

EVENT GUIDE

PRAGUE

INTERNATIONAL MARATHON

5. 5. 2024



RUNCZECH

**ALL RUNNERS
ARE BEAUTIFUL**

FOR THE FAST

ADIZERO

ÚVODNÍ SLOVO



Bohuslav Svoboda

„Vážení účastníci Pražského mezinárodního maratonu 2024, čekají vás i nás mimořádné okamžiky. V krásném městě, v krásném ročním období si užijete krásný zážitek. Sport vyplavuje endorfiny, takzvané hormony štěstí. Ani nevím, zda má smysl říkat něco víc. Snad jen to, že štěstí si zaslouží každý a já vám teď přeji, abyste si ho maximálně vychutnali. Robert Jackson Bennet, americký spisovatel řekl, že: „Běhání je ten nejryzejší bojový sport, jaký si lze představit. Při každém kroku bojujete sami se sebou.“ Nebojujte, oddávejte se radosti z pohybu a dobře doběhněte.“

Bohuslav Svoboda, primátor hl. Města Prahy



Libor Varhaník

Milé běžkyně, milí běžci, už dubnový pražský půlmaraton s 13 500 aktivními účastníky ukázal velký zájem o běhání, jak ze strany sportovců, tak i veřejnosti. Jsem proto velmi rád, že vás mohu měsíc poté pozdravit u další významné běžecké akce v České republice. Maraton v ulicích hlavního města je pro Český atletický svaz důležitý nejen jako republikové mistrovství, ale i z pohledu světového, kdy se na start postaví sportovci špičkové mezinárodní kvality. Zároveň je to ale i příležitost, kdy své síly mohou poměřit také amatérští běžci. I ti se znovu postaví na start, aby překonali královskou vytrvaleckou trasu a tím zároveň i sami sebe. Běhání je naprosto základní pohybovou činností, která sehraává klíčovou roli pro udržení fyzického i duševního zdraví. Běh navíc plní i svou společenskou roli, kdy se setkáváme se na stovkách menších i větších akcí.

Přeji všem úspěšné zvládnutí nejen Pražského maratonu, ale i dalších běžeckých výzev.

Libor Varhaník, Předseda ČAS



František Reismüller

Vážení krásní běžci,

Pražský mezinárodní maraton je událost důležitá nejen pro sport a jeho příznivce. Zásadní je také z hlediska rozvoje cestovního ruchu, neboť do ulic hlavního města Česka přivádí mnoho sportovců a fanoušků ze všech domácích i zahraničních koutů, a zároveň pro město jako takové a jeho místní komunitu, protože zvyšuje prestiž a ukazuje, jak živá a moderní dokáže Praha být. Rád bych vám všem popřál hodně štěstí, sil a pravidelného dechu do oněch úžasných a vskutku náročných dvaadvaceti kilometrů.

I díky vám je Praha krásná.

František Reismüller, ředitel agentury CzechTourism



Carlo Capalbo

Moji milí běžci a přátelé, **VÍTEJTE!**

Mám radost, že můžeme dnes společně oslavit 30 let od startu prvního Pražského mezinárodního maratonu. Naším letošním cílem není jen uskutečnit skvělý závod v jednom z nejkrásnějších měst světa. Ale udělat ho ještě velkolepějším, aby se běžci těšili a hýčkali si běh v supernabitém závodním prostředí. Přispět k tomu, aby Praha byla jednou z nejpohostinnějších destinací na světě. Energie kolem maratonu láká do pražských ulic tisíce běžců a diváků, včetně finalistů mistrovství v Juniorském maratonu, který pořádáme již 27 let, a tisíce rodin a dětí, které si tento víkend užijí.

Vychutnejte si naplno opravdu každý okamžik této jubilejní akce.

Děkujeme, že jste s námi.

Carlo Capalbo, prezident organizačního výboru RunCzech

NOVÉ OFICIÁLNÍ TRIČKO!



RUNCZECH

ALL RUNNERS ARE BEAUTIFUL



PRAGUE INTERNATIONAL MARATHON 5. 5. 2024

ALL RUNNERS ARE BEAUTIFUL

NAŠE NOVÁ IDENTITA. JEDINEČNOST. TO, ČÍM JSME TAK VÝJIMEČNÍ.

ALL RUNNERS ARE BEAUTIFUL nás změnilo. Není to jen série závodů. Není to jen značka. Stali jsme se totiž definicí tohoto sportu, stali jsme se šampionem běhu. Stali jsme se hlasem, který promluvil k miliónům běžců na celém světě.

Záleží nám na nich. Vážíme si jejich odvahy nasadit si běžecké boty, překonat se, sáhnout si na dno. To je pro nás definice vítězství a úspěchu. Začít. Vytrvat. Účastnit se. Něco pro sebe udělat. Vyhecovat se. Užít si to.

MARTIN

Běh je radost. O to tady přece jde. Každý, kdo chce být součástí tohoto krásného sportu - mladý, starý, vysoký, malý, rychlý, nebo pomalý - je vítán.

ALL RUNNERS ARE BEAUTIFUL je symbol všech běžců bez rozdílu. Nezáleží, kým jsme, co děláme, nebo který běh zrovna běžíme. Běžíme.

OBSAH

...PRO TY CO BĚŽÍ PRAGUE INTERNATIONAL MARATHON. A KDO NEBĚŽÍ, AŽ PŘIJE FANDIT!

2	ÚVODNÍ SLOVO
5	UŽITEČNÉ INFO
6	PROGRAM
7	MARATHON EXPO
9	PRO BĚŽCE
10	VODIČI
11 - 12	30 LET RUNCZECH
13	PŘED MARATONEM
14	INOVATIVNÍ ŽIVÉ VYSÍLÁNÍ A RUNCZECH APP
15 - 16	MAPA ZÁVODU
17	DOPRAVNÍ INFO
18	MAPA TECHNICKÉHO ZÁZEMÍ, START / CÍL
19	DM RODINNÁ MÍLE A DM ACTIVE BREAKFAST
20	DM BAMBINI RUN
21	JMC FINÁLE
22	MARATHON MUSIC FESTIVAL
24	DOBROVOLNÍCI
25	ELITNÍ ATLETI
26 - 30	BATTLE OF THE TEAMS
31 - 32	STARTOVNÍ LISTINA MUŽI A ŽENY
34	5 MÍST, KTERÁ VIDĚT V PRAZE
38	CHARITATIVNÍ PARTNER
39	RUNNING MALL
41	RUNCZECH RACING
42	EUROHEROES
43	MATTONI RUNNING FESTIVAL
45	ZAJÍMAVÁ ČÍSLA
46	SÍŇ SLÁVY PRAGUE INTERNATIONAL MARATHON

UŽITEČNÉ INFO



PRAGUE
INTERNATIONAL
MARATHON
5. 5. 2024

REKORD ZÁVODU

ALEXANDER MUTISO / KEN / 2:05:09 - (2023)
LONAH CHEMTAI SALPETER / ISR / 2:19:46 - (2019)

SVĚTOVÉ REKORDY

KELVIN KIPTUM / KEN / 2:00:35 - (2023)
TIGST ASSEFA / ETH / 2:11:53 - (2023)

ČESKÉ REKORDY ZÁVODU

RÓBERT ŠTEFKO / 2:12:35 - (2004)
EVA VRABCOVÁ NÝVLTOVÁ / 2:30:10 - (2016)

ČESKÉ NÁRODNÍ REKORDY

KAREL DAVID / 2:11:57 - (1993)
MOIRA STEWARTOVÁ / 2:25:36 - (2023)

8 100 BĚŽCŮ

29. ROČNÍK

91 ZASTOUPENÉ
NÁRODNOSTI

1 160 POČET
DOBROVOLNÍKŮ

9:00 START / CÍL:
STAROMĚSTSKÉ
NÁMĚSTÍ

7 H LIMIT

PROGRAM

ČTVRTEK 2/5/2024

12:00 – 20:00 MARATHON EXPO, VÝSTAVIŠTĚ PRAHA HOLEŠOVICE,
KŘÍŽÍKOVY PAVILONY (B), D, E

15:00 START SIGHTSEEING RUN, RUNNING MALL

PÁTEK 3/5/2024

10:00 – 20:00 MARATHON EXPO, VÝSTAVIŠTĚ PRAHA HOLEŠOVICE,
KŘÍŽÍKOVY PAVILONY (B), D, E

15:00 START SIGHTSEEING RUN, RUNNING MALL

SOBOTA 4/5/2024

9:30 dm ACTIVE BREAKFAST, LETENSKÉ SADY

10:00 – 20:00 MARATHON EXPO, VÝSTAVIŠTĚ PRAHA HOLEŠOVICE,
KŘÍŽÍKOVY PAVILONY (B), D, E

13:00 START dm FAMILY DAY PROGRAM, VÝSTAVIŠTĚ HOLEŠOVICE

15:00 START dm RODINNÁ MÍLE

16:00 START dm BAMBINI RUN

NEDĚLE 5/5/2024

7:00 OTEVŘENÍ TECHNICKÉHO ZÁZEMÍ, VÁCLAVSKÉ NÁMĚSTÍ – MŮSTEK

8:00 ZAHÁJENÍ PROGRAMU DNE

8:30 OTEVŘENÍ STARTOVNÍCH KORIDORŮ

9:00 START PRAGUE INTERNATIONAL MARATHON

11:03 – 11:05 OČEKÁVANÝ DOBĚH PRVNÍHO MUŽE

11:20 – 11:25 OČEKÁVANÝ DOBĚH PRVNÍ ŽENY

11:25 – 12:10 SLAVNOSTNÍ VYHLÁŠENÍ VÍTEŽŮ, VÁCLAVSKÉ NÁMĚSTÍ

16:00 POSLEDNÍ BĚŽEC V CÍLI

17:00 UZAVŘENÍ TECHNICKÉHO ZÁZEMÍ

18:30 AFTER PARTY & BATTLE OF THE TEAMS AWARD PARTY,
BALLROOM, HOTEL HILTON PRAHA, POBŘEŽNÍ 1, PRAHA 8

MARATHON EXPO

2. - 4. KVĚTNA 2024

Výstaviště Praha – Holešovice

Křížíkovy pavilony (B), D, E

Otevírací doba

Čtvrtek, 2. května	12.00 – 20.00
Pátek, 3. května	10.00 – 20.00
Pátek, 4. května	10.00 – 20.00

Jeden z největších sportovních veletrhů v Česku je zpět na Výstavišti. Vaše první kroky povedou právě sem, vyzvednout si startovní číslo. A nejen to.

Očekávejte vystavovatele sportovního oblečení, sportovních doplňků a doplňků stravy.

Jak se k nám dostanete?

Metro C – stanice Nádraží Holešovice nebo stanice Vltavská
Tramvaj č. 6, 17 – zastávka Výstaviště Holešovice

Autem:

Nejbližší parkoviště najdete hned na Výstavišti.
Jedná se o placené parkoviště.

Vystavovatelé:

adidas, RunCzech Store, CEP, Salming Running, Garmin, VIF a mnoho dalších, dále se můžete podívat, kde se běhá mimo Českou republiku od Říma po Atény, od Vídně po Benátky nebo si vybrat některý z maratonů v Polsku mezi Krakovem, Varšavou nebo Poznaní.

