

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



18/10/2015
Beijing Marathon
Hostující závod / Guest race

Evropa se shodla na jednom.



Nový Volkswagen Passat. Auto roku 2015. Suverénní jako Vy.

58 expertů, 22 zemí, 1 vítěz: evropští automobiloví profesionálové zvolili autem roku 2015 nový Passat. Některé důvody tohoto vítězství vidíte už na první pohled a ty další jednoduše odhalíte během testovacích jízd.



Das Auto.

Kombinovaná spotřeba a emise CO₂ modelu Passat a Passat Variant: 4,0–5,4 l/100 km, 106–140 g/km.
Vyobrazený model může obsahovat prvky příplatkové výbavy.



PROGRAM

ČTVRTEK 30. DUBNA / THURSDAY, 30 APRIL (VÝSTAVIŠTĚ HOLEŠOVICE / GROUND AREA HOLEŠOVICE)
12:00 – 20:00 Sport Expo (Výstaviště Holešovice / Ground Area Holešovice)

PÁTEK 1. KVĚTNA / FRIDAY, 1 MAY (VÝSTAVIŠTĚ HOLEŠOVICE / GROUND AREA HOLEŠOVICE)
10:00 – 20:00 Sport Expo / Sport Expo
14:00 – 15:00 Elitní atleti ve Sport Expu / Elites at the Sport Expo
18:00 Předzávodní proběhnutí / Pre-Race Run (Running Mall, Františka Křížka 11, Praha 7)

SOBOTA 2. KVĚTNA / SATURDAY, 2 MAY (VÝSTAVIŠTĚ HOLEŠOVICE / GROUND AREA HOLEŠOVICE)
10:00 – 20:00 Sport Expo / Sport Expo
od / from 11:00 Pasta Party / Pasta Party
14:00 Start Procházky se psy / Start of the Walk with Dogs
15:00 Předzávodní proběhnutí / Pre-Race Run (Running Mall, Františka Křížka 11, Praha 7)
17:00 Maratonský koncert – Pražské jaro / Marathon Concert with Prague Spring

NEDĚLE 3. KVĚTNA / SUNDAY, 3 MAY (STAROMĚSTSKÉ NÁMĚSTÍ / OLD TOWN SQUARE)
7:30 Zahájení programu dne / Start of the program
7:30 Maratonská mše / Marathon mass (Kostel U Kříže / U Kříže Church, Na Příkopě)
9:00 Start Volkswagen Maratonu Praha / Start of the Volkswagen Prague Marathon
9:15 Start dm rodinného minimaratonu / Start of the dm family minimarathon (U Obecního domu / In front of the Municipal House)
11:05 – 11:08 Očekávaný doběh prvního muže / Expected arrival of the first man
11:23 – 11:26 Očekávaný doběh první ženy / Expected arrival of the first woman
11:15 – 12:10 Slavnostní vyhlášení výsledků / Award ceremony
16:00 Dobež posledního závodníka / Finish of the last runner

ŽIVĚ NA ČT SPORT / LIVE ON CT SPORT

RUNCZECH

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



/RunCzech
/PragueInternationalMarathon
/RunningMall



@RunCzech
#PragueMarathon



/RunCzech



/RunCzech



/RunCzech



Vážení sportovní příznivci,
Emil Zátopek jednou pravil, že pokud si chcete jít zaběhat, uběhněte jednu míli. Pokud ovšem chcete zakusit jiný život, uběhněte maraton. Živoucím důkazem blahodárných účinků běhu nejsem zdaleka pouze já, ale tisíce dalších nadšených běžců, kteří každé jaro zaplaví ulice naší překrásné metropole při tradičním Volkswagen Maratonu Praha. Jsem přesvědčena, že letošní ročník opět svede dohromady ostřílené běžecké veterány i teprve začínající běžce a umožní jim

společně sdílet zdejší jedinečnou běžeckou atmosféru.

Přeji vám všem nezapomenutelné sportovní zážitky.



» ADRIANA KRNÁČOVÁ
primátorka Hl. m. Prahy

Dear Sport Fans,

Emil Zátopek once said that if you want to run, run a mile. If you want experience a different life, run a marathon. I myself am a living evidence of beneficial impact of running. And I am clearly not the only one. Every spring, thousands of enthusiastic runners traditionally fill the streets of our beautiful city during the Volkswagen Prague Marathon. I am convinced that this year will once again bring together highly experienced running veterans as well as complete beginners and let them all share the unique atmosphere of Prague.

I wish you all many unforgettable sporting experiences.

» ADRIANA KRNÁČOVÁ
Mayor of Prague

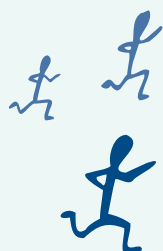


Vážení sportovci a přátelé sportu,

dovolte mi, abych vás co nejsrdečněji přivítal u nás v Praze 1, která se – stejně jako v předchozích letech – na vás těší. Ve skvělé spolupráci s pořadateli se na celý víkend s Volkswagen Maratonem Praha náležitě připravila: všechny komunikace prošly po zimě důkladným jarním úklidem a běžecká obuv už dávno opustila skříň a botníky a spolu se svými majiteli vytrvale „polyká“ každoroční kilometry.

Také díky vám se totiž běh stává stále významnější součástí životů obyvatel naší městské části i celého hlavního města. A nutno dodat, že předstartovní horečku už řadu dní pozoruji rovněž u některých kolegyn a kolegů z naší radnice Prahy 1, kteří poctivě trénují, aby se mohli důstojně zúčastnit některého z víkendových závodů.

Přeji vám všem, profesionálům i ryzím amatérům, krásné běžecké zážitky v našem krásném městě.



» OLDŘICH LOMECKÝ
starosta MČ Praha 1

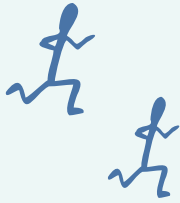
Dear Athletes and Sports Friends,

please allow me to give you a warm welcome here in Prague 1, which is - as in the previous years - looking forward to you. Also, in a great cooperation with organizers, Prague is properly prepared for the whole weekend with Volkswagen Prague Marathon: after winter all roads undergone thorough spring cleaning and running shoes are no longer in the cabinet or shoe racks as they steadfastly „swallow“ annual mileage already with their owners. Thanks to you the running is becoming an increasingly important part of the lives of the inhabitants of our district and around our capital city. And I should add that a few days I see the prestart fever on some colleagues of our Prague 1 City Hall, they do a honest workout to be able to have a dignified attendance on one of the weekend races. I wish to all of you - professionals or pure amateurs – beautiful running experiences in our beautiful city.

» OLDŘICH LOMECKÝ
Mayor of Prague 1 District



Milí běžci, drazí přátelé,
Volkswagen Maraton Praha vbíhá do svého jednadvacátého ročníku. Za uplynulých dvacet let se maraton rozrostl v RunCzech běžeckou ligu se sedmi závody po celé České republice a spoustou dalších krásných projektů, doprovodných běhů a akcí. Zajímá-li vás, co vše se od roku 1995, kdy se maraton běžel poprvé, změnilo a co vše se událo, začtete se do knihy Umění nemožného o historii Prague International Marathonu. Představujeme také první maratonské boty a nový design medailí.



Volkswagen Maratonský víkend je jeden velký běžecký svátek. Bude to opět velkolepá podívaná plná skvělých sportovních výkonů a tisíce běžeckých příběhů. Uběhnout maraton je zážitek na celý život a já jsem rád, že se z něho můžu v cíli radovat spolu s vámi.

Přeji vám, ať si ten letošní jednadvacátý ročník užijete a zůstanou vám na něj jen ty nejkrásnější vzpomínky!

» CARLO CAPALBO
prezident organizačního výboru

Dear Runners and Friends,

*The Volkswagen Prague Marathon is about to cross the threshold into its twenty-first year. Over the past two decades, the marathon has burgeoned into the RunCzech Running League featuring a total of seven races throughout the Czech Republic plus loads of other amazing projects, additional runs and events. If you're interested in reading about everything that's changed since the marathon was first held back in 1995, make sure you pick up the book *The Art of the Impossible* which tells the Prague International Marathon story. We'll also be presenting our first pairs of shoes made exclusively for the marathon, plus a new medal design. The Volkswagen Marathon weekend is one big running festival. Once again it promises to be a great spectacle promising fantastic sporting performances and thousands of running stories. Running a marathon is an experience to cherish for a lifetime and I'm delighted to be able to share the joy with you at the finish line. I hope you enjoy this year's twenty-first event year and that only the very best memories remain with you afterwards!*

» CARLO CAPALBO
President of the Organising Committee



Vážení sportovní přátelé,
položíme-li rovnítko mezi roky a kilometry, pak jsme právě v polovině maratonu – na startu Volkswagen Maratonu Praha se skvělým zvukem po celém světě se letos scházíme již po jednadvacáté. A Volkswagen, jako dlouhodobý titulární partner, u toho samozřejmě nemůže chybět.

V čele závodu poveze časomíru osmá generace našeho bestselleru ve střední třídě. Použijeme-li paralelu z úvodu, můžeme Volkswagen Passat považovat také za maratonce – poprvé byl totiž představen přesně před 42 lety. Za tu dobu prošel technicky i vzhledově neuvěřitelným vývojem, jedno však zůstává stále stejné – vytrvalá touha být nejlepším.

Věřím, že tato touha přinese úspěch i vám při letošním 21. ročníku Volkswagen Maraton Praha!

» DANIEL HARANT
vedoucí divize Volkswagen osobní vozy
společnosti Porsche Česká republika

Dear Sporting Friends,

If years and kilometres equated to the same thing, this year's 21st ever Volkswagen Prague Marathon would signify the midway point of a marathon. And it goes without saying that as a longstanding title partner, Volkswagen couldn't possibly miss out on the occasion to support such a world-renowned event. In charge of timekeeping at the front of the race will be the eighth generation of our middle class bestseller – the Volkswagen Passat. And if we are to use the same parallel as from my introduction, this vehicle can also be considered as a kind of marathon runner since it was first presented 42 years ago. Over this time it has undergone incredible development both in terms of technical features and appearance. One thing has remained the same throughout however – a perennial desire to be the best. I'm confident that this desire will also bring you success as you join this year's Volkswagen Prague Marathon!

