovin, které položí základ dobrému výkonu. Každému vyhovuje něco jiného, ale většinou by toto jídlo mělo být spořádáno 2-3 hodiny před závodem. Těsně před výkonem by mělo tělo dostat porci jednoduchých cukrů, které vám dodají okamžitou energii. Ty najdete například v čerstvém ovoci. Nic nezkazíte ani dávkou kofeinu nebo energetickým nápojem, ale to vše minimálně půl hodiny před výkonem.

### Oblečení

Tou příjemnější částí dobré přípravy je správný výběr oblečení. Nejdůležitější je samozřejmě kvalitní obuv, do které se opravdu vyplatí investovat. Boty by zároveň neměly být pochopitelně nové a ideálně byste měli v těchto botách na závod i trénovat, aby si na ně noha při běhu zvykla a ze závodu vás nevyřadily například puchýře. Ženy by určitě měly dbát i na správnou běžeckou podprsenku, ideálně s vysokou oporou a dobře vyztuženou. Zbytek oblečení by měl být přizpůsobený počasí a v kreativě se meze nekladou! Samotné se mi nejlépe běhá v kraťasech s elastickou podšívkou nebo legínách. Co se trička týče, tak to musí být lehké, musí dýchat a dobře sát pot. Nejlepším doplňkem je však dobrá nálada a správný parťák, případně oblíbená hudba!



### ENG

*It's said that every healthy person can handle the 5K. But even so it pays to do a little bit of training beforehand to ensure you enjoy the experience from start to end!*

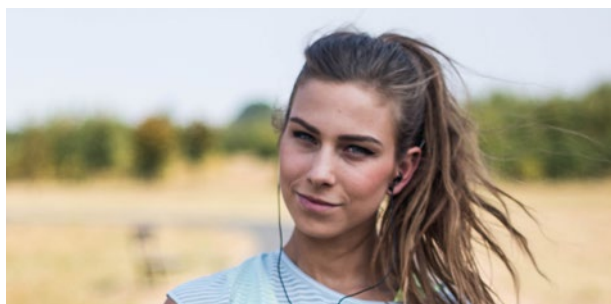
Oficiální partneři / Official partners



Wondering how to go about it? Blogger Eliška Hudcová offers her tips below.

### Training

If you're just starting out as a runner, it's enough to begin training 4-8 weeks beforehand, 5-6 times a week. You don't have to aim for 5 km each time you head out for a run, though. Running regularly is what matters. It's better if you can set aside 20-30 minutes every day running at a more relaxed pace or alternatively combining it with walking. Only one day in week you should focus on distance. For the first week you can aim for 4 km adding approx 500 m each subsequent Saturday, taking you to 5 km the week before the race. The day before the race should be spent treating your body to a break and giving yourself time to recuperate. So no training on this day. Make sure you have a good night's sleep before the race, but don't sleep any longer than usual since this could cause your body to be even more tired.



### Diet

Deny yourself the right carbs and simple sugars you may end up low on energy, hence it's important to feed your body the right carbs the evening before the race. You can find these above all in rice, potatoes, pulses and oats. It's also a good idea to take a B6 vitamin and magnesium supplement the day before race to help prevent cramps and speed up muscle regeneration after the race. For your last meal before the race you should turn once again to your trusty complex carbs and quality proteins which will lay the foundations for a solid performance. What suits one person may bother the next, but as a general rule you should eat your last meal 2-3 hours before the race. Just before the race, it's recommended to consume some simple sugars to give yourself an instant energy boost. You can find these in fresh fruit for instance. And a shot of caffeine or an energy drink won't do any harm either, but make sure to do so no later than half an hour before the race.

### Clothing

Selecting what to wear is one of the nicer parts of your training plan. You should wear your shoes in a bit first and ideally also train for the race in them so that your feet become accustomed and that you don't end up with blisters – something that could put you off running in the future. Women should also make sure they have a well-fitting running bra, ideally reinforced and with lots of



support. The rest of your clothing should be adapted to the weather and there are no limits to the imagination! I find I run best in shorts with an elasticated waist or leggings. When it comes to picking a t-shirt, it has to be light and made from a breathable material which soaks up sweat well. By far the best accessory of all, however, is to bring along a good mood and the right company or alternatively your favourite music!

» RUNCZECH



## Malý závod, velké zážitky!

Zažijte atmosféru světového závodu společně se svými nejbližšími. Vychutnejte si Ústí nezapomenutelným způsobem po boku světových běžeckých hvězd.

12. 09. 2015 Ústí nad Labem

Kartičky s registračním kódem můžete nyní zakoupit ve vybraných prodejnách dm v Ústeckém kraji. Registrace na dm rodinné běhy otevřeny! Více na [www.runczech.com](http://www.runczech.com).



[www.dmrodinnybeh.cz](http://www.dmrodinnybeh.cz)



[www.dm-drogeriemarkt.cz](http://www.dm-drogeriemarkt.cz)  
[www.facebook.com/dm.cesko](https://www.facebook.com/dm.cesko)

**dm**  
 ZDE JSEM ČLOVĚKEM  
 ZDE NAKUPUJI



JIŘÍ JEŽEK: DÍKY BĚHÁNÍ JSEM NAŠEL  
SPOUSTU NOVÝCH PŘÁTEL.

JIŘÍ JEŽEK: I HAVE FOUND MANY NEW FRIENDS  
THROUGH RUNNING

Jiří Ježek = kolo. Má šest zlatých paralympijských medailí, jel časovku na slavné Tour de France, dokáže srovnatelně soupeřit se zdravými soupeři. Občas ale kolo odloží a přichází čas na další aktivity. Třeba na běh nebo charitu.

*Jirko, ty jsi inspirací pro mnoho lidí a ukazuješ, že žít aktivně se dá i s handicapem. Jaký je tvůj vztah k běhání? Běhání je pro mě svátek. Kvůli cyklistice samozřejmě moc běhat nemůžu a během závodní sezóny už vůbec ne, ale na podzim na pár týdnů vyměním kolo za běžecké boty a ta změna pohybu je úžasný relax. Mám speciální běžeckou protézu, která mi dovoluje běžet téměř ideálně. Běh je asi ten nejpřirozenější pohyb a já jsem rád, že si ho i přes ten můj drobný hendikep můžu vychutnat. Moje manželka Soňa běhá pravidelně celý rok, takže alespoň těch pár týdnů můžeme naše sportovní aktivity dělat společně.*

*Pustil ses dokonce i do závodu. Bylo to horší než závodit na kole?*

V roce 2011 jsem absolvoval půlmaraton v Praze. Byl to pro mě úžasný zážitek, i když jsem to trochu odnesl zdravotně. Měl jsem na přípravu jen pár týdnů, takže šlachy v kotníku zdravé nohy dostaly na těch jednadvaceti kilometrech docela zabrat. Ale ta euforie na trati veškerou bolest překryla a zbyla nádherná vzpomínka. Bylo to pro mě první setkání s běžeckou „rodinou“, ve které jsem našel spoustu nových fanoušků a přátel. Těším se, že až jednou pověším kolo na hřebík, k běhání se vrátím. Ne kvůli závodění, ale kvůli té atmosféře na závodech. Ale samozřejmě, ten čas z roku 2011 - 1:51 - ten si budu chtít zlepšit...

*V poslední době ses vrhnul i na charitu. Jsi tváří projektu Birell jízda, který pomáhá handicapovaným vrátit se zpět na kolo. Ten projekt mě dostal. Spojuje totiž aktivní životní styl s pomocí handicapovaným. Vybrali jsme šest lidí, kteří potřebují nový handbike nebo kolo. Během léta putuje po českých cyklostezkách Birell brána a za každého, kdo pod ní projede, se přičte 5 Kč. Za vyježděnou částku se pak nakoupí kola nebo handbiky. Zdraví lidé tak pomáhají svým pohybem. Mají motivaci, proč neležet doma na gauči, ale vyrazit na kolo. Udělají něco pro své zdraví a ještě pomohou ostatním.*

*Ty už jsi bránou projel?*

Letos je druhý ročník, takže jsem projel loni a stihl jsem to už i letos. Vždycky posbírám kupu známých, aby částka pořádně narostla.

## ENG

*Jiří Ježek = a bike. He won six gold medals at the Paralympics, he took part in a team time trial during the popular Tour de France, and is able to compete against healthy opponents. Sometimes, though, he puts his bike aside and finds time for other activities, such as running or charity.*

*Jirka, you are an inspiration for many people and proof that it is possible to live an active life even with a handicap. What about you and running?*

*Running is a very rare activity for me. Naturally, I can't run much because of cycling, let alone during the racing season, but in the autumn I usually exchange a bike for running shoes and this change in type of movement is*



*a great relaxation. I have a special prosthetic device for running which allows for an almost ideal running style. I think running is the most natural way to exercise and I am glad I can enjoy it despite this minor handicap of mine. My wife Soňa runs regularly all year long so at least for those several weeks we can do our sports activities together.*

*You have even taken part in a running race. Was it a worse experience compared to bike races?*

*In 2011, I participated in the Prague Half Marathon. It was an amazing experience for me although I had some health problems afterwards. I only had a few weeks to prepare for the race so the tendons in my left ankle had a hard time after those 20 kilometres. But the euphoria during the race helped me overcome all the pain, and the beautiful memories remained. It was my first meeting with my "family" of runners, where I have found a lot of new fans and friends. I look forward to the time when I can hang up my spike (my bike) one day and get back to running. Not because of the racing but because of the atmosphere of the races. But, of course, I will want to improve the 2011 time (1:51).*

*You have got involved in charity lately. You are the face of the Birell Ride project, which helps handicapped people get back onto the bicycle seat.*

*This project really appealed to me as it combines an active lifestyle and help for handicapped people. We have chosen six persons who need a new hand bike or bicycle. Throughout summer, the Birell Gate has toured Czech cycle paths, and a contribution of 5 CZK is made on behalf of everyone who rides under it. The total amount will be used to purchase bikes or hand bikes. Healthy people thus help by their active exercise. This is a motivation for them not to stay at home on the couch but to get out on a bike. They do something good for their condition plus they help others.*

*Have you ridden under the gate?*

*This is the 2<sup>nd</sup> year of this event so I did it last year and I already managed to ride under the gate this year, too. I always bring a bunch of friends with me to make a nice contribution to the final amount.*

» RUNCZECH

## **BIRELL JÍZDA PROJEKT, KTERÝ POMÁHÁ VRÁTIT HANDICAPOVANÉ ZPÁTKY DO SEDLA BIRELL RIDE - A PROJECT THAT HELPS HANDICAPPED PERSONS GET BACK ONTO THE BICYCLE SEAT**

Sednout na kolo a vyjet... Pro většinu lidí samozřejmost. Pro někoho ale nesplněný sen. Zatím! Šest handicapovaných, kteří toužili po novém handbiku nebo kole, se už těší, až se projedou. A to díky Birell jízdě. Celé léto pomáhali handicapovaným všichni aktivní lidé tím, že projížděli či probíhali pod speciální Birell bránou, která putovala po celé ČR. Za každý průjezd se přičetlo 5 Kč. Za vyježděnou částku Birell nakoupí kola a handbiky.