Sportujeme
Na Výstavišti

RUNCZECH

ALL RUNNERS
ARE BEAUTIFUL

Běžíme v tom s vámi

VOLKSWAGEN
FINANCIAL SERVICES
KLÍČ K MOBILITĚ

Volkswagen Financial Services - Vaše cesta k automobilovým snům začíná u nás!
Jsme špičková společnost v oblasti financování a leasingu vozidel pro jednotlivce i firmy.
Již od roku 1992 jsme důvěrným partnerem českých motoristů, nabízejících nejen skvělé služby,
ale také inovativní přístupy. A teď je ten správný čas využít naši nabídku na dotaci pro elektromobily,
s atraktivními podmínkami, které vám otevrou dveře k ekologickému a modernímu světu automobilů.

www.unicreditbank.cz

 UniCredit Bank

PRO BĚŽCE

- Startovní číslo a balíček:** Vyzvedni si přidělené startovní číslo společně s malým dárkem od nás
- Sprchy:** Sprchy budou pro všechny běžce k dispozici v technickém zázemí na Václavském náměstí
- Masáže a Tejpování:** Pokud chcete po závodě relaxovat, masáže najdete v technickém zázemí na Václavském náměstí
- Úschovna:** Do úschovny si můžete odložit svůj batoh. Dobrovolníci vám jej uloží na věšák dle startovního čísla
- Šatny:** K dispozici budou dámské i pánské šatny ve stanech s lavičkami. Na závod tak můžete přijít v civilu a převléci se pohodlně až zde
- WC:** Toalety: Mobilní WC zajišťuje firma Johnny servis. Nezapomeňte si před závodem odskočit
- Medaile:** Každý běžec dostane v cíli medaili. Pro letošní sezonu se můžete těšit na netradiční tvar s dominantou města na trase
- Občerstvovací stanice:** Na trati a v cíli bude umístěno 16 občerstvovacích stanic
- Lékařská služba:** Zdravotní služba bude k dispozici na startu, v cíli a na trati. Pokud potřebujete zavolat pomoc, požádejte dobrovolníka nebo volejte záchrannou službu na čísle 155
- Pamětní medaile:** Každý běžec obdrží v cíli pamětní medaili
- Cílove fotografie:** Můžete si objednat na adrese www.marathonphotos.live. K dispozici budou přibližně tři dny po závodě
- Diplom:** Vzpomínat na svůj výkon můžete díky diplomu, který vám bude doručen emailem s výsledky
- Tričko:** Každý běžec si může zakoupit oficiální tričko závodu značky adidas a letos jako novinku speciální adidas bundu
- After Party & Battle of the Teams Award Party:** jako odměnu za odvedenou dřinu jsme pro vás připravili pozávodní party. Každý běžec dostane něco na zub a pivo na osvěžení. Atmosféru doplní také DJ.

Lette.
Z Prahy do více než
170 destinací

Zážitky už čekají třeba v **Soulu**,
v **Tchaj-peji** nebo **New Yorku**



VODIČI

GUTIÉRREZ JAIME	3:00
BURDA TOMÁŠ	3:15
VAVŘEČKA MARTIN	3:15
KNESPL VOJTĚCH	3:30
KOROTVIČKA ONDŘEJ	3:30
KUZNĚTSOV STANISLAV	3:30
KAŠTIL JOSEF	3:45
ZANOZINA KATKA	3:45
KAČER CTIBOR	4:00
STEKLÁ MÍŠA	4:00
LINDNER TOMÁŠ	4:00
HORÁČEK MÍLA	4:15
KODR KAREL	4:15
MCALDRUM HELENA	4:15
KRÁTKÝ JARDA	4:30
MAREČEK JAN	4:30
BEDNÁŘ RICHARD	4:30
BROŽÁNI PAVLÍNA	5:00
FIX JIŘÍ	5:00
NOVIKOVÁ DARINA	5:00

Naše skvělá skupina vodičů vás podpoří a provede celým závodem. Hledejte jejich barevné vlajky a připojte se ke svému nejlepšímu běžeckému doprovodu.

Jirka Fix, vedoucí pacemakerů RunCzech:

Moc se těšíme na perfektní závod s 8 100 běžci. Pro náš tým vodičů to bude úžasný zážitek! Už teď víme, že RunCzech připravil spoustu novinek, ze kterých budete nadšeni! Po roce opět startujeme na Staroměstském náměstí! Přidejte se k nám a zažijte velké dobrodružství na Pražském mezinárodním maratonu. Čeká na vás spolehlivý tým vodičů, který vás provede závodem v časech od 3:00 na km do 5:00 na km.



RÉVVI

COMBO, KTERÉ TĚ PODRŽÍ

PŘIPRAV SVÉ SVALY NA KVALITNÍ VÝKON!



30 LET RUNCZECH

Počátek - Stejně jako mnoho jiných věcí v České republice vznikl nápad uspořádat v Praze mezinárodní maraton u piva. Byla krásná podzimní sobota v listopadu 1994 a Carlo Capalbo seděl v malém baru se svými přáteli a italskými kolegy Francescem Alzatem, Marií Vittorií Mastrostefano a Gelindem Bordinem, vítězem maratonu na olympijských hrách v Soulu v roce 1988. Rozhodli se požádat slavného Emila Zátopka, který získal tři zlaté medaile z letních olympijských her v Helsinkách v roce 1952, o podporu a radu.

Prvního ročníku **Pražského maratonu v roce 1995** se zúčastnilo 985 běžců, ale nejen to. Lidé se mohli zúčastnit ještě dalších dvou závodů - na 9,2 km a 4,8 km. Kapacita těchto běhů byla několikrát navýšena a celkem se prvního ročníku zúčastnilo přes 15 000 lidí (dětí i dospělých).

1996 - K maratonu přibyl nový závod - Zlatých 10 km pro elitní běžce.

1997 - Poprvé odstartovala štafeta studentů Juniorského maratonu za podpory Evropské komise. Zlatých 10 km je přejmenováno na Grand Prix. Počet účastníků maratonu se zdvojnásobuje na 1 848 běžců.

1998 - Trať se přesouvá ze Zbraslavi do centra města a Pražský maraton poprvé vede přes Karlův most.

1999 - K celému maratonu a Grand Prix se přidává půlmaraton. Atmosféru závodního dne dotváří debut Maraton Music Festivalu.

2000 - Rok po překonání světového rekordu v čase 2:06:05 míří brazilský elitní maratonec Ronaldo Da Costa do Prahy, kde ho předbíhá Keňan Simon Chemoiwo.

2001 - Běžecká legenda Haile Gebrselassie vítězí na Grand Prix. Nový ženský maratonský rekord stanovuje Maura Viceconteová z Itálie (2:26:33).

2002 - Večer před maratonem se koná první závod na in-line bruslích, kterého se účastní 530 bruslařů.

2003 - Pražský maraton startuje prezident České republiky Václav Klaus. Grand Prix je nyní otevřena všem běžcům.

2004 - Róbert Štefko dohání na třetím místě na Pražském maratonu v čase 2:12:33, což mu zajišťuje nominaci na olympijské hry v Aténách.

2005 - Největší hvězdou Grand Prix se stává Stefano Baldini, zlatý medailista z olympijských her v Aténách.

2006 - Počet účastníků Pražského maratonu je poprvé překonán počtem půlmaratonců.

2007 - Marathon Sport Expo s více než 30 000 návštěvníky se stává největším sportovním veletrhem v zemi.

2008 - Závod mužů na 10 km, který je součástí Grand Prix, získává stříbrnou známku IAAF pro silniční závody.

2009 - Pražský půlmaraton získává jako první z našich závodů zlatou známku IAAF Road Race Gold Label.

2010 - Pořádáme první závod mimo Prahu. Půlmaraton v Olomouci. Pražský maraton získává ocenění IAAF Road Race Gold Label.

2011 - Po Olomouci se přidává Ústí nad Labem jako druhý mimopražský půlmaraton. Jsou vyhlášeni první Gold PIM Kings & Queens, kteří běželi všech 15 ročníků Pražského maratonu.

2012 - Atsedu Tsegay se s časem 58:47 na pražském půlmaratonu stává čtvrtým nejrychlejším mužem v historii. S uvedením dalšího půlmaratonu, tentokrát v Českých Budějovicích, vzniká nová značka RunCzech zahrnující všechny závody v České republice.

2013 - V Praze na Letné je otevřeno zbrusu nové sídlo RunCzech s názvem Running Mall. RunCzech běžecká liga se rozšiřuje o Karlovarský půlmaraton.

2014 - Pražský maraton slaví 20 let od svého založení; začátkem roku je závod plně obsazen. Praha zkompletuje svou sbírku zlatých značek, neboť Grand Prix Praha získává také zlatou značku IAAF pro silniční závody.

2015 - Půlmaratony v Olomouci a Ústí nad Labem získávají zlatou známku IAAF Road Race Gold Label.

2016 - Eva Vrabcová dokončila Pražský maraton v čase 2:30:10 a o 58 sekund překonala český rekord, který předtím od roku 2000 držela Alena Peterková. Svým výkonem si Vrabcová zajistila účast na olympijských hrách v Riu. Tým RunCzech začíná pracovat na dvou závodech v Itálii - na půlmaratonu v Neapoli a v Sorrentu Positanu.

2017 - Keňanka Joyciline Jepkosgeiová, členka RunCzech Racing týmu, překonala na Pražském půlmaratonu světový rekord v půlmaratonu stejně jako na 10, 15 a 20 km na cestě za vítězstvím v čase 1:04:52 hod. Jepkosgeiová pokračovala v hvězdných pražských výkonech i v září na Grand Prix Praha, kde vylepšila svůj světový rekord na 10 km na 29:43 min. V roce 2017 bylo na závodech RunCzech překonáno celkem 9 rekordů závodu a 4 české rekordy.

2018 - Eva Vrabcová překonala při jubilejním dvacátém ročníku 1/2Maratonu Praha čtyřicet let starý český rekord. Nové tuzemské maximum má díky členece RunCzech Racing týmu hodnotu 1:11:01. RunCzech spouští projekt „EuroHeroes“ na podporu talentů evropské atletiky a aktivního životního stylu. V Jizerských horách odstartoval první ročník závodu Liberec Nature Run.

2019 - RunCzech dosáhl rekordního počtu účastníků: 95 129 běžců. Pražský maraton slaví 25. výročí.

2020 - Když nás COVID donutil zrušit všechny závody, zahájili jsme nový půlmaraton pouze pro nejlepší elitní běžce světa "Ready for the Restart". Peres Jepchirchir triumfovala s časem 1:05:34. Jedná se o nový světový rekord v čistě ženském závědě.

2021 - Podařilo se uspořádat 5 regionálních závodů a byly spuštěny 2 nové virtuální projekty: Mattoni Run&Plog a Virtuální JMC, Pryč ze židle.

2022 - Restart po pandemii v plné síle. Na Pražském mezinárodním maratonu byl představen nový inovativní koncept Battle of the Teams.

2023 - Návrat série EuroHeroes, která byla úspěšná pro českou běžkyni Terezu Hrochovou. Nový koncept rodinných běhů - rodinná míle, která má přilákat k běhání ještě více lidí a rodin. Alexander Mutiso časem 2:05:09 vytvořil nový rekord Pražského mezinárodního maratonu.

2024 - Sabastian Kimaru SAWE časem 0:58:24 vytvořil nový rekord Pražského půlmaratonu. S 15 500 účastníky se jedná o největší běžeckou akci ve střední Evropě.

Těšíme se na všechny nové příběhy a zážitky!



PŘED MARATONEM

TIPY LEGENDÁRNÍ OLYMPIČKY EVY VRABCOVÉ NÝVLTOVÉ

Co je důležité a na co nesmíte zapomenout?

TRÉNINKY

V posledních dnech před závodem zvolte aktivní odpočinek, včetně lehkého běhání, protahování a pití regeneračních nápojů. Naplánujte si trénink na dopoledne, odpoledne odpočívajte a večer se opět protáhněte. Ráno před závodem vstaňte alespoň 3 hodiny před startem, lehce se protáhněte a projděte, abyste byli připraveni na závod.

SPÁNEK

Snažte v závodním týdnu spát 6-8 hodin každou noc, což je obzvláště důležité v noci z pátku na sobotu. Minimalizujte používání elektroniky a zvažte teplou sprchu před spaním.

ZÁVODNÍ STRATEGIE

Začněte klidnějším tempem a rozdělte si maraton na menší úseky, například mezi občerstvovacími stanicemi. V první polovině udržujte zvládnutelné tempo a psychicky se připravte na těžší úsek po 30 km.