» DANIEL HARANT
Head of Volkswagen Passenger Cars
Porsche Czech Republic

ZÁKLADNÍ FAKTA



VOLKSWAGEN MARATON PRAHA

Datum:	3. května 2015
Poprvé se konal:	4. června 1995
Příští ročník:	8. května 2016
Ročník:	21.
Titulární partner:	Volkswagen
Ocenění IAAF:	Zlatá známka kvality
Místo startu / cíle:	Staroměstské náměstí
Délka trati:	42,195 km
Časový limit:	7 hodin
Kapacita:	10 000 běžců
Doprovodný program:	Sport Expo; Procházka se psy; dm rodinný minimaraton; Marathon Music Festival

Kategorie:

- **jednotlivci** (42,195 km)
- **štafety** (3 × 10 km + 1 × 12,195 km)
- **týmy** (4 × 42,195 km)
- **MČR v maratonu** – jednotlivci
- **ČSOB Pojišťovna Zdravotnický běh** – jednotlivci / štafety
- **Běh záchraných a bezpečnostních složek** – jednotlivci
- **Univerzitní běh** – Běh o pohár rektora UK (štafety)

ESSENTIAL FACTS

VOLKSWAGEN PRAGUE MARATHON

Date:	3 May 2015
First held:	4 June 1995
Next edition:	8 May 2016
Edition:	21st
Title partner:	Volkswagen
IAAF Label:	IAAF Road Race Gold Label
Start / Finish:	Old Town Square
Distance:	42.195 km
Time limit:	7 hours
Capacity:	10,000 runners
Accompanying program:	Sport Expo; Walk with Dogs dm family minimarathon; Marathon Music Festival

Categories:

- **Individuals** (42.195 km)
- **Relays** (3 × 10 km + 1 × 12.195 km)
- **Teams** (4 × 42.195 km)
- **National Marathon Championships** – individuals
- **ČSOB Pojišťovna Medical Run** – individuals, relays
- **Rescue and Security Forces Run** – individuals
- **University Run** – relays

REKORDY RECORDS

VOLKSWAGEN MARATON PRAHA
/ VOLKSWAGEN PRAGUE MARATHON

REKORDY ZÁVODU / EVENT RECORDS

Muži / Men:	2:05:39 (2010), Eliud Kiptanui (KEN)
Ženy / Women:	2:22:34 (2011), Lydia Cheromei (KEN)

NEJRYCHLEJŠÍ ČEŠI / THE FASTEST CZECHS

Muži / Men:	2:12:35 (2004), Róbert Štefko
Ženy / Women:	2:31:08 (2000), Alena Peterková

OBECNÉ / GENERAL

SVĚTOVÉ REKORDY NA MARATON
/ WORLD RECORDS IN MARATHON:

Muži / Men:	2:02:57 (2014), Dennis Kimetto (KEN)
Ženy / Women:	2:15:25 (2003), Paula Radcliffe (GBR)

ČESKÉ NÁRODNÍ REKORDY NA MARATON
/ CZECH NATIONAL RECORDS IN MARATHON:

Muži / Men:	2:11:57 (1993), Karel David
Ženy / Women:	2:27:00 (1995), Alena Peterková



VĚDĚLI JSTE ŽE / DID YOU KNOW THAT...

Volkswagen Maraton Praha je s rekordem závodu 2:05:39 nejrychlejším květnovým maratonem všech dob?
/ The Volkswagen Prague Marathon with the event record of 2:05:39 is fastest marathon held in May in history?



LISTINA VÍTEŽŮ VOLKSWAGEN MARATONU PRAHA WINNERS OF THE VOLKSWAGEN PRAGUE MARATHON

MUŽI / MEN (1995–2014)

1995	Tummo Turbo	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 Chemoywo	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	Barnabas Koech	KEN	2:12:15
2005	Steven 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	2:11:06
2009	Patrick Ivuti	KEN	2:07:48
2010	Eliud Kiptanui	KEN	2:05:39
2011	Benson Kipchumba Barus	KEN	2:07:07
2012	Deressa Chimsa	ETH	2:06:25
2013	Nicholas Kemboi	QAT	2:08:51
2014	Patrick Terer	KEN	2:08:07

ŽENY / WOMEN (1995–2014)

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	2:34:25
1999	Franca Fiacconi	ITA	2:28:33
2000	Alina Ivanova	RUS	2:27:42
2001	Maura Viceconte	ITA	2:26:33
2002	Alventina Ivanova	RUS	2:32:24
2003	Anne Jelagat Kibor	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 Kirop	KEN	2:25:29
2011	Lydia Cheromei	KEN	2:22:34
2012	Agnes Kiprop	KEN	2:25:41
2013	Caroline Rotich	KEN	2:27:00
2014	Firehiwot Dado	KEN	2:23:34

VĚDĚLI JSTE ŽE / DID YOU KNOW THAT...

že všichni běžci, kteří si při registraci zaškrtnou políčko ČD Run, získají 15% slevu na jízdenku na vlak? S IN Kartou získají navíc startovné na tříkilometrový dm rodinný běh za poloviční cenu.

/ Did you know that all runners that signed up for the ČD Run during registration will get 15% discount for a train ticket? What's more, if they have IN Karta, they will get the dm family run for half price.

Titulární partner
/ Title partner



Hlavní partneři / Main partners





don't
just run.
glide

supernova glide **boost**



SPORTISIMO



hrdý partner

RUNCZECH



www.prg.aero

ZÍSKEJTE MIMOŘÁDNOU
SLEUVU 15 % Z ON-LINE CENY
PROMO KÓD: PIMPC01

**PARKUJEME
PŘÍMO NA LETIŠTI
A ZA SKVĚLOU CENU**

Platí pro krytý a hlídáný Parking C přímo u terminálu při on-line objednávce na www.prg.aero.

Platnost kódu do 30. 11. 2015.
Parkování možné do 31. 12. 2015.

Více informací na www.prg.aero

 **Letiště
Praha**
SKUPINA ČESKÝ AEROHOLDING

PRAHA
7

Výstaviště  Praha
Holešovice

**RODINNÝ
DEN PRAHY 7**

**NA VÝSTAVIŠTI
31. 5. 2015**



13:00 - 19:00

**NA ZÁVĚR KONCERT
JAROSLAVA UHLÍŘE**

VSTUP ZDARMA

www.vystavistepraha.eu

www.praha7.cz

NOVINKY 2015 NEWS 2015



RUNCZECH MÁ SVÉ VLASTNÍ BOTY RUNCZECH HAS ITS OWN SHOES

Volkswagen Maraton Praha je jeden z mála světových maratonů, který se může pochlubit svými vlastními botami. Limitovaná edice nového modelu adidas Supernova Glide Boost 7 je vyvedena v českých národních barvách – modré, červené a bílé – a bude k dostání pouze na Sport Expu, v adidas running – Prague Marathon Store a na www.praguemarathonstore.cz. Správné boty jsou pro běžce základ, a co teprve ty správné boty navrhované exkluzivně pro Volkswagen Maraton Praha! V prodeji je pouze 300 párů, tak si pospěšte, ať přiběhnete do obchodu včas.

The Volkswagen Prague Marathon is one of few marathons around the world which can pride itself on its very own shoe design. The limited edition of the new adidas Supernova Glide Boost 7 model comes in Czech national colours – blue, red and white – and will be available exclusively at the Sport Expo, at the adidas running – Prague Marathon Store as well as on www.praguemarathonstore.cz. For a runner, finding the right pair of shoes is key, and what could be better than the right pair designed exclusively for the Volkswagen Prague Marathon! Only 300 pairs of shoes will be released for sale, so make sure to get over to the store in time to grab your pair!

UMĚNÍ NEMOŽNÉHO THE ART OF THE IMPOSSIBLE

Prague International Marathon doběhl do své poloviny, tedy do 21. ročníku. Za uplynulých 20 let se mnohé změnilo nejen v dějinách běžeckých, ale i světových. Maratonská historie se prolíná s touto světovou i českou, což výstižně zachycuje v knize Umění nemožného přední americký novinář Jeffrey Donovan, který Prague International Marathon a později RunCzech zná od jeho prvopočátku. Kniha je k dostání na Sport Expu a na www.praguemarathonbook.com.



Prague International Marathon has now made it half way along its marathon journey; that is to say to age 21. A great deal has changed over the past 20 years not only in terms of running history but also internationally. The Czech Republic's marathon history is intertwined with international as well as Czech history, and this has been accurately captured in the book, The Art of the Impossible by leading US journalist Jeffrey Donovan who has known Prague International Marathon and later RunCzech right from the very beginning. The book can be purchased at the Sport Expo as well as on www.praguemarathonbook.com.