Birell jízda není sbírka. Lidé nepomáhají penězi, ale svým pohybem. „Birell jízda je skvělou motivací, proč usednout na kolo a vyjet. Lidé pomohou totiž hned dvakrát najednou. Svému zdraví a lidem kolem sebe“ popisuje hlavní myšlenku projektu manažer značky Birell Luděk Baumruk. Že se získá dostatek peněz, věřila i šestice handicapovaných, kteří navzdory svému handicapu chtějí žít aktivně. Pětadvacetiletý Pavel, který sport miluje, se ho nechce vzdát. Kvůli nešťastnému skoku do vody ochrнул na celou spodní část těla a je nyní upoután na invalidní vozík. Mladá maminka Iveta si chce znovu vyjet se svým synem stejně jako před těžkou nehodou, která ji v loňském roce potkala. Milena zase žije pro svou dcerku, díky které zvládla trombózu a následnou amputaci nohy. Kateřina a Jakub si navzdory zákeřnému nádoru chtějí zase šlápnout do pedálů. A Pavel, kterému se stal úraz pádem ze stromu při výkonu práce, si přeje znovu zažít projížďky s rodinou i účast na závodech. Během podzimu každý z nich díky všem, co se do projektu zapojili, dostane své vytožené speciálně upravené kolo či handbike a bude se tak moci vrátit zpět do sedla. V létě 2016 proběhne další ročník projektu, tudíž doufáme, že se všichni nadšení běžci také zapojí. Ambasadorem projektu je několikanásobný paralympionik Jiří Ježek.

*Hopping on a bike and setting off... that's what most people just take for granted. For some people this is a dream yet to come true! A group of six handicapped persons who have longed for a new hand bike or a bicycle just can't wait to be able to take a ride. All this thanks to the Birell Ride.*

Throughout summer, all active people were helping the handicapped by running or riding under the special Birell gate travelling around the Czech Republic. Each ride represented a contribution of CZK 5. The amount obtained in this way will be used by Birell to purchase bikes and hand bikes. The Birell Ride project is no charity collection. People don't help with money but by being active. "Birell Ride is a great motivation to get on a bike and set off. People can help two causes at once: their health and the people around them," Luděk Baumruk, project manager, describes the idea behind the project. Our group of six also believed that they would receive a sufficient amount of money. Pavel (25) loves sports and doesn't want to give them up. The lower part of his body was left paralysed after a misfortunate jump into the water, and he is now wheelchair-bound. Iveta, a young mom, would like to take a ride with her son again, just as she did before she had a severe accident last year. Milena lives for her daughter; it is thanks to her that she coped with a thrombosis and subsequent leg amputation. Kateřina and Jakub want to step on the pedals again despite an insidious tumour. And Pavel, who suffered an injury as a result of falling off a tree during work, wishes to enjoy rides with his family and to be able to participate in races. Another year of this project will start again in summer 2016, so we hope that all keen runners will join in, too. Multiple Paralympian Jiří Ježek is the project's ambassador.

# DĚLÁ HEZKÉ NOHY A ZVYŠUJE KONDICI, ŘÍKÁ O BĚHU PRAŽSKÁ PRIMÁTORKA IT MAKES YOUR LEGS LOOK GOOD AND IMPROVES YOUR SHAPE, SAYS PRAGUE CITY MAYOR

Sama vstává pražská primátorka Adriana Krnáčová za rozbřesku, aby si ve Stromovce odkroužila svůj ranní běh. Zvládne jej před začátkem každodenního pracovního shonu každý druhý den. Ženám běh rozhodně doporučuje. Jsou pak ještě přitažlivější. Přesvědčte se o tom, že i jí to při běhu sluší. Kdy? Při zářijové Birell Grand Prix Praha.

*Součástí této velké akce je i adidas Běh pro ženy 5 km, samostatný běh určený jen ženám. Co byste jeho účastnicím vzkázala?*

Jen do toho, děvčata, běh dělá hezké nohy a zvyšuje kondici!

*Máte chuť jít příkladem a proběhnout se městem, které spravujete, společně s účastnicemi tohoto běhu?*

Budu se snažit a, když mi to povinnosti dovolí, velmi ráda si přijdu zaběhat.

*Kdy jste si naposledy v Praze „stříhla“ pětku?*

Pětku si stříhnu skoro každý den, běhám pravidelně. A když běžím pět kilometrů, většinou to zvládnu do 26 minut. Na běh si najdu čas každý druhý den ráno. Většinou vybíhám do Stromovky, to je mé oblíbené místo pro běžecké tréninky. Potkat mě tam běžci mohou kolem šesté hodiny ranní, někdy i dříve.

*Co vás k běhu motivuje?*

Jde především o psychohygienu. O to, abych si vyčistila hlavu od veškerých starostí a udělala něco i pro své tělo. Jde o určitou formu meditace. Když máte svůj rytmus, někdy úplně vypustíte čas. Není nad to po ránu,

v době, kdy začíná svítat a Praha ještě spí, proběhnout se ve Stromovce. V průběhu dne se někdy „vypnu“ na deset minut a medituji. Snažím se mozek uvolnit tím, že nemyslím na nic, to mi přináší uklidnění. Nevěřili byste, ale i takových pár minut relaxu stačí a pak člověk najde sílu fungovat normálně dál.



*Co více vnímáte? Fakt, že do světa letí zpráva o tom, že v Praze elitní atleti zaběhli světové časy nebo to, že počet účastníků, pro něž je účast v závodech vyvrcholením dlouhodobého rekreačního běhání, dosahuje tisíců a rok od roku roste?*

## Žijeme sportem

Z pozice primátorky především vnímám to, že běžecké soutěže jako půlmaraton, maraton a Grand Prix dělají Praze dobré jméno v zahraničí i to, že běžců je každý rok více a více. To mi dělá radost.

*Příští rok bude Praha hlavním evropským městem sportu. Myslíte si, že k získání tohoto titulu pomohly i závody RunCzech běžecké ligy?*

Zcela jistě k tomuto ocenění závody RunCzech běžecké ligy pomohly. Zároveň pomohla i zlatá známka, kterou za kvalitu organizace běžeckých závodů uděluje Mezinárodní asociace atletických federací IAAF. Díky tomuto ocenění se Praha stala nejvyšším místem pro konání maratonu a dalších běžeckých závodů. Získání tohoto ocenění jistě přispělo i k udělení titulu Evropské hlavní město sportu 2016.

## ENG

*Prague's city mayor gets up just as the day is breaking, to ensure she gets in her early morning run around Stromovka Park. She manages to fit it in every other day before her intensive work day gets underway. In her opinion, running makes women even more attractive, which is one of her reasons for recommending it. Decide for yourselves what kind of effect running is having on her appearance this September. Where? At the Birell Prague Grand Prix, of course.*

*The event also includes the adidas Women's Run 5km, a separate race exclusively designed for women. What message would you like to share with the women taking part?*

*Just go for it, girls, running makes your legs look good, plus improves your shape!*

*How do you feel about leading by example and running through the city you manage along with the other ladies? I'll try and if my duties and obligations allow it, I'll be only too happy to come along and run.*

*When was the last time you pulled off the 5K in Prague? I run the 5K almost every day, I run on a regular basis. And when I run five kilometres I mostly manage it in under 26 minutes. I find time for running every other day, early in the morning. I mostly head out to Stromovka which is my favourite place to train for runs. Runners can spot me there around six o'clock in the morning, sometimes even earlier.*

*What motivates you to run?*

*Above all I do it as a kind of psychological cleansing.*

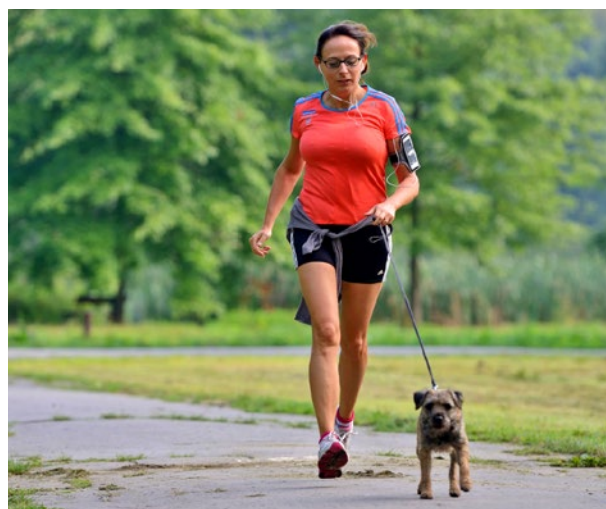
*It's about ridding my mind of all my worries and doing something for my body. It's a certain kind of meditation. Once you've found your rhythm, you can sometimes completely forget about time. There's nothing better than running around Stromovka at the break of dawn when everyone else is still in bed. Sometimes I "switch off" during the day for ten minutes to meditate. I try to relax my brain by not thinking about anything; it calms me down. You wouldn't believe how just a few minutes relaxing can help you find the strength to carry on working.*

*What do you take notice of more? International news stories revealing the record-breaking results of elite runners in Prague or the fact that the race appeals to thousands of recreational runners, more and more of whom are expressing an interest in taking part each year? From my position as city mayor, I mainly take notice of the fact that running competitions such as the half marathon, marathon and Grand Prix depict Prague in a good light abroad, and that each year more and more runners are taking part. That makes me happy.*

*Prague is scheduled to be the European City of Sport next year. Do you think that the RunCzech Running League races contributed to securing this honour?*

*I'm confident that the RunCzech Running League races contributed to this. The Gold Label awarded for race quality by the International Association of Athletics Federations (IAAF) also played a part. The award has proved that Prague is right at the top in terms of quality standards for organising the marathon and other running races. Qualifying for the award certainly contributed to Prague being selected as the European Capital of Sport for 2016.*

» RUNCZECH



## Patroni / Patrons



Discover the capital of Europe  
on running shoes!