GO S SEBOU

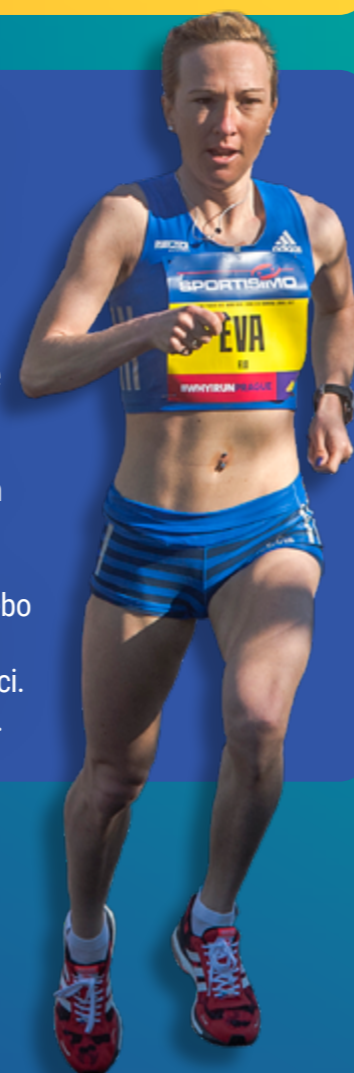
Večer před závodem si připravte závodní výbavu, včetně startovního čísla, bot a energetických gelů. Vezměte si pohodlné oblečení a dobře vyzkoušené boty a ponožky.

JÍDLO

Poslední těžké jídlo, například steak, si dejte do pátku, abyste měli čas na trávení. Den před závodem se zaměřte na lehce stravitelná jídla s vysokým obsahem sacharidů a omezte vlákninu. K jídlu volte kombinaci jednoduchých sacharidů a kvalitních bílkovin (např. drůbeže nebo bílých ryb). Vybírejte si zeleninu a ovoce, které nejsou nadýmavé, přičemž banány jsou nejlepší volbou. Během závodu doplňujte energii nápoji a občerstvením na každém stanovišti, například energetickými gely, a vyhněte se proteinovým a raw tyčinkám. A ujistěte se, že používáte výrobky, které jste si předem vyzkoušeli.

PO ZÁVODU

lhně po dokončení vypijte regenerační nápoj nebo snězte banán. Hydratujte se a dejte si vyvážený oběd stejně jako v předchozích dnech do dvou hodin po doběhnutí. Krátká procházka nebo běh a masáž můžou pomoci při regeneraci. Vyhněte se alkoholu.

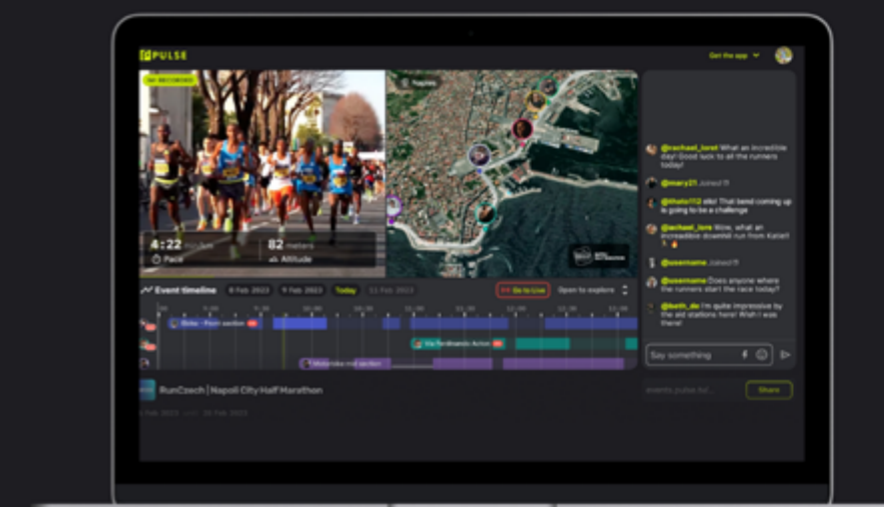


INOVATIVNÍ ŽIVÉ VYSÍLÁNÍ

Inovativní přímý přenos

- kompletní přenos závodu od startu do cíle a mnoho dalšího
- živé sledování závodu kamerami na trati
- interaktivní mapa závodu se všemi údaji, jako je tempo, rychlost a nadmořská výška
- přehrávání kdykoli po závodě
- výběr nejlepších záběrů v daném okamžiku

PULSE



PULSE.TV is a
streaming platform
built for sport.

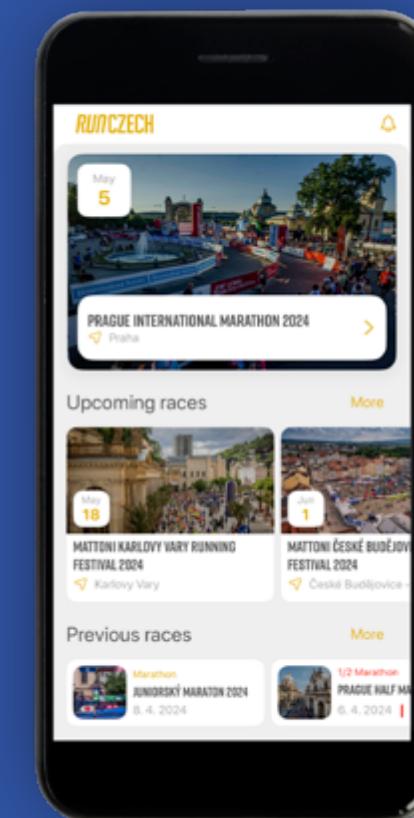
RUNCZECH APP

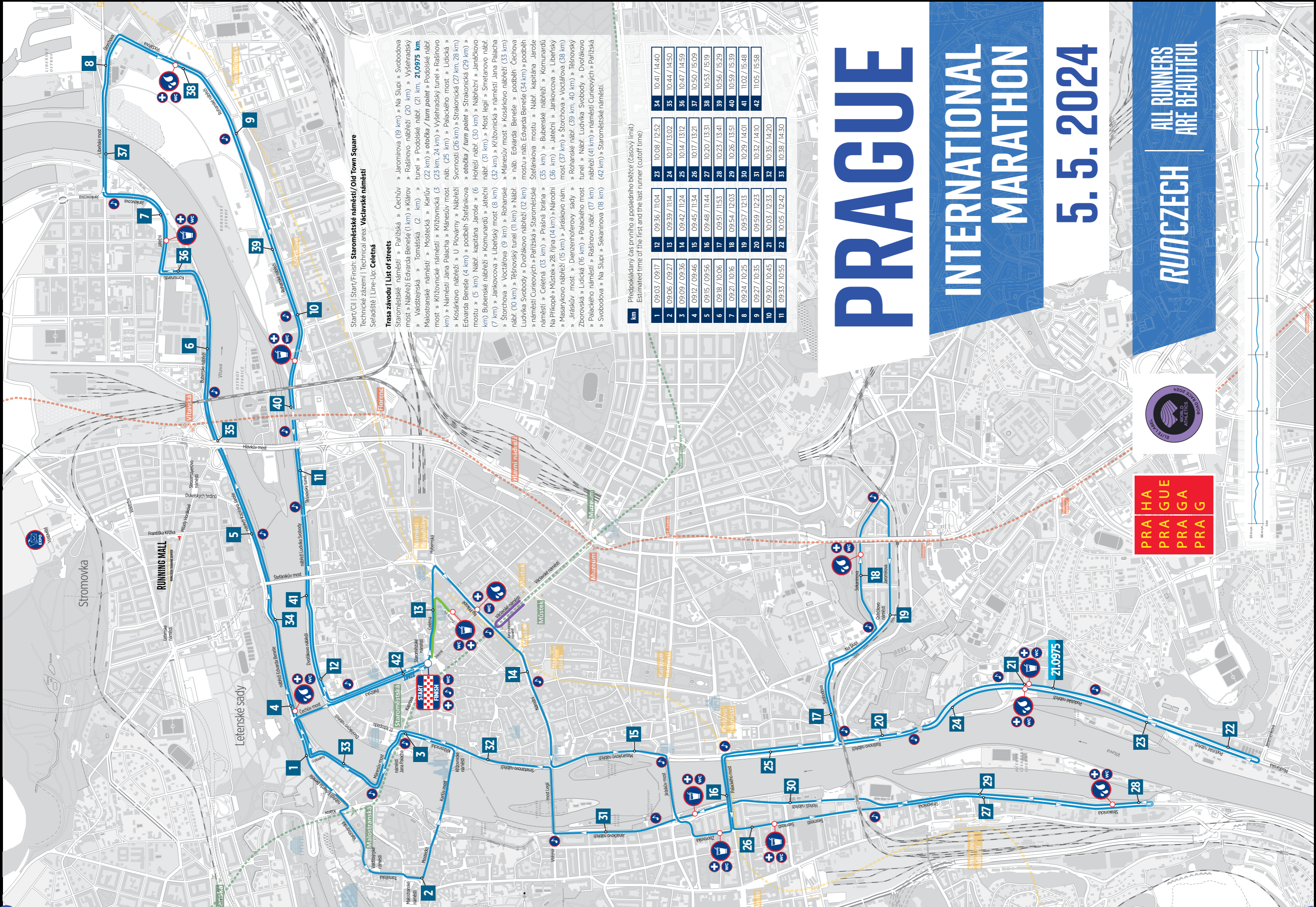
Letos jsme pro Vás vylepšili streamování v naší aplikaci, abyste mohli sledovat každý okamžik závodu, ať už chcete fandit svým přátelům při startu nebo sledovat elitní běžce.

Otevřete naši aplikaci během závodu a vyberte si z několika kamer na trati. Navíc, pro dokonalý zážitek, nabízíme komentovaný stream ve stylu klasického televizního vysílání, takže nezmeškáte ani jeden moment.

Naše aplikace, ve spolupráci s PulseTV, vám přináší tyto exkluzivní zážitky přímo do vašeho telefonu, a zároveň snižuje potřebu tištěných materiálů. Poskytuje veškeré informace, včetně doprovodného programu a výhod od našich partnerů v digitální podobě.

Připojte se k nám a zažijte závodní atmosféru, kdekoliv jste!





Start/Cil Start/Finish: **Staroměstské náměstí/Old Town Square**
 Technické zázemí | Technical area: **Václavské náměstí**
 Seradiště | Line-Up: **Celetná**

Trasa závodu | List of streets

Staroměstské náměstí » Pařížská » Jaromírova (19 km) » Na Slupi » Svobodova most » Nábřeží Edvarda Beneše (1 km) » Klárov » Rašínovo nábřeží (20 km) » Vyšehradský tunel » Valdešská » Tomášská (2 km) » Podolské náb. (21 km) **21.0975 km**, Malostranské náměstí » Mostecká » Karlův (22 km) » **otočka / turn point** » Podolské náb. most » Křížovnické náměstí » Křížovnická (3 (23 km, 24 km) » Vyšehradský tunel » Rašínovo náb. » Náměstí Jana Palacha » Měnesův most náb. (25 km) » Paleckého most » Lidická » Kosářkovo nábřeží » U Plovárny » Nábřeží Svornosti (26 km) » Strakonická (27 km, 28 km) » Edvarda Beneše (4 km) » Nábřeží pooběd Štefánikova » **otočka / turn point** » Strakonická (29 km) » mostu » náb. Edvarda Beneše (34 km) » podobě Jan Palacha » Jankovcova » Libeňský most (8 km) » (32 km) » Křížovnická » náměstí Jana Palacha » Storchova » Voctářova (9 km) » Rohanské Měnesův most » Kosářkovo nábřeží (33 km) » náb. (10 km) » Těšnovský tunel (11 km) » náb. » náb. Edvarda Beneše » podobě Čechova Ludvíka Svobody » Dvůrkovo nábřeží (12 km) » mostu » náb. Edvarda Beneše (34 km) » podobě náměstí Curieových » Pařížská » Staroměstské Štefánikova mostu » Náb. kapitána Jaroše náměstí » Celetná (13 km) » Prašná brána » (35 km) » Bubenské nábřeží » Komunardů Na Příkopě » Mlýnský 28. října (14 km) » Národní (36 km) » Jateční » Jankovcova » Libeňský Masarykovo nábřeží (15 km) » Jiráskovo nám. (37 km) » Storchova » Voctářova (38 km) » Jiráskův most » Dierzenhoferovy sady » Rohanské náb. (39 km, 40 km) » Těšnovský Zborovská » Lidická (16 km) » Paleckého most tunel » Náb. Ludvíka Svobody » Dvůrkovo Pařického náměstí » Rašínovo náb. (17 km) » nábřeží (41 km) » náměstí Curieových » Pařížská » Svobodova » Na Slupi » Sekaninova (18 km) » (42 km) » Staroměstské náměstí.