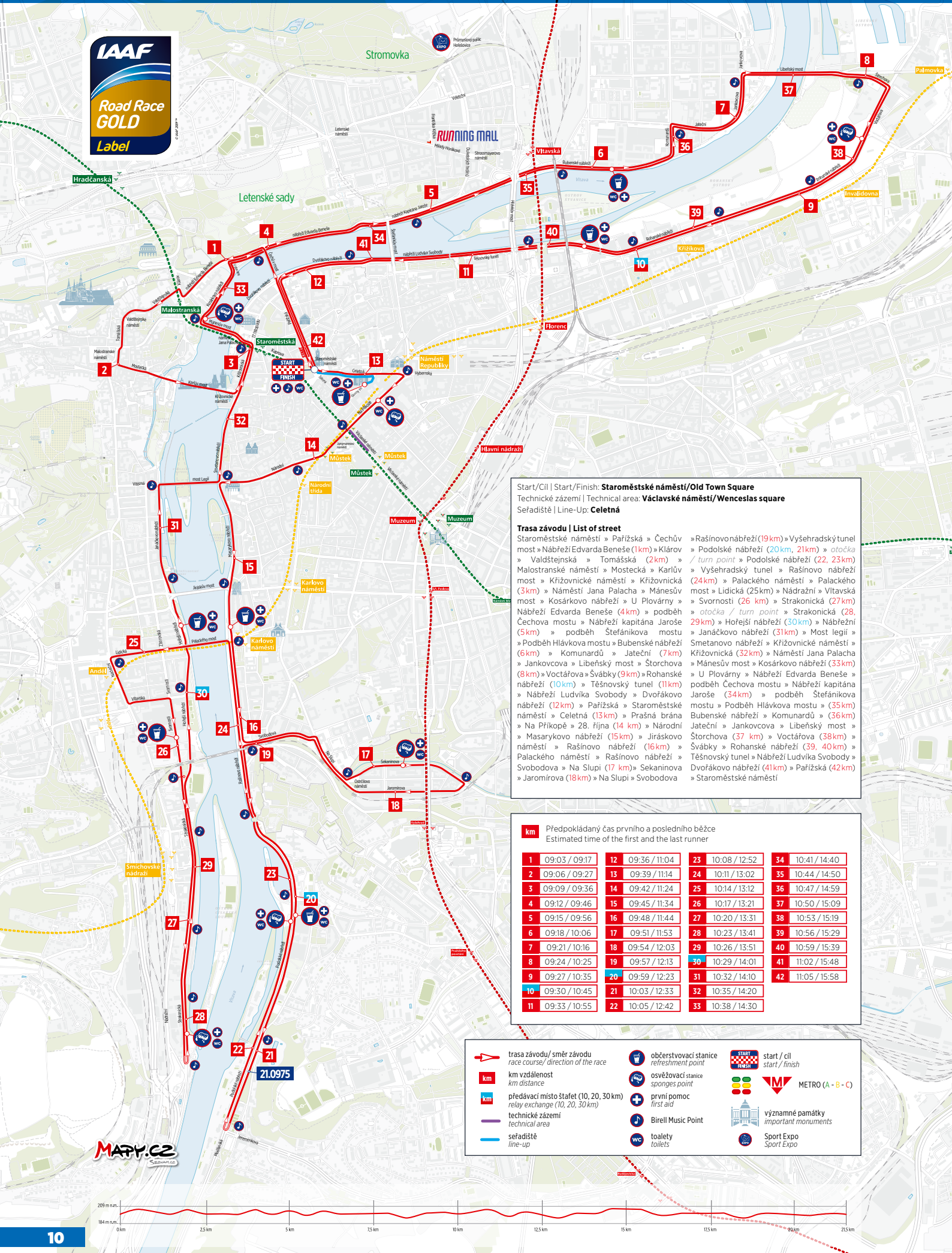


RUNCZECH MEDAILE JSOU SBĚRATELSKÝ KOUSEK THE RUNCZECH MEDALS BECOME A COLLECTOR'S ITEM

Všichni, kdo běželi na konci března Sportisimo 1/2Maraton Praha si jistě všimli, že medaile změnily tvar. Změna však není náhodná. Poskládáte-li jich k sobě sedm, vytvoří celý medailový kruh. Všichni běžci, kteří uběhnou všech sedm závodů RunCzech běžecké ligy 2015, se kromě čestného titulu RunCzech Star mohou těšit doslova na sběratelský kousek. Tím je osmá medaile s vyrytým jménem běžce do středu, díky které bude kruh kompletní. Tipněte si, kolik běžců se bude moci chlubit takovou trofejí!

All those who ran the Sportisimo Prague Half Marathon at the end of March couldn't have failed to notice that we have changed the shape of our finishing medals. The change is no coincidence. If you place all seven of them together, it makes up an entire medal circle.

Any runners who complete all seven RunCzech Running League 2015 races can now not only look forward to receiving the honourable title of RunCzech Star but also taking home a running collector's item. The eighth medal with the runner's name engraved in the middle makes the circle complete. Guess how many runners will be able to pride themselves on such a trophy!



Start/Cíl | Start/Finish: Staroměstské náměstí/Old Town Square
 Technické zázemí | Technical area: **Václavské náměstí/Wenceslas square**
 Seřadistiště | Line-Up: **Celetná**

Trasa závodu | List of street
 Staroměstské náměstí » Pařížská » Čechův most » Nábřeží Edvarda Beneše (1km) » Klárov » Valdštejnská » Tomášská (2km) » Malostranské náměstí » Mostecká » Karlův most » Křižovnické náměstí » Křižovnická (3km) » Náměstí Jana Palacha » Mánesův most » Kosárkovo nábřeží » U Plovárny » Nábřeží Edvarda Beneše (4km) » podběh Čechova mostu » Nábřeží kapitána Jaroše (5km) » podběh Štefánikova mostu » Podběh Hlávkyva mostu » Bubenské nábřeží (6km) » Komunardů » Jateční (7km) » Jankovcova » Libeňský most » Štorchova (8km) » Votčtářova » Švábky (9km) » Rohanské nábřeží (10km) » Těšnovský tunel (11km) » Nábřeží Ludvíka Svobody » Dvořákovo nábřeží (12km) » Pařížská » Staroměstské náměstí » Celetná (13km) » Prašná brána » Na Příkopě » 28. října (14 km) » Národní Masarykovo nábřeží (15km) » Jiráskovo náměstí » Rašínovo nábřeží (16km) » Palackého náměstí » Rašínovo nábřeží (17 km) » Svobodova » Jaromírova (18km) » Na Slupi » Svobodova » Rašínovonábřeží (19km) » Vyšehradský tunel » Podolské nábřeží (20km, 21km) » otočka / turn point » Podolské nábřeží (22, 23km) » Vyšehradský tunel » Rašínovo nábřeží (24km) » Palackého náměstí » Palackého most » Lidická (25km) » Nádražní » Vitavská » Svornosti (26 km) » Strakonická (27km) » otočka / turn point » Strakonická (28, 29km) » Hořejší nábřeží (30km) » Nábřeží Janáčkovo nábřeží (31km) » Most legie » Smetanovo nábřeží » Křižovnické náměstí » Křižovnická (32km) » Náměstí Jana Palacha » Mánesův most » Kosárkovo nábřeží (33km) » U Plovárny » Nábřeží Edvarda Beneše » podběh Čechova mostu » Nábřeží kapitána Jaroše (34km) » podběh Štefánikova mostu » Podběh Hlávkyva mostu » (35km) Bubenské nábřeží » Komunardů » (36km) Jateční » Jankovcova » Libeňský most » Štorchova (37 km) » Votčtářova (38km) » Švábky » Rohanské nábřeží (39, 40km) » Těšnovský tunel » Nábřeží Ludvíka Svobody » Dvořákovo nábřeží (41km) » Pařížská (42km) » Staroměstské náměstí

km Předpokládaný čas prvního a posledního běžce
 Estimated time of the first and the last runner

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		

- trasa závodu / směr závodu
race course / direction of the race
- km vzdálenost
km distance
- předávací místo štafety (10, 20, 30 km)
relay exchange (10, 20, 30 km)
- technické zázemí
technical area
- seřadistiště
line-up
- občerstvovací stanice
refreshment point
- ošvžovací stanice
sponges point
- první pomoc
first aid
- Birell Music Point
- toalety
toilets
- start / cíl
start / finish
- METRO (A - B - C)
- významné památky
important monuments
- Sport Expo
Sport Expo



Staroměstské náměstí | START: Atmosféru jednoho z nejkrásnějších maratonů světa podtrhuje start ze samotného srdce historické Prahy, Staroměstského náměstí. Maratonce obklopuje raně gotický Týnský chrám, jenž tvoří jednu z nejvýraznějších dominant Prahy, Staroměstská radnice s téměř 70 m vysokou věží a slavné středověké astronomické hodiny, Pražský Orloj.

Malá Strana | 0 – 2 km: Za doprovodu Smetanovy Vltavy se běžci vydají na 42,195 km dlouhou trať Pařížskou ulicí lemovanou luxusními butiky světových značek přes Čechův most až k Malostranskému náměstí, kde je uvítá chrám svatého Mikuláše. Jeho monumentální a náročné architektonické a umělecké zpracování z něj dělá jednu z nejvýznamnějších barokních staveb v Praze.

Karlův Most | 2 – 3 km: Nejstarší pražský most, který byl dokončen roku 1402, láká do Prahy statisíce turistů a první květnovou neděli i tisíce maratonců ze všech koutů světa. Sousoší 30 převážně barokních soch reprezentuje slavné období českého umění a maratону propůjčuje nenapodobitelnou kulisu.

Levý břeh Vltavy | 3 – 7 km: Za Staroměstskou mosteckou věží se trasa stáčí doleva na náměstí Jana Palacha. Přes Mánesův most se dostanete na levý břeh Vltavy, proběhnete kolem Strakovy akademie, sídla české vlády, a pokračujete podél řeky až do Holešovic.

Libeň | 7 – 12 km: Za Libeňským mostem vás čeká dvoukilometrový rovný úsek vedoucí po Rohanském nábřeží a čtvrti Karlín. Na úrovni Čechova mostu se trasa opět stáčí do Pařížské ulice.

Staré Město | 12 – 14 km: Užijte si průběh Staroměstským náměstím zaplněným diváky a proběhnete Celetnou ulicí až k Prašné bráně. Nalevo se nachází secesní chlouba Prahy, Obecní dům, vy se však vydáte napravo ulicí Na Příkopě přes Václavské náměstí až na Národní třídu.

Národní divadlo a Tančící dům | 14 – 16 km: Na konci Národní třídy se trasa stáčí doleva kolem majestátního novorenesančního Národního divadla, které je dílem architekta Josefa Zítka. Kousek za Národním divadlem se na Slovanském ostrově nachází palác Žofin a o kus dál proslulý Tančící dům.

Nusle a Vyšehrad | 16 – 24 km: Těsně před Vyšehradem trasa zahýbá doleva a vede běžce na zhruba tříkilometrový okruh až pod Nuselský most a zpět k břehu řeky Vltavy. Čeká vás takřka 5 km dlouhá smyčka po Podolském nábřeží, odkud se můžete kochat výhledem na Vyšehrad spjatý s řadou pověstí z počátků českých dějin.