## Belfius BRUSSELS MARATHON & HALF MARATHON

04.10.2015

[www.belfiusbrusselsmarathon.be](http://www.belfiusbrusselsmarathon.be)

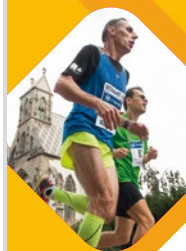
@BxlMarathon [www.facebook.com/brusselsmarathon](https://www.facebook.com/brusselsmarathon)



## 92<sup>nd</sup> Košice Peace Marathon

Košice · Slovakia · October 4, 2015  
Europe's Oldest · Since 1924

True  
passion  
since 1924  
Try once  
love forever



GENERAL PARTNER



MAIN PARTNERS



INSTITUTIONAL PARTNERS



[www.kosicemarathon.com](http://www.kosicemarathon.com)



## ZVÝHODNĚNÉ JÍZDNÉ

Na RunCzech vlakem ČD  
se slevou 15 %!

- v registračním formuláři na [runczech.com](http://runczech.com) zaškrtněte volbu **speciální nabídky ČD**
- získáte **dva slevové kódy** k zakoupení jízdenek odkudkoliv do místa závodu a zpět

[www.cd.cz](http://www.cd.cz)

čDRun

[www.aeroparking.cz](http://www.aeroparking.cz)



790 Kč  
ZA 8 DNÍ\*

## DÍKY LEVNĚJŠÍMU PARKOVÁNÍ BUDETE LÉTAT RADOSTÍ

Parkujte **dlouhodobě** přímo na Letišti Václava Havla Praha za **nejvýhodnější cenu**. \*Zarezervujte si své místo předem na [www.aeroparking.cz](http://www.aeroparking.cz) a zaplatte jen **790 Kč za 8 dní** parkování. Parking **P<sub>0</sub> HOLIDAY** je zastřešený, bezpečný a disponuje zastávkou mikrobusu, který vás odveze zdarma až k terminálům.

Měníme letiště pro vás

Letiště  
Praha

## PRAHA NEJEN SPORTOVNÍ PRAGUE – A CITY ABOUT MUCH MORE THAN SPORT

Praha je jako kolébka českého sportu velmi aktivní v podpoře sportovních aktivit svých obyvatel. Dlouhodobě nabízí pestrou paletu možností sportovního využití a dlouhodobě investuje do městské sportovní infrastruktury. Tato snaha byla v loňském roce korunována udělením prestižního titulu Evropské hlavní město sportu 2016 Praze. Sportu se totiž v hlavním městě aktivně věnuje téměř 60% populace, tedy fakticky tři čtvrtě milionu lidí.

I tento podzim se v hlavním městě uskuteční řada zajímavých sportovních akcí. Kromě Birell Grand Prix Praha jde například o finálové utkání nejprestižnějšího ženského tenisového turnaje Fed Cupu mezi výběry Česka a Ruska, dále o historicky první mistrovství světa v indoor skydivingu nebo kvalifikační utkání na MS 2017 v házené mezi týmy Česka a Belgie.

Česká metropole má však co nabídnout všem skupinám obyvatel a návštěvníkům. Jedinečný *genius loci*, kultura, sport, veřejné parky i ostatní možnosti trávení volného času jsou obyvatelům a návštěvníkům Prahy dostupné díky rovnoměrnému rozmístění po celém městě a také díky komplexní síti integrované městské dopravy, která je právem hodnocena jako jedna z nejlepších v Evropě.

### ENG

*As the cradle of Czech sport, Prague plays a key role in promoting the chosen sporting activities of its residents. It is proud of its longstanding commitment to offering a diverse range of sporting opportunities and investing in the city's sporting infrastructure. Last year this attempt*

*was crowned by being awarded the prestigious title of European Capital of Sport for 2016. Almost 60 % of the population in the capital do sport on a regular basis – which equates to three quarters of a million people in total.*

*A range of interesting sporting events are scheduled to take place in the capital this autumn. Aside from the Birell Prague Grand Prix, this will involve the final match of the most prestigious women's tennis tournament the Fed Cup between the Czech Republic and Russia, plus the first indoor skydiving world championships and the qualifying match for the 2017 Handball World Championships involving teams from the Czech Republic and Belgium.*

*On top of all this, however, the Czech metropolis has something to offer all groups of residents and visitors. Its unique *genius loci*, culture, sport, public parks plus a range of other recreational activities are all accessible to Prague residents and visitors thanks to the complex network of integrated urban transport, which is rightly considered to be among the best in Europe.*



## FAVORITÉ BIRELL BĚHU NA 10 KM

## HOT FAVOURITES TO WIN THE BIRELL 10 KM RACE

V Praze se opět schyluje k velmi rychlému závodu. Vrací se obhájce vítězství a druhý nejrychlejší muž světa roku 2014. Spolu s ním však poběží dalších pět borců, kteří umí desítku zaběhnout pod 28 minut. Čeští fanoušci se těší zejména na souboj českých elitních atletek. Na Birell Grand Prix Praha se totiž představí to nejlepší z českého vytrvalostního běhu.

Geoffrey Ronoh se konečně vypořádal se zraněním, které ho trápilo většinu sezóny, a do Prahy přijíždí v plné formě. Obhajoba vítězství však vůbec nebude jednoduchý úkol. Na desetakilometrové trati bude muset čelit Danielu Chebiimu, vítězi z roku 2013 a držiteli fantastického rekordu Mattoni 1/2Maratonu České Budějovice, i Josphatu Kiptisovi, který letos překvapivě triumfoval v Olomouci. Pod 28 minut umí zaběhnout také Maročan El Abassi, Japhet Korir i Amos Mitei. V ženách prověří pověstnou rychlost pražské trati Caroline Kilel, která je papírovou favoritkou, Amane Beriso, Viola Jelagat nebo Shitaye Eshete a Karolina Jarzynska, dvě čerstvé maminky, pro které bude Birell Grand Prix Praha prvním mezinárodním závodem po splnění mateřských povinností. Málokdy se mezi českými vytrvalkyněmi sejde taková konkurence jako na Birell Běhu na 10 km. Na startu nebude chybět běžkyně na lyžích a držitelka nejlepšího času na desítku Eva Vrabcová, reprezentantka Lucie Sekanová, Kristiina Mäki a chodkyně Anežka Drahotová. Sekanová a Drahotová na závod pojedou ihned po Mistrovství světa v Pekingu. Současný nejlepší český výkon 33:59 je v držení Anežky Drahotové. Mezi muži se odehraje již tradiční souboj Jana Kreisingera, Jiřího Homoláče a Víta Pavlišty.

## ENG

Once again Prague is getting ready to host an exceptionally fast race. Contenders to win include the defender of last

year's title plus the second fastest man in 2014. Competing alongside them, however will be a number of other first-class athletes, all capable of running the distance in under 20 minutes. Czech fans are in for a treat especially when it comes to the Czech elite women runners since this year's Birell Prague Grand Prix will star the crème de la crème of Czech endurance women athletes..

Geoffrey Ronoh has finally managed to put the injury to bed that's been plaguing him for most of the season and will be coming to Prague fighting fit. Defending his victory title will be no easy feat, however. He can expect stiff competition from winner of the 2013 race and Mattoni České Budějovice Half Marathon record holder Daniel Chebi, plus surprise winner of this year's Olomouc half marathon winner Josphat Kiptis. The following runners with times under 28 minutes will also be competing: Moroccan runner El Abassi plus Japhet Korir and Amos Mitei. In terms of the women, the hot favourite, at least on paper is Caroline Kilel and we can definitely expect her to push this race renowned for its speed to the limits. Joining her will be Amane Beriso, Viola Jelagat, not to mention Shitae Eshete and Karolina Jarzynska, both of whom are returning to the sport after taking a break to have children. When it comes to Czech women endurance runners, it's rare to see such an incredible number of talents together as at the Birell 10Km Run. The star-studded cast will include cross-country skier and holder of the best 10K time Eva Vrabcová, national representative Lucie Sekanová, Kristiina Mäki and the walker Anežka Drahotová. Sekanová and Drahotová will be heading to the race straight after competing at the Beijing World Championships. The best Czech result on record to date was delivered by Anežka Drahotová. In terms of the men, we can look forward to seeing familiar trio Jan Kreisinger, Jiří Homoláč and Víta Pavlišta battle it out once again.