km Předpokládaný čas prvního a posledního běžce (časový limit)
 Estimated time of the first and the last runner (cutoff time)

1	09:03 / 09:17	12	09:36 / 11:04	23	10:08 / 12:52	34	10:41 / 14:40
2	09:06 / 09:27	13	09:39 / 11:14	24	10:11 / 13:02	35	10:44 / 14:50
3	09:09 / 09:36	14	09:42 / 11:24	25	10:14 / 13:12	36	10:47 / 14:59
4	09:12 / 09:46	15	09:45 / 11:34	26	10:17 / 13:21	37	10:50 / 15:09
5	09:15 / 09:56	16	09:48 / 11:44	27	10:20 / 13:31	38	10:53 / 15:19
6	09:18 / 10:06	17	09:51 / 11:53	28	10:23 / 13:41	39	10:56 / 15:29
7	09:21 / 10:16	18	09:54 / 12:03	29	10:26 / 13:51	40	10:59 / 15:39
8	09:24 / 10:25	19	09:57 / 12:13	30	10:29 / 14:01	41	11:02 / 15:48
9	09:27 / 10:35	20	09:59 / 12:23	31	10:32 / 14:10	42	11:05 / 15:58
10	09:30 / 10:45	21	10:03 / 12:33	32	10:35 / 14:20		
11	09:33 / 10:55	22	10:05 / 12:42	33	10:38 / 14:30		

PRAGUE

INTERNATIONAL MARATHON

5. 5. 2024

PRAHA
 PRAGA
 PRAG

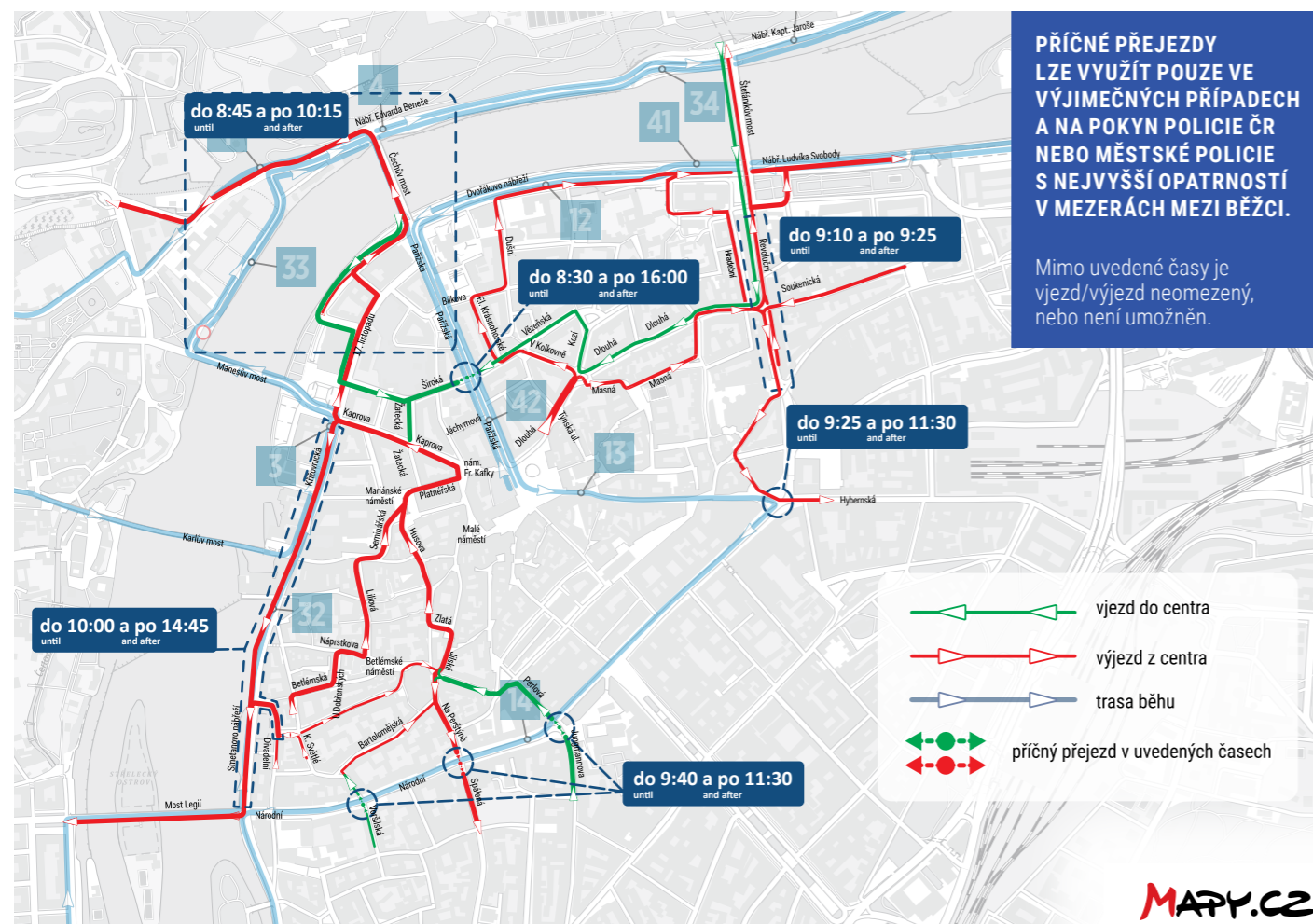


RUNCZECH | ALL RUNNERS ARE BEAUTIFUL



DOPRAVNÍ INFO

V neděli 5. května odstartuje Prague International Marathon, největší závod sezony tak do centra Prahy vrátí profesionální atlety i běžecké nadšence, kteří se do metropole rádi vracejí i jako turisté. Závod nepřinese jen skvělé sportovní výkony, ale i drobné nepříjemnosti spojené s dopravními omezeními. Vážíme si vaší tolerance a předem vám za ni děkujeme. Zároveň vás srdečně zveme na závod a rádi vás uvidíme podél trati v roli diváka, kde zažijete nezapomenutelnou atmosféru této jedinečné události.



Informace o provozu a mapa závodu:



www.runczech.com

800 165 102

29. 4. – 4. 5. 9:00 – 18:00
neděle 5. 5. 8:00 – 16:00

800 100 991

neděle 5. 5. 8:00 – 16:00

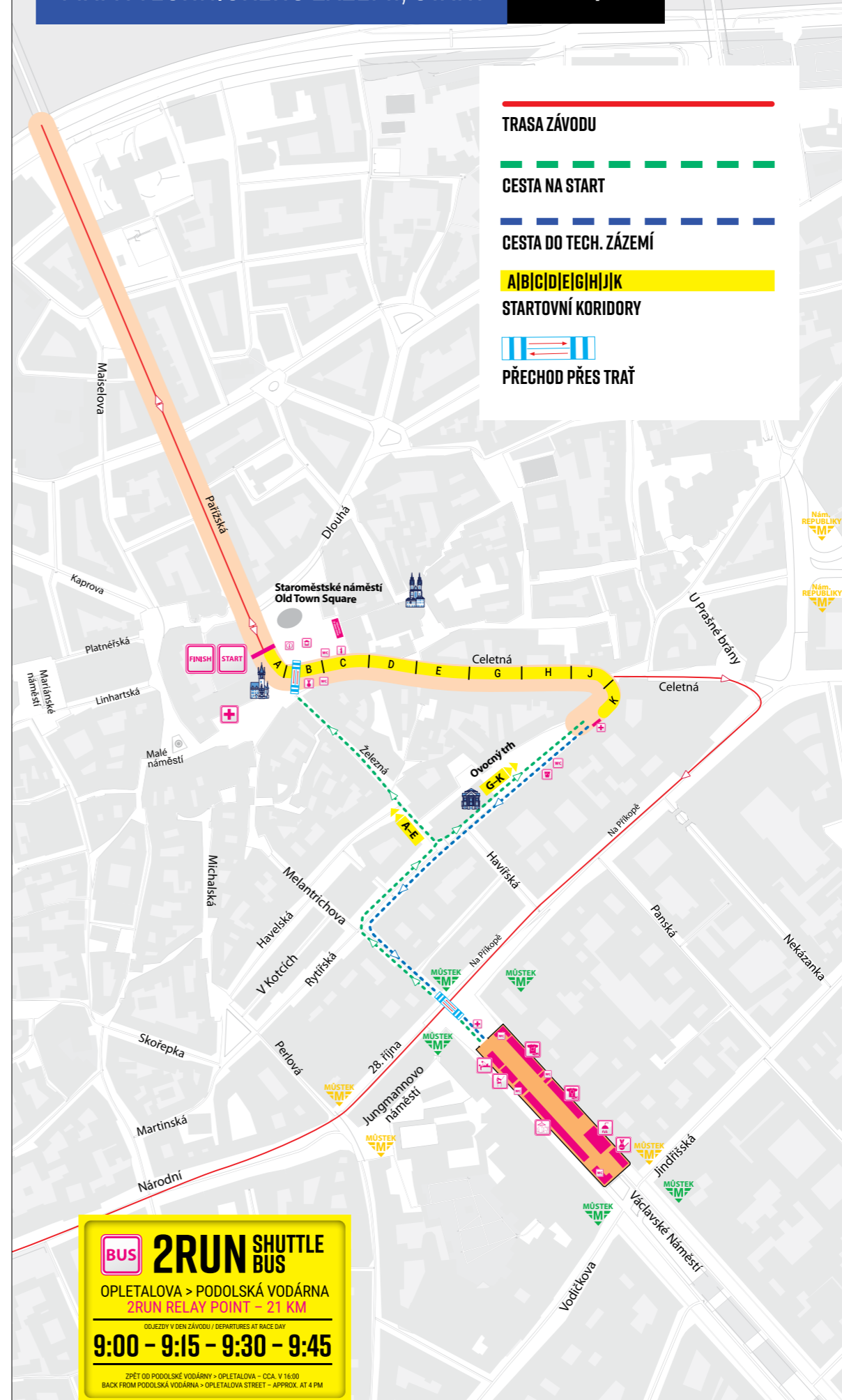
NEVÍTE SI RADY S OBJÍZDNOU TRASOU?

Stáhněte si aplikaci WAZE, která má o všech uzavírkách v den závodu přehled a povede Vás po nejméně frekventované trase, aby Vaše zdržení bylo co nejkratší. Více informací o aplikaci na www.waze.com/cs nebo na Google Play a App Store.



MAPA TECHNICKÉHO ZÁZEMÍ, START

START / CÍL



START START

FINISH CÍL

VCHOD - TECHNICKÉ ZÁZEMÍ

VÝCHOD Z TECHNICKÉHO ZÁZEMÍ

PARTNERSKÉ MĚSTEČKO

ÚSCHOVNA ZAVAZADEL

MEDAILE

ŠATNA

IONTOVÝ NÁPOJ, OVOCE

VODA MATTONI

VYHLÁŠENÍ VÍTEŽŮ

RÝTÍ NA MEDAILE

PRVNÍ POMOC

ZTRÁTY & NÁLEZY

WC TOALETY

TEJPOVÁNÍ

BUS SHUTTLE BUS 2RUN

DM RODINNÁ MÍLE

dm rodinný den 4. 5. 2024

Výstaviště Praha – Holešovice, u Bruselské cesty
Maratonský víkend si užijí i rodiny s dětmi. Pro sobotní odpoledne máme připravené hned 2 závody, dm rodinnou míli a dm bambini run.