Smíchov | 24 – 31 km: Přes Palackého most vede trasa na Smíchov, který byl dlouhá léta především dělnickou čtvrtí a nyní je sídlem mnoha významných podniků.

Rudolfinum | 31 – 33 km: Přes most Legií se dostanete zpět na Smetanovo nábřeží a kolem Karlova mostu až k náměstí Jana Palacha, je muž vévodí budova Rudolfina, sídlo České filharmonie a dějiště mnoha významných koncertů.

Druhý okruh | 33 – 41 km: Za Mánesovým mostem vběhnete podruhé na trasu vedoucí Holešovicemi, Libní a Karlínem. Poslední kilometry závodu vám bude zpříjemňovat devět music pointů s hudebními kapelami a DJ.

Do cíle | 41 km – CÍL: Naposledy proběhnete Pařížskou ulicí, ještě pár kroků a maraton je za vámi!

ENG

Old Town Square | START: The atmosphere of running one of the world's most beautiful races is underscored by the venue of the start line right in the heart of historical Prague – Old Town Square. Marathon runners will be surrounded by the Gothic Týn church which is one of Prague's most prominent sights, Old Town City Hall which boasts an almost 70 m high tower, not forgetting Prague's famous medieval Astronomical Clock.

Lesser Town | 0 – 2 km: To the sound of Smetana's Vltava, runners will head off on the 42,195 km long course leading through Pařížská Street lined with luxury boutiques selling international brands, over Čech Bridge all the way to Lesser Town Square where they will be greeted by the Saint Nicholas Church. Its monumentality and sophisticated architectural, not to mention artistic workmanship make it one of the most important Baroque constructions in Prague.

Charles Bridge | 2 – 3 km: The oldest bridge in Prague completed in 1402 draws hundreds of thousands of tourists to Prague each year and on the first Sunday of May this will also include thousands of marathon runners from all over the world. Sculptures of 30 predominantly Baroque statues depict a famous period in Czech art and serve as a backdrop of unparalleled beauty to run a marathon.

The left bank of the Vltava River | 3 – 7 km: Following the Old Town Bridge Tower, the course veers to the left onto Jan Palach Square. You will arrive on the left bank of the Vltava River by crossing Mánes Bridge. From there you'll head into Straka academy, the home of the Czech government, continuing along the river all the way to Holešovice.

Libeň | 7 – 12 km: After crossing Libeň Bridge, you can expect to take on a two-kilometre straight segment, after which you will run around Rohan Embankment and the district of Karlín at the level of the Čech Bridge where the course turns once more onto Pařížská Street.

Old Town | 12 – 14 km: Savour the sensation of dashing through Old Town Square which will be overflowing with spectators. Then head onto Celetná Street all the way to the Powder Tower. On the left you will notice Prague's Art House pride and joy, the Municipal House, however you will be taking a right onto Na Příkopě Street through Wenceslas Square onto Národní třída.

The National Theatre and the Dancing House | 14 – 16 km: The course veers left at the end of Národní třída taking you around the majestic Neo-Renaissance National Theatre building which is the work of the architect Josef Zítka. A little on from the National Theatre, you will come to Slavonic Island which is home to Zofin palace, followed by the Dancing House slightly further on.

Nusle and Vyšehrad | 16 – 24 km: The course turns to the left just before Vyšehrad and leads runners on an approximately three-kilometre circuit beneath Nusle Bridge and back onto the Vltava riverbank. You can then expect to take on a 5 km long loop around Podoli Embankment from where you will be able to marvel at the view to Vyšehrad, a place associated with a whole host of legends dating back all the way to the first records of Czech history.

Smíchov | 24 – 31 km: The course will then take you across Palacký Bridge to Smíchov which for many years was the city's working class quarter and is now home to a number of important businesses.

Rudolfinum | 31 – 33 km: You will return to Smetana Embankment by crossing Legion's Bridge and run around Charles Bridge all the way to Jan Palach Square which is dominated by the Rudolfinum building, home to the Czech Philharmonic and the scene for a great many important concerts.

Second circuit | 33 – 41 km: After crossing Mánes Bridge, you will run for a second time around the districts of Holešovice, Libeň and Karlín. Your spirits should be lifted during the final kilometres of the race by bands and a DJ performing at nine music points along the course.

To the finish line | 41 km – to the finish:

Run through Pařížská Street one more time and then you're only a few steps away from the finish line. You've completed the marathon!



UŽIJTE VOLKSWAGEN
MARATONSKÝ VÍKEND S CELOU RODINOU
ENJOY THE VOLKSWAGEN MARATHON
WEEKEND WITH THE WHOLE FAMILY



SPORT EXPO | 30. DUBNA – 2. KVĚTNA
SPORT EXPO | 30 APRIL – 2 MAY

První květnový víkend se Výstaviště Praha Holešovice stane místem, kam zamíří nejen všichni maratonci pro svá startovní čísla, ale také vyznavači aktivního životního stylu. Koná se totiž Sport Expo, největší veletrh sportovních potřeb v zemi. Přední světové sportovní značky představí novinky na trhu sportovního vybavení, chystá se oblíbená Pasta Party (2. května, od 11 hod) a nově i Maratonský koncert ve spolupráci s Pražským jarem (2. května, 17 hod). Pro všechny účastníky máme ještě jednu novinku. Věděli jste, že si svůj startovní balíček můžete vyzvednout od nejlepších maratonců světa nebo Boba a Bobka, maskotů letošního MS v hokeji? Sledujte program Volkswagen Maratonského víkendu na Facebooku nebo na www.runczech.com!

During the first weekend of May all marathon runners will head to the Výstaviště exhibition grounds in Prague's Holešovice district to collect their start numbers along with a great many advocates of healthy living. It will be the venue of the country's largest fair of sports gear and products, the Sport Expo – a great chance to see top international sports brands and check out the latest products on the sports gear market. You can also look forward to attending the popular Pasta Party (2nd May, 11-3 pm) and new to this year's programme, a Marathon Concert being held in conjunction with Prague Spring (2nd May, 5 pm). Plus we've got one other piece of news for all participants. Did you know that you can collect your start pack from the world's best marathon runners or from Bob and Bobek, the mascots of this year's Ice Hockey World Championships? Follow the Marathon Weekend programme on Facebook or www.runczech.com!

PROCHÁZKA SE PSY | 2. KVĚTNA, 14:00
WALK WITH DOGS | 2 MAY, 2 pm

Pražská Stromovka se tradičně hemží psy nejrůznější velikostí a plemen. V sobotu 2. května se však budou všichni koncentrovat u Průmyslového paláce. Čeká je totiž jejich vlastní závod s názvem Procházka se psy. Vybaveni startovními čísly se ve 14 hodin za doprovodu přiléhavé písničky „Who Let the Dogs Out?“ vydají i se svými páníčky na 4 km dlouhou trať. Užijte si atmosféru závodu i se svými pejsky!

Prague's Stromovka Park is a well-known haven for dogs of all sizes and breeds. On Saturday 2nd May, however, they will all be gathered together by Průmyslový palace for a different purpose. Why? To run their own race – the Walk with Dogs. Each fitted out with a start number and to the tune of the somewhat pertinent „Who Let the Dogs Out?“, at 2 pm on the dot the dogs and their owners will set off on the 4km long course. Enjoy the atmosphere of a running festival together with your dog!





DM RODINNÝ MINIMARATON | 3. KVĚTNA, 9:15
DM FAMILY MINIMARATHON | 3 MAY, 9:15 AM

Čtyři tisícovky malých i velkých běžců se v neděli 3. května shromáždí před Obecním domem, kde patnáct minut po deváté hodině startuje oblíbený dm rodinný minimaraton. Na rozdíl od klasického maratonu měří jeho trasa pouhé tři kilometry, a tak ji zvládnou maminky s nejmenšími, tatínkové s mladými sportovci i ti, kdo ještě nemají na delší závod natrénováno. Trať je vede Revoluční ulicí přes Štefáníkův most až na nábřeží Edvarda Beneše. Odtud přes Čechův most doběhnou Pařížskou ulicí až na Staroměstské náměstí, kde je přivítají davy diváků a v cíli nesmí chybět medaile. V tomto běhu sice nejde o umístění ani výsledné časy, ale třeba okouzující atmosféra velkého mezinárodního závodu přispěje k tomu, že jednou se i oni postaví na start Volkswagen Maratonu Praha.

Four thousand runners large and small will gather in front of the Municipal House on Sunday 3rd May awaiting the start of the popular dm family minimarathon at 9:15 am.

Unlike the classic marathon, the course is just three kilometres long, making it suitable for mothers with babies, fathers and budding young athletes as well as all those who aren't quite ready to take on a longer race. The course takes runners through Revoluční Street over Štefáník Bridge all the way to Edvard Beneš Embankment. From there they will cross Čech Bridge, run along Pařížská Street all the way to Old Town Square, where they will be welcomed by crowds of spectators and awarded with medals. This run isn't about who finishes first or how fast, but rather about experiencing the magical atmosphere of a large international race which may encourage participants to consider joining the Volkswagen Prague Marathon one day in the future.

VĚDĚLI JSTE ŽE / DID YOU KNOW THAT...

RunCzech má kromě bot i speciální běžeckou gumu? Všichni běžci dm rodinného minimaratonu najdou ve svých startovních taškách gumu, kterou pro RunCzech navrhl partner závodu Koh-i-noor. / RunCzech has, except for the shoes, also its own rubber? All runners of the dm family minimarathon will find in their start bags a special rubber designed by the partner of the race Koh-i-noor.



Malý závod, velké zážitky!

Zažijte atmosféru světového závodu
společně se svými nejbližšími.
dm rodinné běhy začínají již 03. 05. 2015.