... zde vznikají skleněné trofeje PIM



**SKLÁRNA AJETO**  
Lindava

[www.ajetoglass.com](http://www.ajetoglass.com)

## STARTOVNÍ LISTINA - MUŽI / START LIST - MEN

	Nár. / Nat.	Jméno / Name	Příjmení / Surname	Nar. / Born	10km	1/2M	Marathon	Label time*
1	KEN	Geoffrey	<b>RONOH</b>	29.11.1982	<b>0:27:28</b>	0:59:45	2:10:52	0:27:28
2	KEN	Daniel Kipchumba	<b>CHEBII</b>	24.5.1985	<b>0:27:35</b>	0:59:49		0:27:35
3	BRN	El Hassan	<b>EL ABBASSI</b>	13.4.1984	<b>0:27:37</b>	1:01:09		0:27:37
4	KEN	Japhet Kypiegon	<b>KORIR</b>	30.6.1993	<b>0:27:47</b>	1:02:41		0:27:47
5	KEN	Masai	<b>TITUS</b>	9.10.1989	<b>0:28:04</b>	0:59:41		0:59:41
6	KEN	Josphat Kiprop	<b>KIPTIS</b>	11.12.1994	<b>0:28:20</b>	1:00:21		1:00:21
7	KEN	Benard	<b>BETT</b>	4.1.1993	<b>0:28:08</b>	1:00:43		1:00:43
8	ETH	Teshome	<b>MEKONEN</b>	5.8.1995	<b>0:28:11</b>	1:00:27		1:00:27
9	KEN	Serem Kipyego	<b>BARSELIUS</b>	1.1.1993	<b>0:28:18</b>	1:00:51		1:00:51
10	KEN	Amos Kiplimo	<b>MITEI</b>	1.1.1992	<b>0:27:42</b>	1:00:53		1:00:53
11	KEN	Gilbert	<b>MASAI</b>	20.5.1981	<b>0:29:32</b>	0:59:58	2:10:27	
12	KEN	Clement Kiprono	<b>LANGAT</b>	18.12.1991	<b>0:28:08</b>			0:28:08
13	KEN	Evans Kigen	<b>KURUI</b>	8.1.1993	<b>0:28:12</b>			0:28:12
14	KEN	Joel Kipkogei	<b>KIMUTAI</b>	5.10.1988	<b>0:28:13</b>	1:01:39	2:14:38	0:28:13
15	JAP	Ryuji	<b>OKADA</b>	14.12.1990	<b>0:28:42</b>	1:02:48		1:02:48
16	BRA	Paulo	<b>PAULA</b>	8.7.1979		1:02:30	2:10:20	8 OG
17	JAP	Rikinobu	<b>WATANABE</b>	10.5.1990	<b>0:28:55</b>	1:03:02		0:28:55,27
18	ETH	Habtamu	<b>ARGA</b>	1.1.1994		1:04:21		
19	CZE	Jan	<b>KREISINGER</b>	16.9.1984	<b>0:28:59</b>	1:03:38	2:16:26	1:05:07
20	CZE	Jiří	<b>HOMOLÁČ</b>	25.2.1990	<b>0:29:59</b>	1:05:41	2:19:37	1:05:41
21	CZE	Vít	<b>PAVLIŠTA</b>	22.3.1985	<b>0:30:12</b>	1:05:58	2:17:51	1:05:58



Turkish Airlines - the official carrier of the RunCzech's elite runners.

\* Nejlepší čas za posledních 36 měsíců.  
/ The best time in last 36 months.



**ENERGIE POD  
KONTROLOU**

**SPORTISIMO**



hrdý partner

**RUNCZECH**



## Geoffrey RONOH



Nár. / Nat.:  
Keňa / Kenya  
Datum narození / Date of birth  
29. 11. 1982  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance

**0:27:28 Prague (CZE), 2014**

Účast RunCzech / RunCzech Participation

**Prague Half Marathon**, 2015 (8., 1:00:28); **Prague Marathon** 2015 (5., 2:10:52); **Olomouc Half Marathon** 2014 (1., 1:00:17); **Prague Grand Prix** 2014 (1., 27:28)

Geoffrey Ronoh se vrací jako obhájce vítězství loňského ročníku, kdy v napínavém souboji s Geoffrey Mutaiem měl ve finiši více sil a do cíle doběhl první ve fantastickém čase 27:28. Ten se stal novým rekordem závodu a druhým nejlepším světovým časem roku 2014. Poprvé se zapsal do historie RunCzech běžecké ligy, když na Mattoni 1/2Maratonu Olomouc přijel jako vodič dvou maratonských hvězd Wilsona Kipsanga a Dennise Kimetta, odvážel si však vítězství a „skalp“ tehdejšího i budoucího světového rekordmana v maratonu. Letos startoval v Česku již dvakrát. Na březnovém Sportisimo 1/2Maratonu Praha doběhl osmý, na Volkswagen Maratonu Praha pátý.

*Geoffrey Ronoh is returning to defend his victory title from last year's race which saw him battle it out with Geoffrey Mutai right to the bitter end emerging with a fantastic time of 27:28. This time also earned him a new race record and the second best world time in 2014. He first made it into the RunCzech Running League history books when he took part in the Mattoni Olomouc Half Marathon as a pacemaker to Wilson Kipsang and Dennis Kimetto, however ending up victorious and stealing the limelight from his two marathon star compatriots. He has taken part in two races in the Czech Republic this year - finishing eighth at the Sportisimo Prague Half Marathon and fifth at the Volkswagen Prague Marathon.*



## Daniel CHEBII



Nár. / Nat.:  
Keňa / Kenya  
Datum narození / Date of birth  
24. 5. 1985  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance

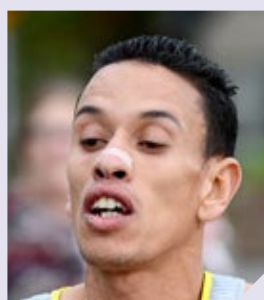
**0:27:35 Prague (CZE), 2013**

Účast RunCzech / RunCzech Participation

**Prague Half Marathon** 2013 (8., 1:01:52); **České Budějovice Half Marathon** 2014 (5., 1:04:44), 2012 (1., 0:59:49); **Olomouc Half Marathon** 2012 (7., 1:06:24); **Prague Grand Prix** 2014 (10., 28:38), 2013 (1., 0:27:35)

Chebii už má na kontě dvě vítězství ze závodů RunCzech běžecké ligy. V roce 2013 si na Grand Prix Praha v dramatickém finiši vytvořil svůj osobní rekord na 10 km 27:35. Neméně si ho pamatuje naše jihočeská metropole. V roce 2012 pokřtil traf Mattoni 1/2Maratonu České Budějovice fantastickým časem 0:59:49 a vytvořil nejen svůj osobní rekord, ale stanovil i rekord závodu, který se od té doby nepodařilo nikomu překonat. Je vidět, že Danielovi české tratě svědčí, neboť se sem pravidelně vrací a daří se mu tady běhat jeho nejlepší výkony. Daniel slaví úspěchy i za hranicemi, tento rok vyhrál ve Francii v těžkém kopcovitém terénu závod na 15 km (43:57) a ve velmi silné konkurenci triumfoval i v Casablance na desetikilometrové trati.

*Chebii has already won two of RunCzech races. He will be returning to Prague to take part in the Grand Prix following a dramatic win here in 2013 seeing him knock his 10km personal best down to 27:35. He's no less famous for his performance in the South Bohemian capital - having christened the Mattoni České Budějovice Half Marathon course in 2012 with a fantastic time of 0:59:49. This earned him a personal best as well as race record which nobody has been able to beat so far. It's clear that Daniel is well-suited to running on Czech soil, regularly returning here to deliver stellar performances. Chebii's successes are not limited to the Czech Republic however; thus year he has won 15km race (43:57) in France in tough hilly course and took victory in Casablanca 10K against a very strong field.*



## El Hassan EL ABASSI



Nár. / Nat.:  
Bahrajn / Bahrain  
Datum narození / Date of birth  
13. 4. 1984  
Sponzor / Sponsor  
Nike

Nejlepší výkon / Best performance

**0:27:37 Ottawa (CAN), 2013**

Rodák z Maroka nyní závodí v barvách Bahrajnu. Od středních tratí se postupně přeorientoval na dlouhé tratě a slavil první úspěchy. V roce 2014 zvítězil na Asijských hrách na trati 10 000m, zlato získal také letos na Asijském atletickém mistrovství na stejné trati. Jeho nejlepší výkon na silnici pochází ze závodu Ottawa 10K, kde předvedl životní výkon, porazil Geoffrey Mutai a s časem 27:37 se zapsal na šesté místo světových tabulek roku 2013.

*The Moroccan native currently competes wearing the national colours of Bahrain. He has gradually moved from medium length courses to long distances and experienced his first success stories. At the Asian games in 2014, he scooped up first place on the 10,000m course, going on to pick up another Gold at this year's Asian Athletics Championships on the same course. His best performance on road races to date came at the Ottawa 10K where he delivered a winning performance, defeating Geoffrey Mutai and earning himself sixth place on the 2013 world rankings.*





## Japhet KORIR



Nár. / Nat.:

Keňa / Kenya

Datum narození / Date of birth

30. 6. 1993

Sponzor / Sponsor

Nike

Nejlepší výkon / Best performance

**0:27:47 Würzburg (GER), 2015**

Mladý keňský běžec se soustředí především na krosové závody. Dvojnásobný juniorský světový a africký šampion slaví úspěchy i v seniorské kategorii. V roce 2013 překvapil na mistrovství světa všechny soupeře a stal nejmladším krosovým mistrem světa v historii. Kromě krosu běhá i na dráze. Jeho nejlepší čas na 5 000 m 13:11.44 pochází z roku 2012. Letos běhá Korir ve vynikající formě. Zvítězil na Great Ireland Run 10km (28:15) i ve Würzburgu, kde si časem 27:47 vytvořil nový osobní rekord. Se svou ženou Caroline, která je také vynikající atletkou, mají dvouletou dceru.

*The young Kenyan runner primarily focuses on cross country races. Twice junior world and African champion, he has subsequently made the transition to the senior category to great success. At the 2013 World Championships, he surprised all of his rivals becoming the world's youngest cross-country champion in history. Aside from cross country, he also competes in track races. His best 5,000m time of 13:11.44 was recorded in 2012. Korir has been on great form this year. He triumphed at the 10km Great Ireland Run (28:15), enhancing this performance further in Würzburg, where with a time of 27:48, he created a new personal record. He shares a two-year old daughter together with his wife Caroline, who is also an outstanding athlete.*



## Masai TITUS



Nár. / Nat.:

Keňa / Kenya

Datum narození / Date of birth

9. 10. 1989

Sponzor / Sponsor

adidas

Nejlepší výkon / Best performance

**0:28:04 Ras Al Khaimah (UAE), 2011**

Účast RunCzech / RunCzech Participation

**Prague Half Marathon** 2011 (3., 1:00:40)

**Olomouc Half Marathon** 2012 (4., 1:03:17)

Keňský atlet se vrací do České republiky již potřetí. Poprvé zde běžel v roce 2011 na půlmaratonu v Praze, kde skončil na třetím místě v čase 1:00:40. V roce 2012 startoval také na půlmaratonu v Olomouci a doběhl na čtvrtém místě. Půlmaraton již dokázal zaběhnout pod 60 minut, a to loni v Římě. Jeho nejlepší čas na desítku pochází z mezičasu na půlmaraton v Ras Al Khaimah z roku 2011.