Program

13.00 Start programu dm rodinného dne, u Bruselské cesty
14.30 Rozvička
15.00 Start dm rodinné míle
16.00 Start dm bambini run

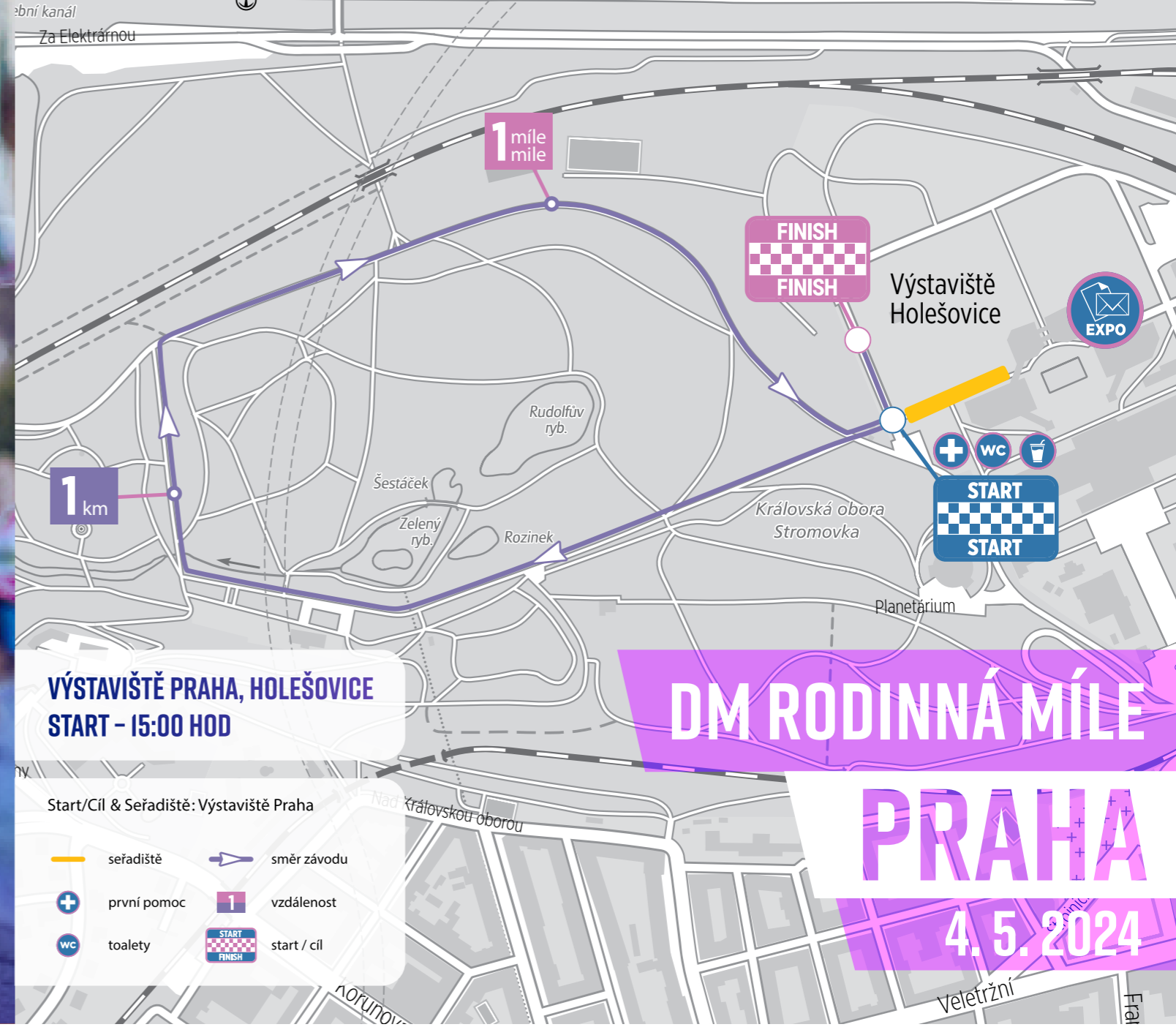
dm rodinná míle

Začátečníci, rodiči s dětmi, nebo samotné děti, které si chtějí doopravdy zasoutěžit a rozběhnout se, i prarodiči s dětmi. Každý si najde svou kategorii. Vodičem závodu je letos člen RunCzech Racing týmu, Martin Zajíc.

Jednotlivé kategorie

- děti bez rodičů
- rodina a dospělí
- prarodiče a vnoučata
- procházka

Spojili jsme se s neziskovou organizací Dobré víly dětem. Od roku 2015 pomáhají dětem z dětských domovů. Děti navštěvují a pomáhají jim se školní přípravou, věnují se jim individuálně a hrají si. Pořádají také volnočasové aktivity, letní tábory a vzdělávací akce.



DM ACTIVE BREAKFAST

Připojte se k nám na dm Snídaňový běh v sobotu **4. května** v Letenských sadech. Tento nesoutěžní, přátelský běh na 4.2 km je skvělým způsobem, jak si užít předmaratonskou atmosféru a navázat kontakt s ostatními běžci.

Díky pohodovému tempu 5:30 až 6:00 na kilometr je to akce pro všechny členy běžecké komunity. Očekáváme kolem tisíce účastníků.

Po běhu si vychutnejte chutnou snídani zahrnující kávu Lavazza, občerstvení od dm, čerstvou vodu od Mattoni a několik příchutí Birell Active.



DM BAMBINI RUN

Aby si závod užili i ti nejmenší, pořádáme také dm bambini run. Běh je zcela zdarma a každý účastník obdrží tričko, startovní číslo a v cíli čokoládovou medaili.

dm bambini run je rozdělen do tří kategorií podle věku závodníků. Závod má omezený počet registrací, proto neváhejte, protože o závod je velký zájem!

- 2-3 roky 100 m
- 4-5 let 150 m
- 6-7 let 200 m



JMC FINÁLE



20 LET SPOLU



26. ročník Juniorského maratonu je štafetový závod určený pro střední školy. Družstvo složené z 10 členů společnými silami překonává maratonskou trať (42,125 km). Každý student zaběhne svůj úsek a celé družstvo se snaží dorazit do cíle dříve než soupeři. Finále se uskuteční v rámci Pražského mezinárodního maratonu 5. května 2024.

Největší běžecká soutěž pro studenty letos přivedla k účasti v regionálních kvalifikacích více než 2 500 mladých lidí z celé republiky. Naším cílem je, aby co nejvíce mladých lidí běhalo a věnovalo se aerobním aktivitám. A to se nám daří už čtvrt století, od roku 1997, a zapojilo se do ní přes 130 000 studentů.

V letošním roce jsme kladli důraz na prevenci duševního zdraví ve spolupráci s organizací Dělej, co tě baví.

Titulárním patronem je Evropská komise v České republice.

STŘEDNÍ ŠKOLY JDOU DO FINÁLE

VYSOČINA - GYMNÁZIUM JIHLAVA	PRAHA - GYMNÁZIUM OTA PAVLY
ÚSTECKÝ KRAJ - PODKRUŠNOHORSKÉ GYMNÁZIUM MOST	PRAHA - GYMNÁZIUM JANA NERUDY
PLZEŇSKÝ KRAJ - SPORTOVNÍ GYMNÁZIUM PLZEŇ	PRAHA - GYMNÁZIUM PŘÍPOTOČNÍ
KRÁLOVÉHRADECKÝ KRAJ - LEPAŘOVO GYMNÁZIUM JIČÍN	STŘEDOČESKÝ KRAJ - GYMNÁZIUM PŘÍBRAM
OLMOUCKÝ KRAJ - GYMNÁZIUM JAKUBA ŠKODY	STŘEDOČESKÝ KRAJ - GYMNÁZIUM KARLA ČAPKA
OLMOUCKÝ KRAJ - GY A SOŠ RÝMAŘOV	JIHOČESKÝ KRAJ - GYMNÁZIUM ČESKÁ
ZLÍNSKÝ KRAJ - GJŠ ZLÍN	JIHOČESKÝ KRAJ - VŠEOBECNÉ A SPORTOVNÍ GYMNÁZIUM VIMPERK
MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ - SLEZSKÉ GYMNÁZIUM OPAVA	KARLOVARSKÝ KRAJ - GYMNÁZIUM CHEB
MORAVSKOSLEZSKÝ KRAJ - MENDELOVO GYMNÁZIUM	PARDUBICKÝ KRAJ - GYMNÁZIUM DAŠICKÁ
JIHOMORAVSKÝ KRAJ - GYMNÁZIUM MATYÁŠE LERCHA	LIBEREC - GYMNÁZIUM, SOŠ A SZŠ JILEMNICE

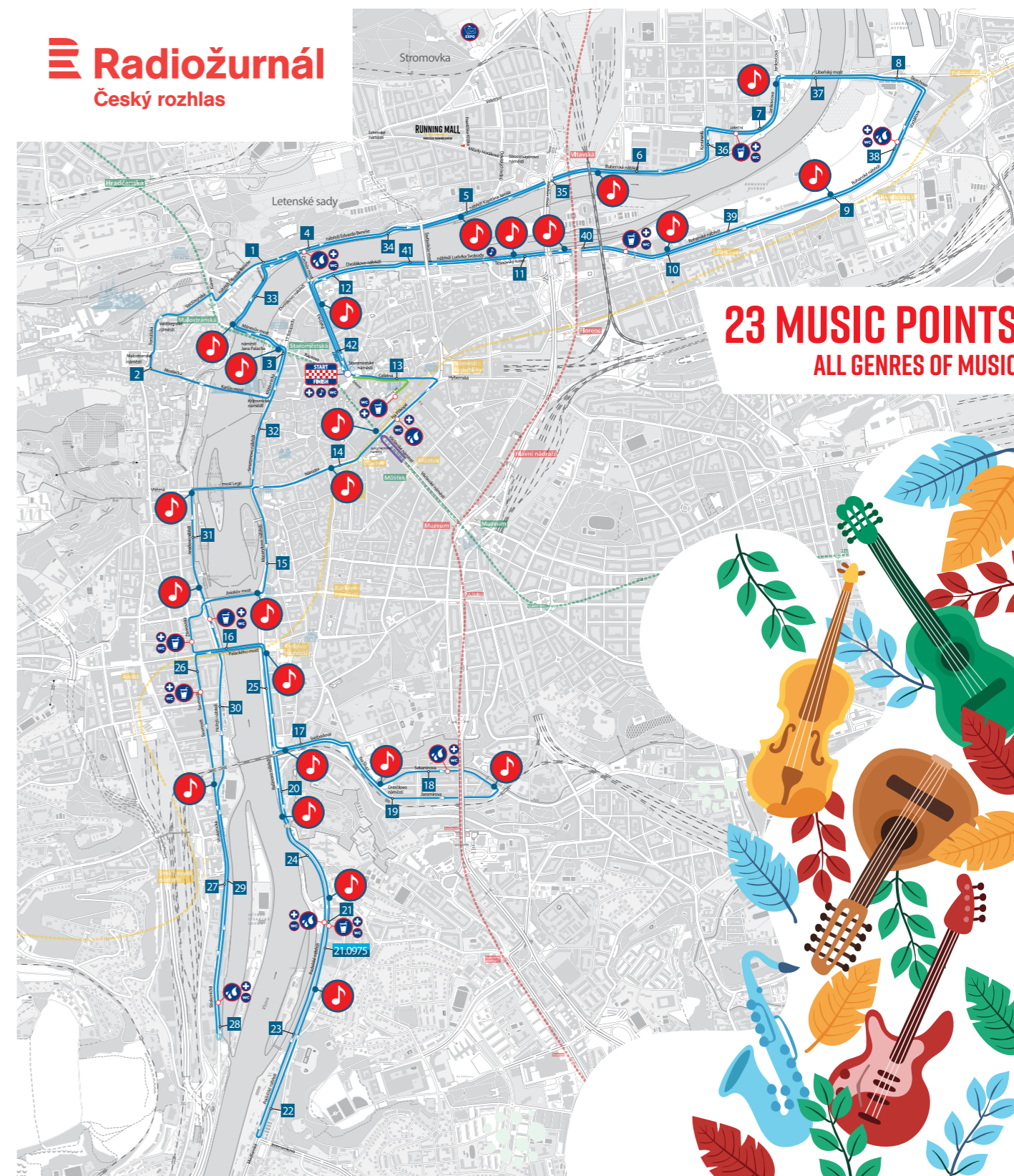
MARATHON MUSIC FESTIVAL

Cítíte se unaveni? Necítíte dostatek energie do cíle?