Kartičky s registračním kódem můžete nyní zakoupit v každé prodejně dm.
Registrace na dm rodinné běhy otevřeny!
Více na www.runczech.com.



www.dmrodinnybeh.cz





TRAMVAJE a METRO v Praze

Trams and Metro in Prague

Orientační plán – Denní provoz – Trvalý stav – duben 2015
 Map – Daytime operation – Permanent situation – April 2015

Letiště Václava Havla Praha
 Václav Havel Airport Prague
 BUS 100, 119



296 19 18 17
 www.dpp.cz

Dopravní podnik hl. m. Prahy, akciová společnost
 Dopravní podnik hlavního města Prahy
 PRAŽSKÁ INTEGROVANÁ DOPRAVA

Zažijte v cíli osvěžující Pomelo & Grep



HRDÝ PARTNER
RUNČECH



FANDĚTE S NÁMI BĚŽCŮM!

CHEER RUNNERS UP!

Průměrný běžec udělá během maratonu 34 432 kroků. Na každém z nich se hodí podpora známých, rodiny, kolegů nebo diváků podél trati. 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.

The average runner takes 34,432 steps during the marathon. For each one of these support from friends, family, colleagues as well as other spectators along the course can go a long way. Bring along banners, signs, whistles or other musical instruments to ensure you can be seen in the crowd! There can be 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.

42 KILOMETRŮ HUDBY 42 KILOMETRES OF MUSIC

Co kilometr, to kapela nebo DJ. Dvačtyřicet kilometrů plných hudby, která dodává závodníkům sílu do dalších kilometrů. Pomozte kapelám navodit tu správnou maratonskou atmosféru. Prostudujte mapu závodu, vytipujte si fandící místa s hudebními kapelami a zpívejte a tančete spolu s nimi!

For each kilometre, we've got either a band or DJ lined up to entertain runners. Forty-two music packed kilometres will provide participants with the strength to push on. Help the bands create just the right marathon atmosphere. Study the race map, select a spot close to the bands and sing and dance with them!

PRO BĚŽCE DVĚ PIVA ZA CENU JEDNOHO RUNNERS GET TWO BEERS FOR ONE

Po takovém sportovním výkonu, jakým je maraton, si zasloužíte zajít „na jedno“. S Birellem jsme pro vás připravili přehled maratonských restaurací a barů, kde se bude konat Pozávodní party. Šest z nich je přímo na trase, takže můžete odtud pohodlně sledovat závod a po něm se tam sejít s běžci. Přichystané bude speciální maratonské menu, všichni závodníci budou mít navíc dvě piva za cenu

jednoho*. A to už je dobrá motivace! Akce platí i v dalších restauracích. Sice nejsou přímo na trase, ale na druhé pivo zdarma se běžci mohou těšit i tam. Kompletní seznam najdete na www.runczech.com/party.

**Na základě kupónu v brožurě Informace pro běžce;
Platí od pátku 1. 5. do neděle 3. 5. 2015*

After such a sport performance like running a marathon, you deserve going 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. Six of them are located right on the course, meaning you can find a comfy spot to watch the race from outside and arrange to meet up with runners there afterwards. A special "marathon" menu will also be set up – all runners who drink one beer, get the other for free. If that's not a good source of motivation, we don't know what is! The offer also applies to more restaurants. They are located a little further from the course, but runners can also look forward to getting their hands on two beers for the price of one. You can find the full list on www.runczech.com/party.*

**In exchange for a coupon in your brochure Information for Runners; Valid from Friday 1 May to Sunday 3 May*

KAM NA PIVO? / WHERE TO GET A BEER?

Staroměstská restaurace

- Staroměstské náměstí 19, Praha 1

Restaurace Mincovna

- Staroměstské náměstí 7, Praha 1

Puor Kolkovna

- V Kolkovně 910/8, Praha 1

Katr Restaurant

- Věžeňská 859/9, Praha 1

Oliva Verde

- Staroměstské náměstí 479/25, Praha 1

Puor Olympia

- Staroměstské náměstí 479/25, Praha 1



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



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. Chybí vám poslední člen do štafety nebo parták na běhání? Volkswagen pro vás rozjíždí projekt Run Blue. Spoluběžci, neboli běžeckou seznamku, abyste už nemuseli běhat sami. Více se dočtete na straně 38.

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. 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, meaning you no longer have to run alone. Learn more on the page 38.

MARATONSKÁ KOLEKCE Z DÍLNY ADIDAS MARATHON COLLECTION FROM THE ADIDAS STUDIO

adidas je spolu s RunCzech v České republice symbolem vytrvalostních běhů. Proto navrhl také speciální kolekci věnovanou výhradně Volkswagen Maratonu Praha. Celá kolekce je k dostání v prodejním stanu adidas na Sport Expu nebo přímo v den závodu na Staroměstském náměstí. Inovaci zažila i oblíbená oficiální závodní trička – běžci mají na výběr mezi dlouhým a krátkým rukávem. Mimochodem, všimli jste si gesta Anežky Drahotové a Jiřího Homoláče v cíli Sportisimo 1/2Maratonu Praha? Hlásí se jím k celosvětovému charitativnímu hnutí adidas AKTIV, které s odkazem na legendární běžkyni Grete Waitz podporuje boj proti rakovině. Přidejte se k nim i vy!

Along with RunCzech, the adidas brand is synonymous with endurance runs in the Czech Republic. This explains why they decided to design a special collection exclusively dedicated to the Volkswagen Prague Marathon. The whole collection will be available for purchase at the adidas sales stand at the Sport Expo, or alternatively on Oldtown Square come race day. The official race t-shirt has also undergone an innovative change – runners can now select between a long-sleeved and short-sleeved version. On another note, did you notice the hand gesture made by Anežka Drahotová and Jiří Homoláč at the finish line of the Sportisimo Prague Half Marathon? by placing their hands above their heads in the shape of an 'A', they showed their support for adidas's worldwide charity movement AKTIV to support the battle against cancer in honour of the legendary runner Grete Waitz. Why not join them too!



STAŇTE SE AMBASADOREM MATTONI FREERUN BECOME A MATTONI FREERUN AMBASSADOR

Lety prověřenou spolupráci nejlépe vyjádří: „Kde to běhá, tam je Mattoni“. Mattoni se už od prvního ročníku stará o pitný režim všech vytrvalců. Od tohoto roku se stala také hlavním partnerem projektu Mattoni FreeRun, jehož prvními ambasadory jsou Ludmila Formanová a Vojtěch Bernatský. Chcete se k nim přidat i vy? Nalistujte stranu 38 a sledujte web RunCzech, kde se dozvíte víc.

Our longstanding and trusted cooperation is best expressed as follows: "Wherever you run, you find Mattoni". Right from the very start, Mattoni has been taking care of keeping endurance runners hydrated. Starting from this year, they'll also be the main partner of a project Mattoni FreeRun.

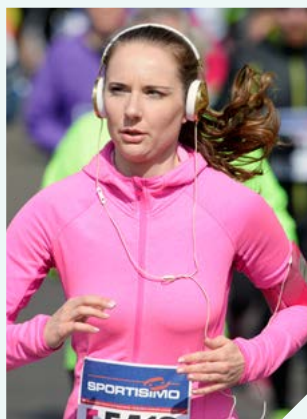
Would you like to be its ambassador?

Look at the page 38 or follow the RunCzech website where you find out more.

FANDÍME MARATONCŮM SHOWING SUPPORT FOR MARATHON RUNNERS

Birell pro vás společně s Volkswagenem letos opět připravil fandící aplikaci, kde všem běžcům můžou jejich fanoušci dodat osvěžující energii do posledních kilometrů běhu. Řekněte všem svým kamarádům, maminkám, partnerům, partnerkám či babičkám, ať jdou na www.fandimemaroncum.cz a nahrají pro vás povzbuzující videovzkaz, který se vám přehraje na velkoplošné obrazovce během závodu. Na této webové stránce si stačí stáhnout aplikaci a jednoduše nahrát video. Čím originálnější, tím lepší!

Once again this year Birell and Volkswagen have put together applications that fans can use to inject fresh energy into runners for the last few kilometres of their race. Tell your friends, mothers, boyfriends, girlfriends or grannies to go to www.fandimemaroncum.cz to have their own encouraging video message broadcast on the big screen during the race. All you then need to do is download the application and simply record a video. And if nothing appropriate springs to mind right then, no problem! The more original the idea, the better!



SPORTISIMO VYHLAŠUJE POHÁR MĚSTSKÝCH ČÁSTÍ SPORTISIMO INTRODUCES DISTRICT TROPHIES

Největší prodejce sportovního zboží a titulární partner Sportisimo 1/2Maratonu Praha vyhláší spolu s RunCzech Pohár městských částí! Na Volkswagen Maraton Praha se každoročně sjíždějí nejlepší vytrvalci světa, a tak je obtížné třeba jen pomýšlet na stupně vítězů. Jste-li ale obyvatelem některé z pražských městských částí, kudy závod vede, máte šanci stát se nejlepším běžcem vaší čtvrti. Odměnou bude nejen prestiž ze získaného ocenění, ale také zajímavé ceny od Sportisimo!

Together with RunCzech, the largest seller of sports goods and title partner of the Sportisimo Prague Half Marathon, Sportisimo has decided to introduce District Trophies! Each year the crème de la crème of the world's endurance runners flock to the city to run the Volkswagen Prague Marathon, making it hard for others to ever even contemplate earning a place on the podium. If you're a resident of one of the Prague districts which the race passes through, you have the chance to become the best runner from your district. Not only will you be rewarded with the prestige of scooping up this award, but you'll also get to collect some great prizes from Sportisimo!

STAŇ SE AMBASADOREM MATTONI FREERUN

Miluješ běhání?
Běháš pravidelně?

Zjisti více na
www.freeruns.cz



 **ČSOB Pojišťovna**

Oficiální pojišťovna **RunCzech** Běžecké ligy

Člen skupiny KBC

Infolinka 800 100 777 | www.csobpoj.cz

Fandíme rychlosti

Zastavte se u našeho stánku ve Sport Expo nebo u startu závodu **3. května**

- › vyzkoušejte si **nejrychlejší** mobilní internet **4G LTE**
- › **O₂ Guru** vám dají **tipy** na běžecké aplikace
- › budete mít exkluzivní možnost **nákupu sportovního náramku Q-Band se slevou**



o2.cz/runczech

O₂

SERVICEPOINT

POTŘEBUJETE POSLAT ZÁSILKU?