*The Kenyan athlete is returning to the Czech Republic for the third time. He ran his first half marathon here in 2011, finishing third place with a time of 1:00:40. In 2012 he went on to take part in the Olomouc half marathon, where he finished fourth place. Last year in Rome he proved to everyone he was capable of running the half marathon in under 60 minutes. His best ten kilometre time was recorded as a split time during Ras Al Khaimah Half Marathon in 2011.*



## Josphat KIPTIS



**RUNCZECH  
RACING**

Nár. / Nat.:

Keňa / Kenya

Datum narození / Date of birth

11. 12. 1994

Sponzor / Sponsor

adidas

Účast RunCzech / RunCzech Participation

**Prague Half Marathon** 2015 (14., 1:01:23);

**Olomouc Half Marathon** 2015 (1., 1:00:21)

Jeden z atletů stáje RunCzech Racing se letos na Mattoni 1/2Maratonu Olomouc postaral o překvapení, když za sebou nechal olympijského vítěze Stephena Kiprotiche i nedávného světového rekordmana Wilosona Kipsanga a zvítězil v čase 1:00:21. Tím si o více než minutu vylepšil čas z březnového Sportisimo 1/2Maratonu Praha, kde doběhl až 14. (1:01:23). Grand Prix Praha pro něj bude debutem na 10 km. Z Olomouce má mezičas na 10 km 28:20.

*RunCzech Racing team member surprised everyone at this year's Mattoni Olomouc Half Marathon when he managed to defeat both Olympic winner Stephen Kiprotich and recent world record holder Wilson Kipsang, seeing him triumph with a time of 1:00:21. The result signified an enhancement to his time of 1:01:23 at the Sportisimo Prague Half Marathon earlier on in the season which was only enough to secure him 14th place. The Prague Grand Prix will be his debut on the 10km course. In Olomouc he recorded a 10km split time of 28:20.*

**Czech Republic**  
Land of Stories

Land on the  
horizon

Bohemian Paradise

[czechtourism.com](http://czechtourism.com)


**Teshome  
MEKONEN**


Nár. / Nat.:  
Etiopie / Ethiopia  
Datum narození / Date of birth  
5. 8. 1995  
Sponzor / Sponsor  
Nike

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:28:11 Prague (CZE), 2015**

Účast RunCzech / RunCzech Participation  
**Prague Half Marathon 2015 (7., 1:00:27)**  
**Karlovy Vary Half Marathon 2014 (1., 1:01:21)**

Vítěz druhého ročníku Mattoni 1/2Maratonu Karlovy Vary letos bude v Česku startovat již podruhé. Na letošním Sportisimo 1/2Maratonu Praha si výkonem 1:00:27 doběhl pro první místo a nový osobní rekord. Na Grand Prix Praha si poprvé vyzkouší desetikilometrovou trať. Jeho nejlepší čas 28:11 pochází z mezičasu na 10 km na Sportisimo 1/2Maratonu Praha.

*The winner of the second edition Mattoni Karlovy Vary Half Marathon will be competing in the Czech Republic for the second time this year. He delivered a fantastic performance of 1:00:27 at this year's Sportisimo Prague Half Marathon, earning himself seventh place and a new personal record. He'll be trying out the ten kilometre course for the first time at the Prague Grand Prix. His 10 km split time from the Sportisimo Prague Half Marathon was 28:11.*


**Jan  
KREISINGER**


Nár. / Nat.:  
ČR / Czech Republic  
Datum narození / Date of birth  
16. 9. 1984  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:28:59 Bílina (CZE), 2011**

Jan Kreisinger patří mezi stálce českého silničního běhu. Letos se na závodech RunCzech poprvé představil na Mattoni 1/2Maratonu Karlovy Vary, kde si suverénně doběhl pro první místo mezi Čechy (1:07:18). Zvítězil i o měsíc později v Olomouci (1:05:50). V roce 2012 absolvoval svůj první maraton a skvělým výkonem 2:16:26 se rovnou kvalifikoval na Olympijské hry v Londýně. Zde závod dokončil v čase 2:25:03 na 67. místě. Příští rok by se rád kvalifikoval na olympiádu znovu.

*Jan Kreisinger ranks among the fixed stars of Czech road running. He ran his first RunCzech race this year at the Mattoni Karlovy Vary Half Marathon, picking up first place among the Czechs there (1:07:18). He won one month later in Olomouc again (1:05:50). He delivered a great debut marathon in 2012 finishing in 2:16:26, which was enough to qualify him for the London Olympics. He finished that race 67th place with a time of 2:25:03. He would like to qualify for the Olympic Games next year again.*



[www.zazijmaraton.cz](http://www.zazijmaraton.cz)

# DOKÁŽEŠ TO I TY!

CHCEŠ ZAŽÍT MARATON  
NA VLASTNÍ KŮŽI?

- ✓ FitHero běžecké programy
- ✓ Z nuly na maximum za 6 měsíců
- ✓ Komplexní trénink, výživa, motivace, regenerace


**Jiří  
Homoláč**


Nár. / Nat.:  
ČR / Czech Republic  
Datum narození / Date of birth  
25. 2. 1990  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:30:38 Frýdek-Místek (CZE) 2012**

Jeden z nejlepších českých vytrvalců na půlmaratonské a maratonské trati. Na závodech RunCzech se pravidelně umísťuje mezi nejlepšími Čechy. Letos zatím nevynechal ani jeden ze závodů RunCzech běžecké ligy. Mezi Čechy zvítězil na Sportisimo 1/2Maratonu Praha a na Mattoni 1/2Maratonu České Budějovice. V Karlových Varech a v Olomouci se musel sklonit před Janem Kreisingerem, na MČR v maratonu pro změnu před Vítem Pavlištou.

*One of the best Czech endurance runners on the half marathon and marathon course. He regularly ranks among the best Czechs at RunCzech races. So far this year, he hasn't missed one single RunCzech Running Race. He triumphed among the Czechs at the Sportisimo Prague Half Marathon as well as at the Mattoni České Budějovice Half Marathon. At the Karlovy Vary and Olomouc races, however, he lost out to Jan Kreisinger and then again by Vít Pavlišť at the Czech Championships.*

## STARTOVNÍ LISTINA - ŽENY / START LIST - WOMEN

	Nár. / Nat.	Jméno / Name	Příjmení / Surname	Nar. / Born	10km	1/2M	Marathon	Label time*
1	KEN	Caroline Cheptanui	<b>KILEL</b>	21.3.1981	<b>0:31:36</b>	1:08:23	2:22:34	1:08:23
2	ETH	Amane	<b>BERISO</b>	13.10.1991	<b>0:32:06</b>	1:08:43		1:08:43
4	KEN	Peres	<b>JEPCHIRCHIR</b>	27.9.1993	<b>0:31:18</b>	1:09:12		0:31:18
5	KEN	Viola	<b>JELAGAT</b>	20.4.1992		1:09:27		1:09:27
3	BRN	Shitaye	<b>ESHETE</b>	21.5.1990	<b>0:30:47,25</b>			0:31:13,79
6	POL	Karolina	<b>JARZYNSKA</b>	6.9.1981	<b>0:32:09</b>	1:10:30	2:26:31	2:26:31
7	KEN	Linah	<b>CHERUTO</b>	18.3.1995		1:10:22		1:10:22
8	JAP	Ai	<b>INOUE</b>	13.1.1990	<b>0:32:39</b>	1:11:02		1:11:02
9	RUS	Natalya	<b>POPKOVA</b>	21.9.1988	<b>0:31:51</b>	1:12:53		0:31:51
10	JAP	Mizuki	<b>MATSUDA</b>	31.5.1995	<b>0:32:12,25</b>			0:32:12,25
11	ETH	Etalehemu	<b>HABTEWOLD</b>	28.7.1990	<b>0:32:19</b>			0:32:19
12	UKR	Olga	<b>SKRYPAK</b>	2.12.1990	<b>0:31:51,32</b>	1:11:57		0:32:38,15
13	CZE	Eva	<b>VRABCOVÁ</b>	6.2.1986	<b>0:33:22</b>			0:33:22
14	CZE	Lucie	<b>SEKANOVÁ</b>	5.8.1989	<b>0:33:22,90</b>	1:17:39		0:33:22,9
15	CZE	Kristiina	<b>MÄKI</b>	22.9.1991	<b>0:35:08</b>			0:35:08
16	CZE	Anežka	<b>DRAHOTOVÁ</b>	22.7.1995	<b>0:33:59</b>	1:14:25		0:33:59
17	CZE	Petra	<b>KAMÍNKOVÁ</b>	19.1.1973	<b>0:33:38</b>	1:12:19	2:39:20	0:34:51



Turkish Airlines – the official carrier of the RunCzech's elite runners.

\* Nejlepší čas za posledních 36 měsíců.  
/ The best time in last 36 months.



Personalised fitness for life

**PŘIJÍMÁME  
NOVÉ ČLENY**

**1 MĚSÍC ZDARMA** *pouze nyní*

**Staňte se členem našeho klubu a získejte členství na jeden měsíc jako bonus**

Platí pouze pro nová členství uzavřená do 30. září 2015. S předplaceným členstvím na 12 měsíců získáte další měsíc zdarma! Kapacita je omezená.