Marathon Music festival vás pomůže! Energická vystoupení živých kapel, elektro hudba produkována DJs, fan zóny a mnoho hudebních žánrů vás dostane do cíle! Ve spolupráci s United Islands a Radiožurnálem pro Vás připravujeme největší hudební street festival v České republice.

Protože „**Music makes the people come together—and run!**“

Radiožurnál
Český rozhlas



23 MUSIC POINTS
ALL GENRES OF MUSIC

SPORTISIMO

Come and run with us in OSAKA MARATHON.

24 February 2025

The race entry will start in
Summer 2024.



Expo 2025 Official Character
MYAKU-MYAKU
©Expo 2025

OSAKA MARATHON 2025

<https://www.osaka-marathon.com/>

Osaka Marathon Organizing Committee

Meet me at EXPO 2025!

Period: 13 Apr – 13 Oct 2025 Venue: Yumeshima, Osaka



©Expo 2025

DOBROVOLNÍCI

Celkový počet na maratonu: 1 400 (1 160 v den závodu, 240 na přípravu)

Na všech závodech RunCzech potkáte nepostradatelné pomocníky s dobrým srdcem. V zázemí, na trase, na občerstvovacích stanicích, ve startu i v cíli a všude tam, kde jsou potřeba. Pomáhají běžcům nabrat druhý dech a hlídají bezpečnost a plynulost závodu. RunCzech dobrovolníci pomáhají zabezpečit chod závodů a jsou jejich důležitou součástí. Bez dobrovolníků by žádný závod nebyl.

KDE NAJDETE NAŠE DOBROVOLNÍKY

OBČERSTVOVACÍ STANICE

INFODOBROVOLNÍK

TRASA ZÁVODU

VLAJKONOŠI

CHAPERON

GUEST ZÓNA

PRESS CENTRUM

ÚSCHOVNA

PROSTOR STARTU A CÍLE

24

**VŠE, CO POTŘEBUJETE,
NA JEDNOM MÍSTĚ
U VÁS DOMA UŽ ZA 60 MINUT**

S Rohlíkem vás hlad nedoběhne!



ELITNÍ ATLETI



Běžecké hvězdy se chystají na Prague International Marathon

Startovní listina elitních běžců naznačuje, že by mohly padnout oba rekordy závodu. Favority na pokoření mužského rekordu jsou etiopští běžci, v ženách můžeme očekávat souboj Keni a Etiopie. Další běžci se poperou o olympijskou kvalifikaci na poslední chvíli.

25



Extra vybavené modely People

Zvýhodnění
až 170 000 Kč



Kombinovaná spotřeba a emise CO₂: Tiguan: 5,3–7,9 l / 100 km, 139–180 g/km, T-Cross: 5,6–6,4 l / 100 km, 127–144 g/km, ID.3: 15 kWh / 100 km, 0 g/km. Vyobrazené vozy nemusí odpovídat cenové nabídce a mohou obsahovat prvky příplatkové výbavy. Více na volkswagen.cz

BATTLE OF THE TEAMS

B.T. BATTLE OF THE TEAMS
RUN FOR ALL. ALL FOR RUN.

Dvacet čtyři elitních běžců vytvoří čtyři vyrovnané týmy. Časy běžců ALL RUNNERS, kteří se přihlásili do každého týmu, se zprůměrují. Získané body se sečtou s body elitních atletů.

Tým s nejvyšším bodovým součtem se stane vítězem The Battle of the Teams 2024. O tom, kdo vyhraje, můžete rozhodnout i vy!

Nejde jen o novou událost. Je to zcela nový způsob, jak přistupovat k našemu krásnému sportu. Proměna maratonu v týmový sport dodává závodu potřebné napětí. Záleží na každém běžci. Záleží na každé vteřině.

Přidali jsme porci dramatu. Motivujeme každého běžce, aby se snažil dosáhnout svého nejlepšího výkonu. A běžecký sport se tak stává sledovanějším, zajímavějším a napínavějším.



KAŽDÝ TÝM SE SKLÁDÁ Z 5 ČLENŮ

4 ELITNÍ BĚŽCI



+ ALL RUNNERS HOBBY BĚŽCI

WWW.BATTLEOFTHE TEAMS.COM

26

BT. BATTLE OF THE TEAMS
RUN FOR ALL. ALL FOR RUN.



TÝM MATTONI

JIŘÍ PRSKAVEC | KAPITÁN

Český reprezentant ve vodním slalomu. Je několikanásobným mistrem Evropy a čtyřnásobným mistrem světa. Je také dvojnásobným olympijským medailistou. V Riu 2016 vybojoval bronzovou medaili a největšího úspěchu kariéry dosáhl na odložené olympiádě v Tokiu 2021, kde si dojel pro zlato a stal se olympijským vítězem.



BT. BATTLE OF THE TEAMS
RUN FOR ALL. ALL FOR RUN.



Letiště Praha

TÝM LETIŠTĚ PRAHA

JIŘÍ JEŽEK | KAPITÁN

Šestinásobný paralympijský vítěz a šestinásobný mistr světa je nejúspěšnějším cyklistou paralympijské historie.

Po ukončení profesionální kariéry v roce 2017 se dál aktivně věnuje sportu, kolo pravidelně střídá s běháním, rád se účastní i běžeckých akcí. Je sportovním moderátorem, přednáší o motivaci a je tváří mnoha neziskových projektů. Jeho osobnost a nadšení pro život jsou skutečnou inspirací!



NADACE PARTNERSTVÍ LIDÉ A PŘÍRODA

Pomáháme zvládat dopady klimatické krize, podporujeme sázení stromů a vzděláváme děti i dospělé v Otevřené zahradě. Společně pro lidi a přírodu už 30 let.

partnerství
nadace

- 15 vylosovaných běžců v týmu získá pitný režim na 3 měsíce
- 5 vylosovaných běžců v týmu získá pitný režim na 6 měsíců
- 1 vylosovaný běžec v týmu získá pitný režim na 12 měsíců
- 5 vylosovaných běžců získá 2 vstupenky do Národního divadla
- Všichni registrovaní členové týmu se také mohou zdarma účastnit pravidelných skupinových běžeckých tréninků s koučem Mattoni FreeRun

K SRDCI KLÍČ

Nezisková organizace K srdci klíč pomáhá lidem v krizových situacích spojených se ztrátou bydlení a střechy nad hlavou. Poskytuje lidem v nouzi dočasné bydlení, základní potřeby a nabízí možnosti řešení jejich situace. Cílem je pomoci překonat kruh chudoby, sociální vyloučení a zvýšit šanci na jejich zaměstnatelnost.

Společně s Letištěm Praha spolupracuje od roku 2020 na inovativním projektu, který se zaměřuje na identifikaci a pomoc osobám bez přístřeší mimo jiné i ve veřejných prostorách letiště.



- 1x voucher pro 2 osoby na využití služeb VIP Service Club CONTINENTAL
 - 3x voucher pro 2 osoby k využití služby Private Check-in Service
 - 3x voucher pro 2 osoby do salonku FastTrack Lounge
 - 3x voucher AeroParking na 2000 Kč - zaparkujte přímo na letišti
 - 3x voucher na konzumaci do Restaurace Runway - najeďte se před cestou, jednorázová konzumace v hodnotě až do 1000 Kč
- Speciální cena: osobní setkání s Jiřím Ježkem, jako mentorem, běžeckým či cyklistickým trenérem, nebo povídání u večere. Výběr je čistě na vás.



TÝM TURKISH AIRLINES

JÍŘÍ HOMOLÁČ | KAPITÁN

Úspěchy přišly brzy a Homoláč několikrát reprezentoval ČR na mezinárodních akcích. V roce 2011 vyhrál Modřický pohár, v témže roce Svatováclavský běh v Blažovicích. V letech 2013, 2014 a 2016 vyhrál Žebráckou pětadvacítku. V roce 2011, 2015 a 2016 zvítězil v závodech Triexpert Vokolo příglu. Kvalifikoval se na Mistrovství Evropy 2016, které se konalo v Amsterdamu, kde v půlmaratonu obsadil 64. místo a také 16. místo v družstvu půlmaratonu. Je Mistr republiky v maratonu z Prahy 2022, kterým už se stal i v letech 2018 a 2013. Je i trojnásobným mistrem ČR v půlmaratonu a osminásobný mistr v dalších vytrvaleckých disciplínách. Jeho osobní maximum v maratonu je - 2:14:35.



PINK BUBBLE

Nadační fond Pink Bubble podporuje děti, dospívající a mladé dospělé pacienty do 30 let po celé ČR, kterým zkomplikovalo život onkologické nebo hematologické onemocnění, být šťastnější a postavit se co nejdříve zpátky na vlastní nohy. Pomáháme jim jak v průběhu léčby, tak v čase rekonvalescence i při následném návratu a zapojení se zpět do běžného života. Příjemcům pomoci říkáme důvěrně "BUBLINY" a ke každému z jejich příběhů přistupujeme osobně. Protože každý, kdo se na nás obrátí, je pro nás jedinečný...



- Staňte se členem našeho týmu a získáte slevu na další let s Turkish Airlines. Létáme do více zemí než kterákoli jiná letecká společnost a díky této speciální slevě pouze pro členy našeho týmu v rámci Battle of the Teams můžete objevit 347 destinací a 130 zemí.



TÝM VOLKSWAGEN

EVA VRABCOVÁ NÝVLTOVÁ | KAPITÁN

Česká legenda silničního běhu i běhu na lyžích. Účastnice celkem pěti olympijských letních i zimních her byla držitelkou českého rekordu v maratonu, který vytvořila společně se ziskem bronzové medaile na mistrovství Evropy v Berlíně v roce 2018. Po ukončení své profesionální kariéry se dále věnuje běhání a tréninkům. V sezóně 2024 je tváří RunCzech Racing týmu.

Poběžme tedy s Evou, jejíž motto vystihuje její životní poslání a lásku pro běh „Když něco děláte s láskou, s láskou se vám to vrátí.“



CENTRUM PARAPLE

Centrum Paraple je obecně prospěšná společnost založená Zdeňkem Svěrákem a občanským sdružením Svaz paraplegiků. Od roku 1994 pomáhá lidem na vozíku po poškození míchy a jejich rodinám zvládnout těžkou životní situaci. Pomáhat může jen díky solidaritě tisíců lidí, kteří jejich činnost podporují. Společně s Volkswagen Financial Services pomáhá již téměř 30 let všem, kteří se ocitnou na invalidním vozíku, včetně účastníků dopravních nehod. Pokud i vy věříte v potřebu solidarity a vzájemné pomoci, přidejte se k jejich podpoře.



Pomáháme najít cestu dál

Již 30 let

- Sleva 8 % z ceny automobilu značky Volkswagen na novou objednávku, 0 % úrok a bezplatný servis po dobu 5 let nebo do ujetí 150 000 km (nelze kombinovat s dalšími slevami), pro každého v týmu.
- Rozdáváme 20 lístků na rodinné vstupné do ZOO Praha pro prvních a posledních 10 přihlášených.