NAVŠTIVTE PARTNERSKOU RECEPCI DHL A POŠLETE VAŠI ZÁSILKU KAMKOLIV NA SVĚTĚ. OD OBÁLKY PO KRABICE 25 KG.

- zvýhodněná cena
- žádné smlouvy ani závazky
- hmotnost nerozhoduje
- 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


EXCELLENCE. SIMPLY DELIVERED.



BĚŽECKÁ ETIKETA / RUNNER'S CODE



- 1** Maraton není sprint. Je to více než 42 km. / The marathon isn't a sprint. It's more than 42 km.
- 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 to 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 více než 35 kapel, a tak je škoda o ně přijít. / You can run with headphones if you want but more than 35 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. Užijte 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
/ WHAT ELSE COUNTS ON THE LIST OF A RESPONSIBLE RUNNER? SHARE YOUR IDEAS WITH US!

| #BEZECKAETIKETA | #RUNNERSCODE

RUNCZECH





„STAČÍ JEN CHTÍT,“ VZKAZUJE LUCIE KŘÍŽKOVÁ WHERE'S A WILL THERE'S A WAY

Své jméno propůjčila Lucie Křížková, Miss České republiky z roku 2003, projektu Johnson & Johnson Women's Challenge zaměřenému na podporu běhání žen. Je jeho ambasadorkou a sama jde příkladem, pro běh se snaží získat další ženy. „V náboru nových nadšenců nekončím,“ říká s úsměvem.

Projekt již nějakou dobu běží. Co vás na něm baví?
To nadšení všech zúčastněných. Ta touha po zlepšení, po zážitcích, po dalších a dalších uběhnutých kilometrech.

Absolvovala jste společné tréninky s ostatními účastnicemi projektu?

Se všemi patnácti finalistkami projektu jsme společně trénovaly zatím jen jednou, ale jsme v kontaktu přes facebook a sdělujeme si své pokroky i případné nezdary a překážky v cestě za splněním vytyčené výzvy. Každá z nich je velkou osobností. Příběhy jsou různé, někdy i smutné. O to víc na jednotlivých ženách obdivuji jejich sílu a vytrvalost. Když mi některá z kamarádek tvrdí, že by běžela moc ráda, ale nemá na to čas, nebo nemá hlídání, vzpomenu si na naše letošní finalistky a vím, že to jsou všechno jen výmluvy. Stačí jen chtít.

Při březnovém půlmaratonu jste v rámci štafety uběhla pět kilometrů. Na co si troufáte na desítce při maratonské štafetě?

Lhala bych, kdybych tvrdila, že čas pro mě není podstatný. I při trénincích sleduji svá zlepšení a jsem nadšená z viditelných pokroků. Prioritní je samozřejmě radost z pohybu, ale naplňuje mě také zdolávání konkrétních cílů. Ještě před měsícem jsem nezvládla zaběhnout 5 km vkuse, navíc v čase pod 32 minut. Po měsíčním tréninku jsem doběhla s úsměvem, s elánem do dalších kilometrů, v čase o skoro čtyři minuty lepším. Byla by paráda zaběhnout desítku pod hodinu. Pokud půjde trénink podle plánu, věřím, že to není nereálný cíl.

Půlmaratonu se z 12 500 běžců a běžkyň zúčastnilo 33% žen. Co by se dalo udělat pro to, aby jich běželo ještě více? Případně co by pro to mohli udělat muži?

Muži by se možná mohli příště vyměnit s partnerkami a hlídat místo nich jejich společné děti. Ne, vážně, tohle asi nebude hlavní důvod procentuální nerovnosti. Myslím, že je důležité ženy informovat, že běžet může opravdu každý (tedy pokud nemá nějakou zdravotní komplikaci), jen je nutné vědět jak. Spoustu žen odradí první nezdár, kdy nasadí vražedné tempo a vzdávají to po prvním kilometru,

Neutrogena®

DOPORUČOVÁNO ČESKÝMI DERMATOLOGY

NORWEGIAN FORMULA®

Pro zdravou a krásnou pokožku

REGENERACE VÝŽIVA HYDRATACE

když nemohou popadnout dech a kolabují a vyhodnocují, že běh prostě není pro ně. Tak to bylo i se mnou. I správná technika běhu je velmi důležitá. Je také fajn mít ve svém okolí přátele, kteří se běhu věnují. Společně si vyměňovat tipy na běžecké trasy, podporovat se, dávat si společné výzvy. Já už za pár týdnů motivovala k prvním kilometrům dvě své přítelkyně. A v náboru nových nadšenců nekončím.

ENG

2003's Miss Czech Republic, Lucie Křížková has decided to loan her name to the Johnson & Johnson Women's Challenge project which aims to promote running among women. As its ambassador, she leads by example and is keen to get more women involved. "I'm not finished on my quest for new recruits" she says laughing.

The project has been running for a while now. What do you like about it?

The enthusiasm of all those taking part. The desire to be the best, to gain new experiences, to clock up more and more kilometres.

Have you been out on joint training sessions with the other project participants?

I've been out with all fifteen project finalists together only once so far, but we're in touch via Facebook where we share our progress as well as the setbacks and obstacles we face trying to meet our individual challenges. Each and every one of them has a big personality. Their stories vary, some are pretty sad. And I admire the individual women all the more for that - for their strength and endurance. Whenever one of my friends claims they'd really like to run but don't have time, or a babysitter, all I have to do is think of this year's finalists and I know they're just making up excuses. Where's a will, there's a way.

You ran five kilometres as part of a relay at the half marathon held this March. How do you think you'll fare on the ten kilometre stretch you're doing in the marathon relay?

I'd be lying if I said time wasn't important for me. I follow my improvements during training sessions and am excited about the visible progress I've made. The joy of exercising is also a priority of course, but I really find it fulfilling when

I'm able to overcome specific goals. Only a month ago, I found it hard to run 5km without stopping and struggled to manage anything under 32 minutes. After a month of training I improved my time by four minutes, all the while smiling and with a sense of delight about running more. It'd be great to run the ten kilometre stretch in under one hour. And if my training goes according to plan, I'm confident that it isn't an unrealistic goal.

Of the 12 500 runners who took part in the half marathon, 33% were made up of women. What could be done to encourage more of them to run? Or rather what could men do about it?

Perhaps the men could swap with their partners next time and take care of their kids instead. On a more serious note, I don't think this is the main reason to explain the percentage difference. I believe it's important to spread the word to women that everyone can do it (unless you have some specific health complication). You just need to know how to go about it. Loads of women get put off the first time they don't succeed, when they set themselves a ridiculously fast pace and give up after one kilometre, or when they can't catch breath and collapse. All this leads them to believe that running isn't for them. That's the way it was for me. Adopting the right running technique is also really important. It's also good to be surrounded by friends who are into running. To swap ideas for running courses, to offer each other support and set common challenges. In just a few weeks I managed to spur two of my female friends to take their first running steps. And I'm not finished just yet on my quest for new recruits.

» RUNCZECH



Czech Republic
Land of Stories

Land on the
horizon

Bohemian Paradise
czechtourism.com



TRÉNINK NA MARATON V PRAČE S PROGRAMEM NA VYVÁŘKU

TRAINING FOR A MARATHON ON A BOIL WASH CYCLE

Tomáš Šebek je sedmatřicetiletý chirurg pracující pro humanitární organizaci Lékaři bez hranic, která je zároveň hlavním charitativním partnerem Volkswagen Maratonu Praha. V různých koutech světa zachraňuje životy, leckdy v podmínkách, kdy jak sám říká, mu někdo střílí za zadkem či vyhazuje auto do vzduchu. Běh je pak pro něj relaxací, kompenzací pracovního stresu. Zlákalo jej běhání naboso. Bos se v květnu vydá již na svůj čtvrtý Volkswagen Maraton Praha.

Pomáháte lidem, kteří mají strach o sebe, o své blízké. Čelili jste při své práci někdy strachu o sebe sama?

Já se o sebe docela bojím. Když mi někdo střílí za zadkem, vyhazuje auto do vzduchu před naší základnou anebo je třeba jenom trochu agresivní při vyšetření a já ani nerozumím tomu, co mi říká, mám strach. Kdo říká, že se nebojí, je lhář anebo magor. Důležité je mít strach pod kontrolou. Ten vnitřní, že se nebojíte zbytečně. Ten vnější kontrolou možných rizik a jejich redukci.

Dokážete si představit, že na některých misích byly podmínky pro běhání náročné. Kde to bylo výjimečně obtížné a jak jste se s tím vyrovnal?

Poprvé jsem to zkoušel na misi na Haiti. Tehdy byla k dispozici celkem luxusní základna v banánovém háji, po jedné straně měla 100 a po druhé 200 metrů. Mimo základnu anebo nemocnici se kvůli bezpečnosti moc nedostaneme. Problémem byla teplota kolem 30 stupňů a téměř 100% vlhkost. To samé jsem zažil na medicínském tréninku s Lékaři bez hranic v Hongkongu minulý rok na podzim, kde jsem ve volných chvílích běhal v ulicích

MUDr. Tomáš Šebek

chirurg a běžec, se narodil v roce 1977 v Praze. Vystudoval 1. LF UK, pracoval v Nemocnici Hořovice, v Mater Misericordiae University Hospital v Dublinu a nyní je jeho domovskou nemocnicí Nemocnice Na Františku. Odtud si odskočil na již čtvrtou misi s Lékaři bez hranic, tentokrát do Afghánistánu. Tomáš je všestranný sportovec a nadšenec do všeho, co by normálnímu člověku mohlo připadat jako šílenství. Kromě jiného pravidelně běhá maraton, loni se přidal ke skupině bosých běžců.