*Staňte se členem klubu,  
kterému na vás záleží*

[livingwell.com/prague](http://livingwell.com/prague)

Hilton Prague

Pobřežní 1

186 00 Praha 8

tel.: +420 224 842 713

[livingwell.prague@hilton.com](mailto:livingwell.prague@hilton.com)



**Hilton**  
PRAGUE



Caroline  
**KILEL**



Nár. / Nat.:  
Keňa / Kenya  
Datum narození / Date of birth  
21. 3. 1981  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:31:36 Groesbeek(NED), 2011**

Největším úspěchem této keňské běžkyně na dlouhé trati je vítězství na maratonu v Bostonu (2011) a ve Frankfurtu (2010 a 2013). Kromě toho si doběhla pro první místo i na maratonech v Lublani, Tajpeji, Nairobi a Palermu. Dvakrát už běžela také na maratonu v Praze (2004 a 2006). Letos běhá v dobré formě, na půlmaratonu v Nairobi se jí podařilo vylepšit svůj osobní rekord na 1:08:23. Caroline Kilel bude startovat i na Mattoni 1/2Maratonu Ústí nad Labem.

*The biggest success story of this Kenyan endurance runner to date was winning the marathon in Boston (2011) and Frankfurt (2010 and 2013). Apart from this, she has also scooped up wins at marathons in Ljubljana, Taipei, Nairobi and Palermo. She has also run the Prague marathon on two occasions (2004 and 2006). She is in great shape this year; at the Nairobi half marathon she managed to enhance her personal best to 1:08:23. Caroline Kilel will also be taking part in the Ústí nad Labem Half Marathon.*



Amane  
**BERISO**



Nár. / Nat.:  
Etiopie / Ethiopia  
Datum narození / Date of birth  
13. 10. 1991  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:32:06 Roma (ITA), 2015**

Amane Beriso letos zažívá vynikající sezónu. Zahájila vítězstvím na půlmaratonu v Římě, kde si vytvořila nový osobní rekord na půlmaraton 1:08:43 a desítku probíhala v čase 32:06. Potom přidala ještě první místo z půlmaratonu ve Varšavě (1:10:54). Grand Prix Praha bude její českou premiérou, jejím druhým českým startem bude Mattoni 1/2Maraton Ústí nad Labem

*Amane Beriso is currently having a great season. She kicked off the year by winning the Rome half marathon where she created a new personal record in the half marathon with a time of 1:08:43, completing the 10K in that race in 32:06. She went on to add another first place to her collection at the half marathon in Warsaw (1:10:54). The Prague Grand Prix will be her Czech premiere followed by the Mattoni Ústí nad Labem Half Marathon.*



Peres  
**JEPCHICHIR**



Nár. / Nat.:  
Keňa / Kenya  
Datum narození / Date of birth  
29. 7. 1993  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:31:18 Ottawa (CAN), 2015**

Třetí žena startovního pole si letos v kanadské Ottawě vytvořila výkonem 31:18 nový osobní rekord na desetikilometrové trati a doběhla si pro druhé místo. Druhé místo si přivezla také z Itálie tradičního závodu v krosu Campaccio. Do sbírky druhých míst patří i stříbrná medaile z loňského Mistrovství Keni v krosu. Peres Jepchichir poběží i v Ústí nad Labem o týden později.

*The third woman to feature at the start line broke a new personal best earlier this year at a race held in Ottawa Canada, earning her second place in the process. She picked up a further second place from Italy's traditional Campaccio cross country race. Her collection of second places also includes a Silver medal from last year's Kenyan Cross Country Championships. Peres Jepchichir will also be competing in the Ústí nad Labem race one week later.*



Viola  
**JELAGAT**



Nár. / Nat.:  
Keňa / Kenya  
Datum narození / Date of birth  
20. 4. 1992

Nejlepší výkon / Best performance  
**debut**

Účast RunCzech / RunCzech Participation  
**Prague Half Marathon (4., 1:09:42)**  
**České Budějovice Half Marathon (2., 1:14:38)**  
**Olomouc Half Marathon (8., 1:12:38)**

Pátá žena z loňského Mistrovství světa v běhu do vrchu, se postarala o překvapení ve Švýcarském San Vittore, kde zvítězila v náročných podmínkách závodu Cinque Mulini. Letos startovala v České republice na Sportisimo 1/2Maratonu Praha, kde skončila těsně pod stupni vítězů ve velmi dobrém čase jen těsně za hranici osobního rekordu (1:09:42). Na Mattoni 1/2Maratonu České Budějovice se umístila druhá (1:14:38), V Olomouci doběhl osmá (1:12:35).

*Finishing fifth among the women at last year's Cross Country World Championships, Viola Jelagat surprised everyone by winning the highly demanding Cinque Mulini race held in the Swiss municipality of San Vittore. She took part in the Czech Republic's Sportisimo Prague Half Marathon race this year, finishing just shy of a place on the podium with an excellent time just below her personal best (1:09:42). She came second in the Mattoni České Budějovice Half Marathon (1:14:38), in Olomouc she finished on eight place (1:12:35).*



## Shitaye ESHETE

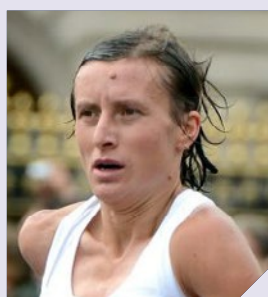


Nár. / Nat.:  
Bahrajn / Bahrain  
Datum narození / Date of birth  
21. 5. 1990  
Sponzor / Sponsor  
Nike

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:30:47,25 London (UK), 2012 (10 000 m)**

Atletka původem z Etiopie závodí nyní za Bahrajn. Soustředí se hlavně na běhy na dráze. Jejím nejlepším výsledkem je šesté místo z Mistrovství světa v Moskvě 2013 ze závodu na 10 000 m. Letos se vrací po narození syna Rabira. Jejím manželem je maratonský běžec Leche Shumi. Shitaye Eshete se představí na Birell Grand Prix Praha i o týden později na Mattoni 1/2Maratonu Ústí nad Labem, který bude jejím půlmaratonským debutem.

*Originally from Ethiopia, this athlete is now competing for Bahrain. She mainly focuses on track races. Her best result is sixth place from the 10,000 m race at the 2013 Moscow World Championships. She will be returning this year after taking a break to have her baby boy Rabiro. She is married to the marathon runner Leche Shumi. Shitaye Eshete will be taking part in the Birell Prague Grand Prix followed by the Mattoni Ústí nad Labem Half Marathon one week later.*



## Karolina JARZYŃSKA



Nár. / Nat.:  
Polsko / Poland  
Datum narození / Date of birth  
6. 9. 1981  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:32:09 New Orleans (USA), 2013**

Polská vytrvalostní běžkyně pravidelně reprezentuje svou zemi na mezinárodních závodech. V roce 2012 startovala na Olympijských hrách v Londýně a maraton doběhla na 37. místě v čase 2:30:57. Účastnila se i Mistrovství Evropy v roce 2010, ale maraton tehdy nedokončila. Maraton zatím běžela nejrychleji v čase 2:26:31 loni v Osace. Poté se stala maminkou. Se svým manželem a trenérem v jedné osobě má dceru Antonii. Birell Grand Prix Praha bude tedy jejím prvním mezinárodním startem po mateřské dovolené. V Praze běžela již několikrát.

*The Polish endurance runner regularly represents her country at international races. In 2012 she took part in the London Olympic Games at which she completed the marathon in a time of 2:30:57, finishing 37th place. She also took part in the 2010 European Championships, however failed to complete the marathon there. Her fastest*

*marathon time to date is 2:26:31 - achieved last year in Osaka. She went on to become a mother. She shares a daughter, Antonia with her husband/trainer. The Birell Prague Grand Prix will be her first international race on returning from maternity leave. She has run in Prague on several occasions already.*



## Eva VRABCOVÁ

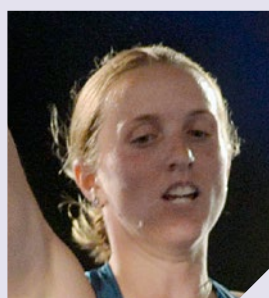


Nár. / Nat.:  
ČR / Czech Republic  
Datum narození / Date of birth  
6. 2. 1986  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:33:22 Berlin (GER), 2015**

Eva Vrabcová (za svobodna Nývltová) reprezentuje Českou republiku v běhu na lyžích. Byla již na třech zimních olympiádách (2006, 2010 a 2014) a jejím nejlepším výsledkem je páté místo z Olympijských her v Soči 2014 z 30 km závodu s hromadným startem. Přes léto se věnuje běhům na dráze i na silnici a letos běhá ve skvělé formě. Na konci července překvapila všechny soupeřky v Berlíně v závodě na 10 km, kde zvítězila v čase 33:22, což je její nový osobní rekord a nejlepší letošní český čas na této trati. Bude startovat i o týden později na Mattoni 1/2Maratonu Ústí nad Labem. Kromě běhů na sněhu i na suchu miluje svého psa, samojeda Bellu, a manžela a trenéra v jedné osobě Martina.

*Eva Vrabcová (born Nývltová) represents the Czech Republic in cross-country skiing. She has competed at three winter Olympics (2006, 2010 a 2014), her best result from which was fifth place at the 2014 Sochi Olympic Games in the 30 km mass start race. She spends the summer running on both track and road and has been on great form this year. She surprised all her rivals at the 10 km race in Berlin where she triumphed with a time of 33:22 which ranks as her new personal best and this year's best Czech time on this course. She will also be competing at the Mattoni Ústí nad Labem Half Marathon taking place one week later. Aside from running on both snow and dry land, she loves her Samoyed dog Bella and her husband/trainer Martin.*



## Lucie SEKANOVÁ

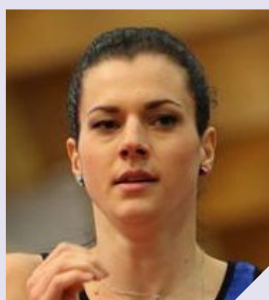


Nár. / Nat.:  
ČR / Czech Republic  
Datum narození / Date of birth  
5. 8. 1989  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:33:22,90 Jičín (CZE), 2014 (10 000 m)**

Přestože Lucie Sekanová závodí především nadráže, nestrání se ani krosových a silničních závodů. Několikanásobná mistryně ČR zaběhla letos vynikající čas 15:43,94 na trati 5 000 m ve španělské Huelvě, nominovala se také na Mistrovství světa v Pekingu na 3000 m překážek. Na dvojnásobné trati zazářila loni na MČR v Jičíně, kde se výkonem 33:22,9 zařadila na páté místo dlouhodobých českých tabulek a kvalifikovala se na mistrovství Evropy. Tam doběhla s časem 33:57,29 na 23. místě. Letos se chystá i na Mattoni 1/2Maraton Ústí nad Labem.