STARTOVNÍ LISTINA MUŽI

STARTOVNÍ ČÍSLO	BIB	JMÉNO	NÁRODNOST	PB	NEJLEPŠÍ ČAS OD 2022
1	HERPASA	HERPASA NEGASA KITESA		2:03:40 - DUBAI 2019	2:04:49 - SEOUL 2022
2	LEMI	LEMI BERHANU HAYLE		2:04:33 - DUBAI 2016	2:05:48 - AMSTERDAM 2023
3	ABEBE	ABEBE NEGEWO DEGEFA		2:04:51 - VALENCIA 2019	2:06:05 - HAMBURG 2022
4	ABAYNEH	ABAYNEH DEGU TSEHAY		2:04:53 - PARIS 2021	2:06:03 - PARIS 2022
5	KIPKEMOI	KIPKEMOI KIPRONO		2:06:45 - BARCELONA 2021	2:07:29 - LJUBLJANA 2023
6	KELKILE	KELKILE GEZAHEGN WOLDAREGAY		2:05:56 - ROTTERDAM 2018	2:08:30 - PRAGUE 2022
7	JOSHUA	JOSHUA KIPKEMBOI KOGO		2:08:39 - WIEN 2023	
8	BYAMBAJAV	BYAMBAJAV TSEVEENRAVDAN		2:09:03 - QITA 2020	2:09:19 - SEVILLA 2024
10	ONESPHORE	ONESPHORE NZIWINKUNDA		2:11:42 - ZÜRICH 2022	
11	ABEL	ABEL CHEBET		DEBUT	HM 1:00:31 - BELFORT 2022
12	FERDINAN	FERDINAN CERECEDA RODRIGUEZ		2:12:19 - VALENCIA 2023	
13	GOPI	GOPI THONAKAL		2:13:39 - SEOUL 2019	2:14:40 - NEW DELHI 2024
14	BUGUTHA	BUGATHA SRINU		2:14:41 - NEW DELHI 2024	
15	WENDELL	WENDELL JERONIMO SOUZA		2:16:20 - AMSTERDAM 2023	
16	MO	MO'ATH AHMAD HILAL ALKHAWALDEH		2:18:43 - BERLIN 2022	
17	PATRIK	PATRIK VEBR		DEBUT	HM 1:05:42 - PRAGUE 2023
18	JIRKA	JIŘÍ HOMOLÁČ		2:14:35 - BERLIN 2019	2:18:44 - PRAGUE 2022
19	VÍTEK	VÍT PAVLIŠTA		2:15:35 - VALENCIA 2020	2:19:14 - PRAGUE 2023
20	ONDRA	ONDŘEJ FEJFAR		2:19:54 - PRAGUE 2023	
21	YANN	YANN HAVLENA		2:20:12 - VALENCIA 2023	
22	PETR	PETR PECHEK		2:18:28 - PRAGUE 2011	2:21:09 - PRAGUE 2022
23	MATÚŠ	MATUŠ HUJSA		2:22:45 - KOŠICE 2023	
24	DAVID	DAVID VAŠ		2:23:05 - PRAGUE 2019	1:09:37 - PARDUBICE 2024
25	HONZA	JAN KOHUT		2:21:13 - PRAGUE 2021	2:28:26 - KOŠICE 2023
26	BANGRIYA	BANGRIYA VIKRAM BHARATSINH		2:27:06 - NEW DELHI 2022	
41	PACE M1	VINGENT KIPROTICH MUTAI		PACEMAKERS	
42	PACE M2	GIDEON KIPROTICH ROP		PACEMAKERS	
43	PACE M3	TIMON CHERUIYOT KORIR		PACEMAKERS	
44	PACE M4	DAMIÁN VÍCH		PACEMAKERS	
51	PACE W1	AREGA BULTUME REGASA		PACEMAKERS	
52	PACE W2	ABIYOT GUTA DUGUMA		PACEMAKERS	
53	PACE W3	HERMANO FERREIRA		PACEMAKERS	



A STAR ALLIANCE MEMBER

BUSINESS CLASS

OBJEVUJTE ISTANBUL

S LETECKOU SPOLEČNOSTÍ LÉTAJÍCÍ
DO VÍCE ZEMÍ NEŽ KTERÁKOLI JINÁ



STARTOVNÍ LISTINA ŽENY

STARTOVNÍ ČÍSLO	BIB	JMÉNO	NÁRODNOST	PB	NEJLEPŠÍ ČAS OD 2022
F1	DORCAS	DORCAS JEPCHIRCHIR TUITOEK		2:20:02 - AMSTERDAM 2023	
F2	BUZUNESH	BUZUNESH GETACHEW GUDETA		2:19:27 - FRANKFURT 2023	
F3	AFERA	AFERA GODFAY BERHA		2:22:41 - DONGYING 2019	2:23:15 - TORONTO 2023
F4	MESERET	MESERET GEBRE DEKEBO		2:23:11 - BARCELONA 2022	
F5	MULUHABT	MULUHABT TSEGA CHEKOL		2:24:23 - KOPENHAGEN 2022	
F6	BEDATU	BEDATU HIRPA BADANE		2:21:32 - FRANKFURT 2018	2:24:48 - DUBAI 2023
F7	ABERASH	ABERASH FAYESA ROBI		2:24:59 - RIYADH 2023	
F8	ZINASH	ZINASH DEBEBE GETACHEW		2:25:59 - ROMA 2023	
F10	TSEGINESH	TSEGINESH MEKONNIN LEGESSE		2:24:50 - MÁLAGA 2021	2:26:29 - HAMBURG 2022
F11	SOLANGE	SOLANGE JESUS		2:27:30 - SEVILLA 2023	
F12	DAN	DAN LI		2:26:59 - NANJING 2020	2:27:32 - WUXI 2024
F13	SHEWARGE	SHEWARGE ALENE AMARE		2:27:26 - CAPE TOWN 2023	
F14	AYINADIS	AYINADIS TESHOME BIRLE		2:27:58 - MUMBAI 2024	
F15	PAOLA	PAOLA ANDREA BONILLA		2:27:38 - VALENCIA 2021	
F16	MILITSA	MILITSA MIRCHEVA		2:29:23 - KOPENHAGEN 2022	
F18	LENSA	LENSA DEBELE JALETA		2:38:10 - WUXI 2023	
F19	GRAZIELE	GRAZIELE ZARRI		2:42:48 - VALENCIA 2023	
F20	PETRA	PETRA PASTOROVÁ		2:36:44 - PRAGUE 2013	2:42:18 - DEBNO 2022
F21	EVA	EVA FILIPIOVÁ		2:43:50 - PRAGUE 2023	
F22	KATEŘINA	KATEŘINA KAŠPAROVÁ		2:44:43 - PRAGUE 2023	
F23	BARBORA	BARBORA JÍŠOVÁ		2:45:25 - PRAGUE 2023	
F24	HANA	HANA HOMOLKOVÁ		DEBUT	HM 1:18:08 - BERLIN 2023
F25	BIBIRO	BIBIRO ALI TAHER		2:51:04 - MILANO 2022	



Již **31** let
se staráme
o Karlův most
*galerii pod
širým nebem*

SDRUŽENÍ VÝTVARNÍKŮ
KARLOVA MOSTU, SPOLEK
GARANT POŘÁDKU,
VYSTAVOVÁNÍ A PRODEJE
NA KARLOVĚ MOSTĚ
WWW.KARLUMOST.CZ

Adresa pro písemný styk: Hroznová 493/5, 118 00 Praha 1
Kancelář spolku: Hroznová 493/5, 118 00 Praha 1 - Malá Strana
Telefon: +420 257 535 796 e-mail: svkm@iol.cz

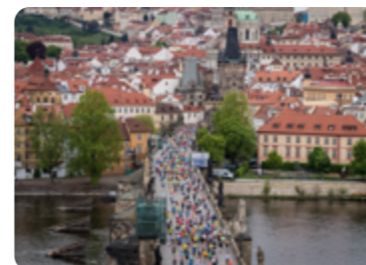
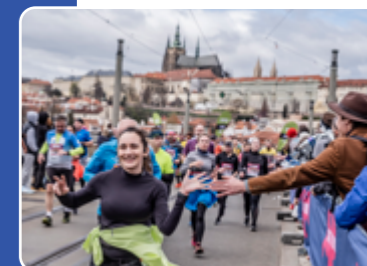
www.karlumost.cz

5 MÍST, KTERÁ VIDĚT V PRAZE

Praha, hlavní město České republiky, je často nazývána „stověžatá“. Je to historický zázrak, v němž se mísí gotická, renesanční a barokní architektura, a proto je vyhledávaným cílem cestovatelů z celého světa. Zde je pět nejhezčích míst, která musíte při návštěvě Prahy navštívit, abyste plně poznali její krásu a historickou hloubku.

1. Pražský hrad

Pražský hrad, který dominuje panoramatu města, je nejen největším starobyklým hradem na světě, ale také tepajícím srdcem české historie. V hradním komplexu se nachází mistrovské dílo gotiky, katedrála sv. Víta, spolu se Starým královským palácem, bazilikou sv. Jiří a Zlatou uličkou. Procházka hradním areálem nabízí cestu staletími architektonického vývoje a možnost být svědkem ceremoniálu střídání stráží.



2. Karlův most

Karlův most, který spojuje Staré Město s Malou Stranou, je ikonickým symbolem Prahy. Tento historický most postavený ve 14. století je lemován sochami katolických světců a nabízí malebný výhled na Vltavu a velkolepou krajinu města. Návštěva za svítání nebo za soumraku přináší kouzelný zážitek, je zde méně lidí a úžasné světlo pro fotografování.

3. Staroměstské náměstí a orloj

Staroměstské náměstí je srdcem Prahy, obklopeným barevnými barokními budovami a gotickými kostely, jako je kostel Panny Marie před Týnem a Staroměstská radnice. Výstavní dominantou náměstí je středověký orloj, který každou hodinu předvádí úchvatné mechanické představení. Na rušném náměstí se během roku konají také různé trhy, včetně proslulých vánočních.



4. Vyšehrad

Vyšehrad je historická pevnost, která se nachází na kopci nad Vltavou v Praze a nabízí panoramatický výhled na město. Dnes je Vyšehrad nejen kulturní památkou, ale také klidným parkem, kde se nachází bazilika svatého Petra a Pavla, Vyšehradský hřbitov, kde je pohřbeno mnoho slavných Čechů, a starobylé opevnění, které šeptá příběhy z minulosti.

5. Tančící dům

Tančící dům, nápadně moderní uprostřed historické struktury Prahy, je architektonickým zázrakem, který vyniká svým dekonstruktivistickým designem připomínajícím dva tanečníky. Tato jedinečná stavba, známá také jako „Fred a Ginger“ podle Freda Astaira a Ginger Rogersové, ukazuje hravou a inovativní stránku Prahy. Ačkoli se jedná především o kancelářskou budovu, v jejím nejvyšším patře se nachází restaurace s nádherným výhledem na město, což z ní činí povinnou návštěvu pro milovníky architektury a ty, kteří chtějí vidět Prahu z nové perspektivy.



DĚKUJEME



30 let pomáháme tvořit RUNCZECH



Využijte i vy náš e-shop GO 1

Pronajměte si naše produkty on-line:

- v jakoukoliv denní dobu
- určete si přesné místo instalace na mapě
- pohodlně i přes mobilní telefon
- doručení do 24 hodin
- pohodlná platba kartou

Řešení rádi najdeme i pro vás.



go1.johnnyservis.cz

MATTONI RUNNING FESTIVAL

KARLOVY VARY

18. 5. 2024

ALL RUNNERS ARE BEAUTIFUL



MATTONI 1/2MARATON KARLOVY VARY

10 KM ZÁVOD

DM RODINNÁ MÍLE

DM BAMBINI RUN

Naskenuj QR kód
a podívej se na
kompletní seznam závodů



Forbes

• PŘEDPLATNÉ •



DENNÍ DÁVKA INSPIRACE KDEKOLI A KDYKOLI



WWW.FORBES.CZ

generaleska.cz

SPRÁVNÝ PARTNER JE VŽDY PO VAŠEM BOKU

S NÁMI V TOM NEJSTE SAMI

GENERALI
ČESKÁ POJIŠŤOVNA

JSME HRDÝM PARTNEREM
RUNCZECH

CHARITATIVNÍ PARTNER

Důležitým aspektem RunCzech závodů je spolupráce s charitativními partnery.

RunCzech se hlásí ke společenské odpovědnosti již mnoho let, ale ještě více v posledních několika letech, kdy se nás dotýkají těžká témata jako byl covid, nebo inflace.

RunCzech každoročně podporuje celou řadu neziskových organizací. Některé z nich se zaměřují na pomoc nemocným dětem, jiné dospělým s různými fyzickými i psychickými potížemi, nebo třeba organizace zabývající se ochranou přírody.

Snažíme se prosazovat povědomí o důležitosti společenské odpovědnosti a podporovat ty, kteří v životě nemají tolik štěstí. Také chceme edukovat nejen běžce, ale i širokou veřejnost o fenoménu běhání pro dobrou věc, který je v zahraničí tak dobře znám.