The surgeon and runner, MUDr. Tomáš Šebek was born in 1977 in Prague. He studied at the 1st Medical Faculty at Charles University and then worked at Hořovice hospital. His current local base is at the Na Františku hospital. During his time there to date, he has embarked on a total of 4 missions with Doctors Without Borders; the latest of which has taken him to Afghanistan. Tomáš is a good all round sportsman and enthusiast about pretty much everything a 'normal' person would find crazy. Aside from regularly running the marathon, last year he joined the group of barefoot runners.

i po lesích. Sice se můžete pohybovat volně, ale za půl hodiny máte dojem, že se pohybujete v pračce s nastaveným programem na vyvážku a pomalu stoupající frekvencí otáček odstředování. Momentálně jsem na misi v Afghánistánu a tady trénuju na oválu o délce 80 metrů kolem jednoho baráku. Spočítejte si, kolik koleček musím dát, abych zvládl svých 15 kilometrů.

Na jaký maratonský výkon si věříte letos?

Odjížděl jsem na letošní misi s Lékaři bez hranic do Afghánistánu s bláhovou představou, že budu mít čas natrénovat na 3:30, což je taková meta, jíž bych chtěl dosáhnout. Pokud možno naboso, stejně jako v loňském roce. To byl můj první maraton naboso, absolvoval jsem jej společně s René Kujanem, který oběhl Island a maraton běžel loni jako vodič na čas 4:00. Také bos. V prvních dnech se mi v Afghánistánu trénink docela dařil, ale pak nám tady začala "střelecká sezóna" a počet pacientů významně narostl, což pro mě znamenalo více se potit na sále než při běhu okolo našeho baráku. Takže to letos v tomto čase jistě nedám a pokud poběžím zase bos, budu se těšit z výsledku někde kolem 3:45 - 3:50. Běhám pro radost, ne na čas.

Čím vás naplňuje práce v humanitární organizaci Lékaři bez hranic?

Má to smysl. Jako Lékaři bez hranic to děláme velmi dobře. Nejlépe.

ENG

Thirty-seven year old surgeon, Tomáš Šebek works for the humanitarian organisation Doctors Without Borders (MSF) which is also the main charity partner to the Volkswagen Prague Marathon. He saves lives all over the world, at times in conditions where, as he says, someone could be shooting just behind him or hurling a car in the air. Running offers him a chance to relax and compensate for work-related stress. He's also succumbed to the allure of running barefoot. This May he plans to embark on his fourth Volkswagen Prague Marathon - barefoot of course. You help people who are afraid either for themselves or their loved ones. Have you ever been faced with fear for your own life while working?

I get quite frightened about my own safety. Whenever someone is shooting right behind me, hurling a car into the air just in front of our base or acts a bit aggressive towards me when being examined, - and I don't understand what she or he's saying - those situations frighten me. Anyone who says he doesn't get frightened is either a liar or an idiot. What's important is to have your fear under control. An inner control, so you don't experience fear unnecessarily. The outer control is about assessing the possible risks and reducing them.

I can imagine that running conditions must have been tough on certain missions. Where did you find it especially difficult and how did you manage?

The first time I tried was on a mission in Haiti. At the time, our base was a pretty high-end banana grove, on one side we had 100 metres space and on the other 200 metres. For safety reasons, we don't get to venture out beyond the base or hospital area. The 30 degree heat and almost 100% humidity was a problem. I had the same experience when attending medicine training with Doctors Without Borders in Hong Kong last autumn where I ran on the streets and forests in my spare time. While you are able to move around

freely, after half an hour you feel like you're running inside a washing machine on a boil wash cycle where the spin speed is gradually going up and up. Right now I'm on a mission in Afghanistan where I train on an 80 metre long oval around one building. Try to calculate how many times I need to go around it to make up 15 kilometres.

How do you think you will fare at this year's marathon?

I set off on this year's Doctors Without Borders mission to Afghanistan with the deluded intention of training to run the distance in 3:30 - the goal I'd like to achieve. If possible, I'd like to run barefoot like I did last year. That was the first race I ran barefoot, we did it together with René Kujan who has run all over Iceland and ran last year's marathon as a pacemaker finishing in 4:00. Also barefoot. My training went pretty well during the first few days in Afghanistan, but then the "shooting season" got underway and the number of patients rose dramatically which for me meant more time sweating in the operating theatre than running around the house. So I definitely won't do it in that time this year, and providing I run barefoot, I'll be pleased with a result around 3:45 - 3:50. I run for pleasure, not to achieve a specific time.

What drives you in your work for the Doctors Without Borders humanitarian organisation?

It has purpose. We do our job well as Doctors Without Borders. The best of all.

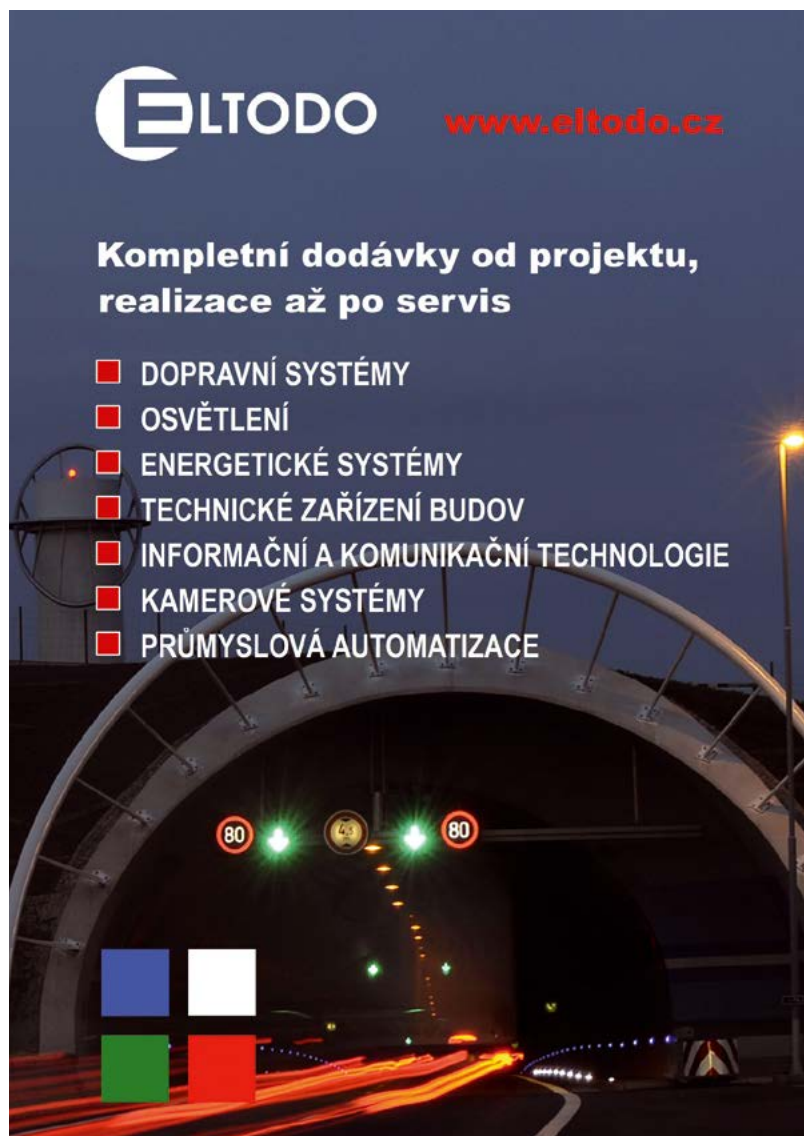
» RUNCZECH



www.eltodo.cz

Kompletní dodávky od projektu, realizace až po servis

- DOPRAVNÍ SYSTÉMY
- OSVĚTLENÍ
- ENERGETICKÉ SYSTÉMY
- TECHNICKÉ ZAŘÍZENÍ BUDOV
- INFORMAČNÍ A KOMUNIKAČNÍ TECHNOLOGIE
- KAMEROVÉ SYSTÉMY
- PRŮMYSLOVÁ AUTOMATIZACE





JAK JSEM BĚŽEL S KEŇANY RUNNING WITH THE KENYANS

V první linii Volkswagen Maratonu Praha stojí na startovní čáře mezi nejlepšími vytrvalci světa i pár mladých atletů, kteří evidentně z afrického kontinentu nepocházejí. Běžci finále Juniorského maratonu dokáží s elitními atlety udržet krok prvních pár kilometrů a často jim dělají vrásky, kde se v Česku vzali tak vynikající běžci. Tempo kolem tří minut na kilometr zatím nevydrží celých 42,195 km, ale třeba je atmosféra závodu okouzlí natolik, že z nich vyroste budoucí generace nadějných maratonců.

Jedním z nich byl loni i Jiří Šacl z Gymnázia Vincence Makovského z Nového Města na Moravě. Jako vynikající atlet, juniorský mistr republiky na 1 500m, se ujal zodpovědné role běžce prvního úseku desetičlenné štafety. Jeho tým nakonec skončil druhý, přestože měli s Gymnáziem Jablonec nad Nisou naprosto shodný čas (2:35:24). „Počáteční mírné zklamání ale rychle překonala radost z výborných cen,“ usmívá se Jiří Šacl. A jaké to je běžet bok po boku s předními světovými maratonci? „Byl to zvláštní pocit běžet vedle Mosese Mosopa

a dalších vynikajících běžců. Určitě skvělý zážitek, na který rád vzpomínám. Je to také něco, co se nepodaří každému, protože i na toto tempo musí mít člověk již nějakou výkonnost. A bohužel se to nepodaří ani našim nejlepším vytrvalcům, kteří běží „až“ s nejlepšími ženami.“

Přestože bere Juniorský maraton jako zpestření přípravy na sezónu na dráze a soustředí se hlavně na tratě od 800 do 3 000m, rád by si jednou vyzkoušel i celý maraton. „Na start maratonu se chci určitě jednou postavit. Ovšem nevím, zda ho budu chtít běžet na nějaký výsledný čas nebo ho „pouze“ odběhnout. Ale to až ve vzdálenější budoucnosti. Mám k této vzdálenosti určitý respekt. V tréninku jsme nejvíc v kuse uběhli 30 kilometrů a dál bych snad už raději nepokračoval. Každopádně obdivuji každého, kdo má odvahu se na start postavit a maraton uběhne bez ohledu na výsledný čas.“ Na letošním Volkswagen Maratonu Praha se opět představí 30 nejlepších týmů ze semifinálových kol Juniorského maratonu. Uvidíte-li tedy mezi atlety v čele i běžce v černých tričkách, zpozorněte. Třeba jsou to budoucí hvězdy českého vytrvalostního běhu.