*While Lucie Sekanová primarily competes in track races, she isn't averse to taking part in cross country and road races either. At the 5,000 m race held in the Spanish city of Huelva, the several times Czech Champion ran a fantastic time of 15:43:94. She also nominated herself at the World Championships in Beijing for 3,000 m steeplechase. At last year's Czech Championships held in Jičín, her performance of 33:22 on the 10,000 m course was a great achievement, placing her fifth on the longstanding Czech league tables and earning her qualification for the European Championships. She completed this 23<sup>rd</sup> place with a time of 33:57:29. She is planning to take part in this year's Mattoni Ústí nad Labem Half Marathon.*



Kristiina  
**MÄKI**



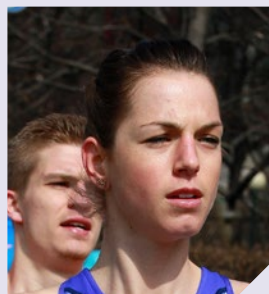
Nár. / Nat.:  
ČR / Czech Republic  
Datum narození / Date of birth  
22. 9. 1991  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:35:08 Běchovice (CZE), 2012**

Atletka s finskými kořeny je držitelkou tří českých národních rekordů na 5 000 m (15:35,62), 3 000 m (8:51,69) a 2 000 m (5:42,71). Letos zazářila na Světové univerziádě v korejském městě Gwangju, odkud si z trati 5 000 m přivezla zlatou medaili. Jedna z našich nejlepších vytrvalostních běžkyň se soustředí hlavně na dráhu. Desítku na dráze běžela naposledy v roce 2013 za 35:19,37, její nejlepší čas ze silnice je 35:08. Kromě atletiky se věnuje také architektuře, kterou studuje na ČVUT. Sní o tom, že jednou vyprojektuje a postaví atletickou halu a stadion.

*The athlete with Finnish roots holds three Czech national records in the 5,000 m (15:35:62), 3,000 m (8:51:69) and 2,000 m (5:42:71). She shone at this year's World University in the Korean city of Gwangju, bringing home a Gold*

*medal from the 5,000 m course. One of our very best endurance runners primarily concentrates on track races. The last time she took part in a track 10K was in 2013 finishing in 35:19:37, her best road race time is 35:08. Aside from athletics, she also studies architecture at the Czech Technical University in Prague. She dreams about designing and building her own athletics hall and stadium one day.*



Anežka  
**DRAHOTOVÁ**



Nár. / Nat.:  
ČR / Czech Republic  
Datum narození / Date of birth  
22. 7. 1995  
Sponzor / Sponsor  
adidas

Nejlepší výkon / Best performance  
**0:33:59 Prague (CZE), 2013**

Hlavní disciplínou Anežky Drahotové je chůze, kde sklízí spoustu úspěchů. Loni zažila skvělou sezónu. Z Mistrovství Evropy v atletice v chůzi na 20 km si přivezla bronzovou medaili, stala se juniorskou mistryní světa v chůzi na 10 000 metrů a novou držitelkou juniorského světového rekordu. Pozornost atletického světa si získala už v roce 2013, když k titulu juniorské mistryně Evropy v chůzi nečekaně přidala ještě 7. místo ze seniorského Mistrovství světa v Moskvě. Loni v Luganu vytvořila nový český rekord na 20 km chůze. Letos startuje za Českou republiku na Mistrovství světa v Pekingu. Kromě běhu a chůze se tato všestranně talentovaná mladá atletka věnuje také cyklistice.

*Walking is her main discipline, an area in which she has garnered many successes. Last year was a great season for Anežka. She came back from the European Athletics Championships with a Bronze medal in the 20 km walking race, was made the junior world champion in the 10,000 walking race, also breaking a new junior world record. She grabbed the attention of the athletics world already in 2013, when on top of winning the junior European championship title in walking; she managed to unexpectedly scoop up 7th place from the senior world championships in Moscow. She broke a new Czech record in the 20 km walking race last year in Lugano. She represents the Czech Republic at the World Championships in Beijing. Aside from running and walking, the talented good all round athlete also competes in cycling races. Championships. She completed this 23<sup>rd</sup> place with a time of 33:57:29. She is planning to take part in this year's Mattoni Ústí nad Labem Half Marathon.*

**Já  
a moje  
ego!**

se těšíme  
do Vaší  
schránky

Předplatte si páteční Hospodářské noviny a každý pátek Vám je doručíme včetně magazínu ego! až do schránky.  
Měsíční předplatné na zkoušku

**4 výtisky jen za 99 Kč**

Pošlete SMS ve tvaru  
HNPA JMENO PRIJMENI ULICE C. P. OBEC PSC na číslo 90211.

V případě, že si předplatné objednáte do úterý do 22.00, obdržíte již v pátek daného týdne Hospodářské noviny s magazínem ego! do Vaší schránky. Objednací SMS jsou zpoplatněny podle běžného tarifu Vašeho mobilního operátora. Cena SMS služby včetně doručení výtisku je 99 Kč vč. DPH.

Službu technicky zajišťuje ATS Praha.  
Infolinka 296 363 199  
v pracovní dny 8.00 – 17.00  
www.platmobilem.cz

páteční magazín

**HOSPODÁŘSKÉ NOVINY**

# PRIZE MONEY A BONUSY

## PRIZE MONEY AND BONUSES

### Open-Division Prize Money\* / Open-Division Prize Money\*

	Muži / Men 10 km	Ženy / Women 10km
1 <sup>st</sup>	€ 1 600	€ 1 600
2 <sup>nd</sup>	€ 1 000	€ 1 000
3 <sup>rd</sup>	€ 800	€ 800
4 <sup>th</sup>	€ 600	€ 600
5 <sup>th</sup>	€ 400	€ 400
6 <sup>th</sup>	€ 300	€ 300
7 <sup>th</sup>	€ 200	€ 200
8 <sup>th</sup>	€ 100	€ 100
total	€ 5 000	€ 5 000

### Prize money pro divizi českých atletů\* Czech Athletes Division Bonus\*

	Muži / Men	Ženy / Women
1 <sup>st</sup>	10 000 CZK	10 000 CZK
2 <sup>nd</sup>	5 000 CZK	5 000 CZK
3 <sup>rd</sup>	2 500 CZK	2 500 CZK
4 <sup>th</sup>	1 000 CZK	1 000 CZK
5 <sup>th</sup>	500 CZK	500 CZK
total	19 000 CZK	19 000 CZK

### Bonusy za rekord závodu\* / Event Record Bonus\*

Mužský rekord / Men's Event Record	€ 2 000	27:28 – G. Ronoh, KEN, 2014
Ženský rekord / Women's Event Record	€ 2 000	31:05 – C. Jepkoech, KEN, 2014
Mužský rekord – Češi / Czech men's Record	CZK 2 000	29:26 – P. Faschingbauer, 1999
Ženský rekord – Češky / Czech women's Record	CZK 2 000	33:59 – A. Drahotová, 2013

Bonus za rekord závodu bude vyplacen pouze vítězi. / The Event Record Bonus will be awarded only to the winner of the respective race, if sub previous time.

### Bonusy za dosažení času\* / Time Incentive Bonuses\*

Muži / Men	Ženy / Women	Euro	
sub 27:30	sub 31:45	1.000	Pouze první tři muži a ženy mají nárok na bonus za dosažení času. / Only the top three men and women will be eligible for time incentive bonuses

### Partneři / Partners



**ob. ProComfort™ NIGHT**  
Spolehlivá ochrana již od první noci.  
A to i během silné menstruace.

**NOVINKA**

Tampony o.b.® doporučuje Česká gynekologická a porodnická společnost

## PODZIM V RUNNING MALLU

## RUNNING MALL THIS AUTUMN

V Running Mallu se něco děje. Stále. Jsme tu pro běžce, a protože běžcům rozumíme, věříme jejich cílům i snům. A abychom k jejich naplnění pomohli, připravujeme pro blížící se podzimní období – kromě stálého členství – i dva speciální programy.

### NA PŮL ZA PŮL

Za půl roku na půlmaraton, v plné formě. Sportisimo 1/2Maraton Praha bude velký svátek, na který stojí za to být připravený. Očekávat můžete garantované startovní číslo na tento vždy dlouho dopředu vyprodaný závod, zvláštní půlroční členství, pravidelné klubové tréninky i osobní poradenství, neomezený vstup do běžeckého fitka Sport Lounge. K tomu ucelený seriál přednášek, zajímavé slevy a samozřejmě výbornou partu spoluběžců.

### ŽENY ŽENÁM

Dámy, potřebujete se dostat do formy? Nebo se k nezbytnému rozhybání nemůžete samy donutit? Ostych před muži stranou, připravujeme pro vás ryze ženskou záležitost. Budete běhat, cvičit, posilovat, rýsovat problémové partie, a to všechno pod dohledem našich zkušených trenérek. Zároveň si můžete zaběhnout některý z nadcházejících závodů RunCzech, zajít na kterýkoliv z deseti žensky pojatých seminářů. Samozřejmostí je sleva na masáže či nákup v obchodě adidas running – PIM Store, což se vždy hodí. Více informací se dozvíte na Grand Prix Expu nebo na [www.runningmall.cz](http://www.runningmall.cz).