Naši běžci mohou finančně podpořit různé charitativní organizace se kterými spolupracujeme, ale jsme otevřeni i novým příběhům. Každý náš závod je spojen s jednou hlavní a několika dalšími neziskovými organizacemi. Spolupráce je založena nejen na finanční podpoře, ale také na marketingové a PR podpoře.



38

Dosažením svého cíle plníte sny ostatním

Stáhněte si aplikaci EPP Pomáhej pohybem a získávejte body za každou svou aktivitu. Ty potom můžete věnovat vámi vybranému projektu a Nadace ČEZ je promění na finanční podporu.



SKUPINA ČEZ



www.pomahejpohybem.cz

RUNNING MALL

Running Mall Naše běžecké centrum poskytuje kompletní podporu každému běžci i začátečníkům! Je to místo, kde můžete trénovat, učit se, zlepšovat se, užívat si, odpočívat a na mnoha našich akcích najít nové přátele! Propojujeme aktivní lidi na místní i mezinárodní úrovni a vytváříme prostor, který spojuje wellness a networking. Jsme tu proto, abychom běžcům všech úrovní pomohli dosáhnout jejich cílů a stanovit si nové. Jsme odhodláni budovat běžeckou komunitu, kde all runners are beautiful. Bezpečný prostor, kde jsou si všichni rovni bez ohledu na své zkušenosti, věk a váhu.

Runczech Store: Neexistuje lepší místo pro nákup běžeckého vybavení než největší místo pro běžecké profesionály v Česku. S třiceti lety zkušeností s pořádáním běžeckých akcí a výukou běhání pro veřejnost vám poradíme s výběrem správné běžecké obuvi, oblečení a doplňků, díky kterým je běhání radost. Navštivte www.runczechstore.com a přesvědčte se sami! Na Marathon Expu se potkáme v pavilonu E.

Energy at Work: RunCzech nabízí program, který pomáhá firmám a pracovním týmům zpestřit běžný pracovní den. Tréninky jsou navrženy podle vašich potřeb, přání a úrovně kondice a cílů zaměstnanců. Plně chápeme, že ne každý člověk je na stejné úrovni, proto jsou tréninky navrženy tak, aby vyhovovaly každému. Místo, den a čas konání tréninků jsou na vás.



Jsme v tom s vámi

RUNCZECH | ALL RUNNERS ARE BEAUTIFUL

HOPI
LOGISTICS



hopilogistics.eu

OD STARTOVNÍ ČÁRY AŽ DO CÍLE

... LOGISTIKA, KTERÁ BĚŽÍ S VÁMI

Don't worry be HOPI®



www.reportermagazin.cz

Reportér

RUNCZECH RACING

Mladí nadějní sportovci reprezentují RunCzech na nejprestižnějších závodech na světě.

Chceme propojit profesionální a amatérské běžce, organizovat workshopy, navštěvovat školy a organizovat setkání s profesionálními sportovci v našem běžeckém centru a při předzávodních bězích.

Celkové úspěchy:



8

SVĚTOVÝCH
REKORDŮ



3

OLYMPIONICI



2

NEJLEPŠÍ
SVĚTOVÉ ČASY



82

VÍTĚZSTVÍ NA PŘEDNÍCH
SVĚTOVÝCH ZÁVODECH

Goals

- ▶ Podpora mladých talentovaných sportovců
- ▶ Vytvořit podmínky pro sportovce, aby mohli soutěžit se špičkovými evropskými vytrvalci
- ▶ Inspirujte a motivujte ke sportu všechny ve všech věkových skupinách

Čeští Atleti:

Jiří Homoláč / Patrik Vebr /
Damian Vích / Martin Zajíc



EUROHEROES



EuroHeroes je iniciativa RunCzech, která vznikla pod záštitou Evropské atletické asociace. EuroHeroes je projekt RunCzech, který vznikl ze tří důvodů. Zvýšit konkurenceschopnost evropských sportovců na světové scéně. Oslavit jejich skvělé výkony.

A vytvořit fanouškovskou základnu pro evropské běžce s nadějí, že inspirují novou generaci, která půjde v jejich stopách. S tímto záměrem jsme čtyři z našich půlmaratonů označili jako sérii EuroHeroes, účastní se pouze elitní evropští běžci. Každý závod je oceněn známkou kvality World Athletics Road Race Label a pětihvězdičkovým certifikátem Evropské atletiky.



Radiožurnál
Český rozhlas

Když světový hokej, tak živě

Petr Kadeřábek a František Kuna
sportovní komentátoři

Každý den s Vámi



PROUD PARTNER OF RUNCZECH TROPHIES

WWW.AJETOGLASS.COM

MATTONI RUNNING FESTIVAL

MATTONI ÚSTÍ NAD LABEM RUNNING FESTIVAL

21. 9. 2024

MATTONI 1/2MARATON
ÚSTÍ NAD LABEM

5 KM ZÁVOD

DM RODINNÁ MÍLE

DM BAMBINI RUN

Zažijte vzrušující závodní den s nově zavedenými vzdálenostmi RunCzech! Ať už se chystáte překonat hranici půlmaratonu, nebo teprve začínáte, v našich nových kategoriích se najde místo pro každého.

Neváhejte - počet míst je omezen!

Připojte se ke vzrušující akci RunCzech, která vám zaručí profesionálně zvládnutý závod, elektrizující atmosféru,

exkluzivní medaile a spoustu zábavy.

Nejde jen o běh, ale o zábavu, kamarádství a nezapomenutelné zážitky.

MATTONI KARLOVY VARY RUNNING FESTIVAL

18. 5. 2024

MATTONI 1/2MARATON
KARLOVY VARY

10 KM ZÁVOD

DM RODINNÁ MÍLE

DM BAMBINI RUN

MATTONI ČESKÉ BUDĚJOVICE RUNNING FESTIVAL

1. 6. 2024

MATTONI 1/2MARATON
ČESKÉ BUDĚJOVICE

5 KM ZÁVOD

DM RODINNÁ MÍLE

DM BAMBINI RUN

MATTONI OLOMOUC RUNNING FESTIVAL

15. 6. 2024

MATTONI 1/2MARATON
OLOMOUC

5 KM ZÁVOD

DM RODINNÁ MÍLE

DM BAMBINI RUN



Vyvážený obsah
minerálů

Pro vaše tělo
každý den

MATTONIZUJTE SE



MATTONI JE ŽIVOT

ZAJÍMAVÁ ČÍSLA



MEDAILE - 8 000 Ks



LAHVÍ VODY - 39 762 Ks



BANÁNY - 27 125 Ks



PLOTY - 3 600 Ks



POMERANČE - 17 345 Ks



SPÍNACÍ ŠPENDLÍKY - 36 000 Ks



PÁSKA - 20 KM



DOBROVOLNÍCI - 1 160



TOALETY - 180 Ks



DOBROVOLNICKÉ VESTY - 1 160 Ks



ZÁVODNÍ TRIČKO - 3 263 Ks



LITRŮ VODY - 30 000 L



LITRŮ IONTOVÉHO NÁPOJE - 16 200 L



POSTELÍ PRO NÁVŠTĚVNÍKY - 12 354

SÍŇ SLÁVY PRAGUE INTERNATIONAL MARATHON

MUŽI

1995	Turbo Tumo (ETH)	2:12:44
1996	William Musyoki (KEN)	2:12:21
1997	John Kagwe (KEN)	2:09:07
1998	Elijah Lagat (KEN)	2:08:52
1999	Eliud Keiring (KEN)	2:11:19
2000	Simon Chemoiywo (KEN)	2:10:35
2001	Andrew Sambu (TAN)	2:10:14
2002	Henry Tarus (KEN)	2:11:41
2003	Willy Cheruiyot (KEN)	2:11:56
2004	Barbanas Koech (KEN)	2:12:15
2005	Steven M. Cheptot (KEN)	2:10:42
2006	Mubarak Hassan Shami (QAT)	2:11:11
2007	Ornelas Helder (POR)	2:11:49
2008	Kenneth M. Mungara (KEN)	2:11:09
2009	Patrick M. Ivuti (KEN)	2:07:48
2010	Eliud Kiptanui (KEN)	2:05:39
2011	Benson K. Barus (KEN)	2:07:07
2012	Deressa Chimsa (ETH)	2:06:25
2013	Nicholas Kemboi (QAT)	2:08:51
2014	Patrick Kipyegon (KEN)	2:08:07
2015	Felix Kipchirchir Kandie (KEN)	2:08:32
2016	Lawrence Cherono (KEN)	2:07:24
2017	Gebreksadik Abraha (ETH)	2:08:47
2018	Galen Rupp (USA)	2:06:07
2019	Dawit Wolde (ETH)	2:06:18
2020	N/A	
2021	Benson Kipruto (KEN)	2:10:16
2022	Nobert Kigen (KEN)	2:07:54
2023	Alexander Mutiso (KEN)	2:05:09

ŽENY

1995	Svetlana Tkach (UKR)	2:39:33
1996	Elena Vinickaya (BLR)	2:37:33
1997	Elena Vinickaya (BLR)	2:32:58
1998	Elena Vinickaya (BLR)	2:35:25
1999	Franca Fiacconi (ITA)	2:28:33
2000	Alina Ivanova (RUS)	2:27:42
2001	Maura Viceconte (ITA)	2:26:33
2002	Alevtina Ivanova (RUS)	2:32:24
2003	Anne Kibor Jelagat (KEN)	2:31:10
2004	Leila Aman (ETH)	2:31:49
2005	Salina Jebet Kosgei (KEN)	2:28:42
2006	Alina Ivanova (RUS)	2:29:20
2007	Nailya Yulamanova (RUS)	2:33:10
2008	Nailya Yulamanova (RUS)	2:31:43
2009	Olga Glok (RUS)	2:28:27
2010	Helena L. Kirop (KEN)	2:25:29
2011	Lydia Cheromei (KEN)	2:22:34
2012	Agnes Kiprof (KEN)	2:25:41
2013	Caroline Rotich (KEN)	2:27:00
2014	Dado Firehwot (ETH)	2:23:34
2015	Yebrgual Melese (ETH)	2:23:49
2016	Lucy Karimi (KEN)	2:24:46
2017	Valary Jemeli Aiyabei (KEN)	2:21:57
2018	Bornes Jepkirui Kitur (KEN)	2:24:19
2019	Lonah C. Salpeter (ISR)	2:19:46
2020	N/A	
2021	Purity Rionoripo (KEN)	2:20:14
2022	Bekelech Borecha (KEN)	2:22:56
2023	Workenesh Edesa (ETH)	2:20:42

46

BEER GARDEN KARLÍN Pobřežní 1 | Praha 8



- » Slunné terasy s výhledem na Vltavu
- » Uvolněná atmosféra se spoustou zábavy
- » Obří obrazovky s živými sportovními přenosy
- » Děti i domácí mazlíčci vítáni
- » Ideální zastávka pro sportovce
- » Letní koktejly
- » Tacos, nachos, burgery a mnohem více...

Forerunners
for
Runners



GARMIN®

ALL RUNNERS ARE BEAUTIFUL



Naskenujte QR kód
pro více informací



RUNCZECH

18. 5. 2024

**MATTONI
KARLOVY VARY
RUNNING FESTIVAL**

1. 6. 2024

**MATTONI
ČESKÉ BUDĚJOVICE
RUNNING FESTIVAL**

15. 6. 2024

**MATTONI
OLOMOUC
RUNNING FESTIVAL**

25. - 26. 6. 2024

**UNICREDIT
PRAŽSKÁ ŠTAFETA
4 x 5**

7. 9. 2024

**BIRELL BĚH
NA 10 KM
PRAHA**

7. 9. 2024

**ADIDAS BĚH
PRO ŽENY 5 KM
PRAHA**

21. 9. 2024

**MATTONI
ÚSTÍ NAD LABEM
RUNNING FESTIVAL**

5. 10. 2024

**MATTONI
LIBEREC NATURE RUN
12 KM | 22KM**

5. 4. 2025

**1/2MARATON
PRAHA**

4. 5. 2025

**PRAGUE
INTERNATIONAL
MARATHON**



BiRELL

UniCredit Bank