### ENG

*Something is going on at the Running Mall. All the time. We're here for runners and because we understand them, we also believe in their goals and dreams. On top of permanent membership, we've put together two special programmes for the upcoming autumn season to help you achieve all of this and more.*

### THE HALF FOR HALF

*Set your sights on the half marathon in half a year's time. And get into great shape. The Sportisimo Prague Half Marathon promises to be a great event that's worth preparing for. You can look forward to receiving a guaranteed start number for this race which is always sold out long ahead of time, special half-year membership, regular club training sessions and personal consultations, not to mention unlimited access to the running fitness centre the Sport Lounge. And on top of this, we'll also be hosting a comprehensive series of lectures and offering great discounts and, of course, a company of co-runners.*

### WOMEN FOR WOMEN

*Ladies, do you need to get in shape? Or are you struggling to motivate yourself to get the necessary exercise? We're putting together something which is purely a women's affair. Under the supervision of our experienced trainers, you can look forward to running, exercising, training and strengthening problem areas. You can also run one of our upcoming RunCzech races, and pop along to any of the ten seminars directed at women. Plus a discount on massages or items purchased in the adidas running – PIM store. Both of which will come in handy, don't you think? Find out more at the Grand Prix Expo or on [www.runningmall.cz](http://www.runningmall.cz)*

**hansgrohe**

Radost stisknutím tlačítka  
**Raindance® Select.**

Potřebujete si vymýt z vlasů šampon silným proudem Rain, uvolnit se a relaxovat v měkkých kapkách Rain Air nebo se nechat masírovat proudem Whirl? Váš nejoblíbenější proud si nyní vyberete pouhým stiskem tlačítka na nové ruční sprše **Raindance Select E 120**. Více informací najdete na: [www.hansgrohe.cz/select](http://www.hansgrohe.cz/select)



K dostání také ve verzi EcoSmart, která šetří vodu a energii.





# KVALITA ZÁVODŮ RUNCZECH Z POHLEDU IAAF

## QUALITY OF RUNCZECH RACES IN THE EYES OF IAAF

Známka kvality od Mezinárodní asociace atletických federací IAAF je nejvyšším oceněním, jaké může organizátor silničních běhů obdržet. Právě známky jsou našim nejlepším vysvědčením a ukázkou, jak svět oceňuje kvalitu pořadatelské práce organizátorů RunCzech.

### ENG

The IAAF Road Race Label Award is the highest accolade an organizer of road races can receive. This is how the work of RunCzech organizers is recognised in the running world.

### Podle měst / By Cities

					Celkem / Total
1	<b>Prague</b>		3		3
2	Lisbon		3		3
3	Bogotá		2		2
4	Rome		2		2
5	Amsterdam		1	1	2
6	New York		1	1	2
7	Ottawa		1	1	2
8	Paris		1		1
9	Beijing		1		1
10	Berlin		1		1
11	Boston		1		1
12	Chicago		1		1
13	Dubai		1		1
14	Frankfurt		1		1
15	Fukuoka		1		1
16	Glasgow		1		1
17	Istanbul		1		1
18	London		1		1
19	Manchester		1		1
20	Nagoya		1		1
21	Newcastle		1		1
22	<b>Olomouc</b>		1		1
34	<b>Ústí nad Labem</b>		1		1
44	<b>České Budějovice</b>			1	1
51	<b>Karlovy Vary</b>			1	1

### Dle zemí / By Countries

					Celkem / Total
<b>Czech Republic</b>		5	2		7
Great Britain		5	1	3	9
Japan		4	5	1	10
China		4	1		5
USA		3	1	1	5
Portugal		3			3
Italy		2	1	1	4
Canada		2	1		3
Germany		2	1		3
Netherlands		2	1		3
Australia		2			2
Colombia		2			2
France		1	1	4	6
South Korea		1	1		2
Puerto Rico		1			1
Austria		1			1
Singapore		1			1
United Arab Emirates		1			1
Turkey		1			1
Spain			4	1	5
Poland			2		2
Hong Kong			1		1
Ireland			1		1
South Africa			1		1
Lebanon			1		1
Chile				1	1
Rep. of China (Taiwan)				1	1
Denmark				1	1
Gabon				1	1
Latvia				1	1
Nigeria				1	1
Russia				1	1
North Korea				1	1
<b>Celkem / Total</b>		<b>43</b>	<b>26</b>	<b>19</b>	<b>88</b>



\* IAAF.org, 26/01/2015



## ZÁVOD PRO VÁS PŘIPRAVUJÍ WE ARE PREPARING FOR YOU THE RACE

**Zhanna Agakishieva**  
Alena Balcarová  
Zoran Bartek  
Tereza Bartošová  
Sašo Belovski  
Antonín Bolina  
Aneta Boudová  
Zane Branson  
Zdeněk Bříza  
Carlo Capalbo  
Tomáš Coufal  
Jan Cvachovec  
Roberto De Blasio  
František Dostál

**Tereza Dostálová**  
Kristýna Dvořáková  
Marianna Ďurašková  
Vojtěch Fejtek  
Tomáš Fencel  
Jana Fráňová  
Roberto Franzoni  
Eva Glavanová  
Dagmar Heroldová  
Markus Hermann  
Petr Homoláč  
Tomáš Hubený  
Václav Karpíšek  
Pavel Kaidl  
Petr Kostovič

**Jarmila Krauskopfová**  
Viera Křivohlavá  
Zbyněk Kužel  
Jan Laták  
Miroslav Lenc  
Martin Martinec  
Jaroslav Medřický  
Jana Moberly  
Jim Moberly  
Tomáš Mirovský  
Dario Monti  
Bojan Nankovič  
Michaela Novotná  
Daniel Ondrášek  
Zdeňka Pecková

**Roman Prorok**  
Filip Remenec  
Marija Řihová  
Václav Skřivánek  
Dan Stach  
Jana Šebánková  
Daniel Šimik  
Desana Šourková  
Šimon Štátný  
Michal Vávra  
Martina Voříšková  
Kateřina Wich  
Angela Xie Di

## ČESTNÝ VÝBOR / HONORARY COMMITTEE

**Miloš Zeman**  
prezident České republiky / *President of the Czech Republic*

**Bohuslav Sobotka**  
premiér vlády / *Prime Minister*

**Kateřina Valachová**  
ministryně školství, mládeže a tělovýchovy / *Minister of Education, Youth and Sport*

**Svatopluk Němeček**  
ministr zdravotnictví / *Minister of Health*

**Adriana Krnáčová**  
primátorka hl. m. Prahy / *City mayor of Prague*

**Oldřich Lomecký**  
starosta MČ Praha 1 / *Mayor of the Prague 1 District*

**Jan Čížinský**  
starosta MČ Praha 7 / *Mayor of the Prague 7 District*

**Jiří Kejval**  
předseda Českého olympijského výboru / *Chairman of the Czech Olympic Committee*



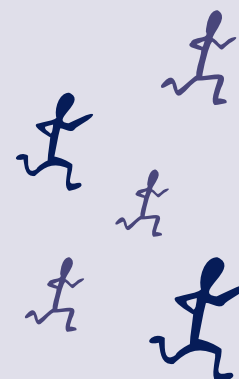
**Libor Varhaník**  
předseda Českého atletického svazu / *Chairman of the Czech Athletic Federation*

**Jan Michal**  
vedoucí Zastoupení Evropské komise v ČR / *Head of Representation of the European Commission in the Czech Republic*

**Monika Palatková**  
generální ředitelka CzechTourism / *Director of CzechTourism*

**Luděk Procházka**  
ředitel Krajského ředitelství policie hl. m. Prahy / *Director of the Regional Police Directorate of the City of Prague*

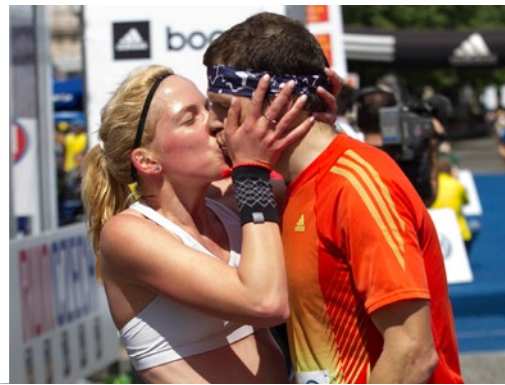
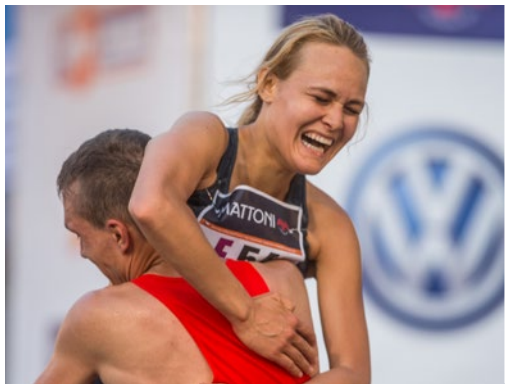
**Eduard Šuster**  
ředitel Městské policie Praha / *Director of Municipal Police of Prague*





**ENERGIE  
VITEZI**

ULTRABOOST



# WHAT IS YOUR RUNNING STORY?

# JAKÝ JE TVŮJ BĚŽECKÝ PŘÍBĚH?



# RUNCZECH



BEIJING MARATHON  
Guest race  
20/09/2015



Mattoni  
ÚSTÍ NAD LABEM  
HALF MARATHON  
12/9/2015

Sportisimo  
PRAGUE  
HALF MARATHON  
2/4/2016

Volkswagen  
PRAGUE  
MARATHON  
8/5/2016

Mattoni  
KARLOVY VARY  
HALF MARATHON  
21/5/2016

Mattoni  
ČESKÉ BUDĚJOVICE  
HALF MARATHON  
4/6/2016

Mattoni  
OLOMOUC  
HALF MARATHON  
25/6/2016

Birell  
PRAGUE  
GRAND PRIX  
10/9/2016

„Jestli chceš něco vyhrát, běž 100 metrů. Jestli chceš něco zažít, běž maraton.“  
“If you want a run, run a mile. If you want to experience a different life, run a marathon.”  
- Emil Zátopek