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://vici.na.behani.sport.cz) >

ENG

Among the world's very best endurance runners standing at the front of the start line of the Volkswagen Prague Marathon, you may well be able to spot a few young local athletes too. The runners of the Junior Marathon manage to keep up pace with the elite group for the first few kilometres, frequently giving the stars a run for their money and making them wonder where such great Czech runners appeared from. Alas, so far they aren't able to maintain a pace of around three minutes per kilometre for the whole 42,195 km, but the magical experience certainly serves as motivation and inspiration for a future generation of promising marathon runners.

At last year's race, one such lucky runner was Jiří Šacl from the Vincenc Makovský grammar school in Nové Město na Moravě. As an outstanding athlete, the national junior champion in the 1,500m distance was assigned the first segment of the ten-member relay team. His team ended up finishing second despite finishing with the exact same time as the Jablonec nad Nisou grammar school (2:35:24). "The initial disappointment was soon quelled by a feeling of delight about such great prizes," the runner says smiling. So what was it like running shoulder to shoulder with leading international marathon runners? "It was an odd feeling running next to Moses Mosop and other outstanding runners. Most definitely a fantastic experience, a memory

to cherish. It's not something everyone can manage, since to keep up with them you have to be able to deliver a certain pace yourself. Unfortunately not even our best athletes can do it; they 'only' manage to run with the best women athletes."

Even though Šacl sees the Junior Marathon as merely adding variety to his training programme geared towards track races, and he predominantly focuses on distances ranging from 800 to 3000m, he'd still like to try out the whole marathon one day. "I'd definitely like to stand before the marathon start line one day. Though I don't know if I'd be up for racing against the clock but perhaps more 'just' to get round the course. But it's something to save for some point later on in the future. I definitely have respect for the distance involved. The furthest we've run during training sessions without stopping is 30 kilometres and I don't think I'd fancy doing more than that. That said, I admire everybody who has the courage to give it a go and complete the marathon without paying attention to how much time it takes."

At this year's Volkswagen Prague Marathon we can also look forward to seeing 30 of the best teams participate who qualified from the semi-final rounds of the Junior Marathon. If you manage to spot the athletes sporting black t-shirts at the head of the elite group, make sure to pay attention. You could well be looking at the future stars of Czech endurance running.

» RUNCZECH



ZVÝHODNĚNÉ JÍZDNÉ

Na RunCzech vlakem ČD se slevou 15 %!

- v registračním formuláři na runczech.com zaškrtněte volbu **speciální nabídky ČD**
- získáte **dva slevové kódy** k zakoupení jízdenek odkudkoliv do místa závodu a zpět



PRODEJ & PRONÁJEM

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 zajišťuje stovky toalet, kilometry oplocení a stany. Více na www.johnnyservis.com.

MOBILNÍ TOALETY



SANITÁRNÍ PŘÍVĚSY



MOBILNÍ KANCELÁŘE



KONTEJNERY



UMYVADLA A DESINFEKCE



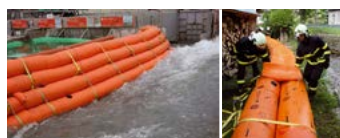
MOBILNÍ OPLOCENÍ



PARTY SERVIS



PROTIPOVODŇOVÉ ZÁBRANY



ČECHY

JOHNNY SERVIS s.r.o.
Tel.: +420 800 100 666
beroun@johnnyservis.cz

MORAVA

JOHNNY SERVIS s.r.o.
Tel.: +420 800 222 100
brno@johnnyservis.cz

SLOVENSKO

JOHNNY SERVIS s.r.o.
Tel.: +421 911 649 628
malacky@johnnyservis.sk

MAĎARSKO

JOHNNY SERVIS Kft.
Tel.: +36 709 481 158
budapest@johnnyservis.hu

RAKOUSKO

JOHNNY SERVIS GmbH.
Tel.: +43 660 688 1966
wienno@johnnyservis.at

MARATON CENTRU SLUŠÍ, ŘÍKÁ PRIMÁTORKA PRAHY

THE MARATHON IS WELL SUITED

TO THE CENTRE, SAYS PRAGUE MAYOR

Chcete-li potkat pražskou primátorku Adrianu Krnáčovou na její oblíbené běžecké trase ve Stromovce, musíte si přivstat. Maratonky obouvá, když Praha ještě spí a začíná svítat. Běh je pro ni meditací, formou relaxace. Jednou by ráda zvládla i maraton. Je pyšná na to, že historické památky centra Prahy tvoří kulisy největšímu domácímu maratonu.

Emil Zátopek kdysi řekl: „Chcete-li si zaběhat, uběhněte jednu míli, chcete-li něco zažít, běžte maraton.“ Jak to je s tím „zažitím maratonu“ u vás?

Musím se přiznat, že běh je mojí velkou vášní. Skvěle si při něm odpočinu a naberu síly pro moji náročnou práci. Zatím jsem se ale nedostala až k tomu, abych zvládla uběhnout celý maraton. Velmi obdivuji všechny, kdo závod zvládnou. Je to jedinečný výkon. Třeba se k nim také jednou připojím. Těšila jsem se na štafety, ale bohužel budu nakonec v době závodu pracovně v zahraničí.

Patří podle vás sportovní událost typu Volkswagen Maraton Praha do historického centra, na Staroměstské náměstí?

Myslím, že tato prestižní sportovní akce světového formátu rozhodně do centra města patří. Můžeme být pyšní na to, že k nám přijíždějí nejlepší současní atleti. Pro běžce je také příjemnější, pokud si budou moct při běhu užít kulisy naší krásné metropole. Víím, že dopravní omezení související se závodem mohou být nepříjemná, ale uzavírka jednou za rok na několik hodin se přece dá vydržet.

Vnímáte Prahu jako běžecké město?

Na území Prahy se nachází spousta ideálních lokalit k běhání, ať už jde o parky nebo místa v okolí Vltavy. Já preferuji parkové prostředí. Beton nebo dlažba pro mě nejsou vhodným povrchem.

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.



Daří se vám najít si čas na běhání i při vaší současné náročné práci?

Poslední tři měsíce, kdy trávím často až šestnáct hodin denně na magistrátu, je bohužel čím dál těžší najít si na běhání čas. Snažím se běhat minimálně dvakrát týdně, vždy o víkend. A když se to podaří, i jednou v rámci pracovního týdne. Bydlím nedaleko Stromovky, to je má oblíbená lokalita.

Jak byste se charakterizovala? Jste člověk s touhou po vítězství a platí to případně i v běhu?

Všechny aktivity, kterým se věnuji, dělám naplno a dávám do nich ze sebe maximum. Nicméně ne vždy lze vyhrávat a to je dobře. Člověk musí být schopen

Patroni / Patrons



CzechTourism



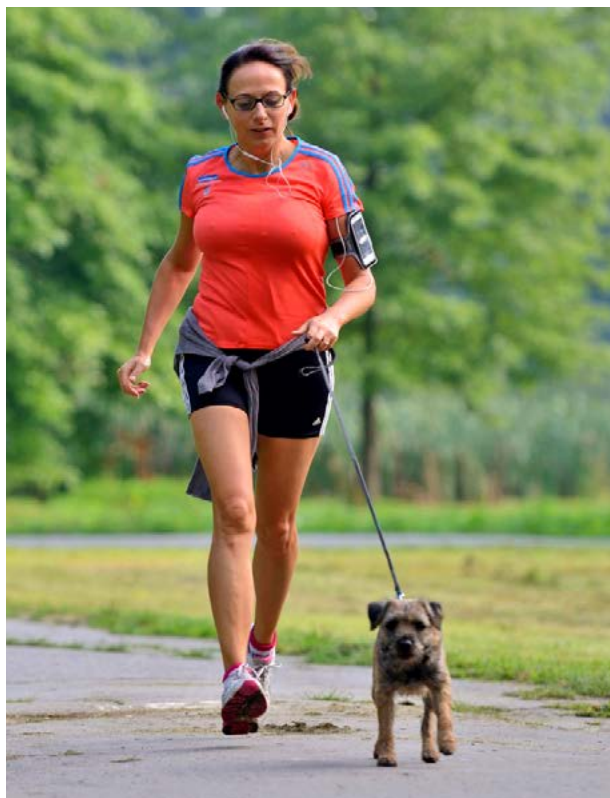
snést porážku a těšit se přitom na další výzvu. V případě běhání si stanovují vlastní cíle a soutěží se sebou. Současně udělám něco pro své zdraví, což je ideální kombinace, kterou jediné doporučuji.

ENG

If you want to catch a glimpse of Prague Mayor Adriana Krnáčová on her favourite course in Stromovka, you'd better be prepared to get up early. While most of the city is still tucked away in bed and the day is just breaking, she's already got her running shoes on. For her, running is a form of meditation and relaxation - one day she would love to take on the marathon course. For now, though she's just proud that Prague city centre's historical landmarks will form the backdrop of the country's greatest marathon.

Emil Zátopek once said: "If you want to run, run a mile, if you want to experience a different life, run a marathon". Can you tell us what "experiencing a marathon" is like for you?

I have to admit that running is a great passion of mine. I find it a wonderful way to relax and to gather strength for my demanding work. I haven't advanced so far yet to be able to complete a whole marathon, though. I really admire everyone who runs the race. It's a unique achievement. I hope I'll be able to join them at it one day. I had been looking forward to taking part in the relays but unfortunately will be on a work trip abroad when the race is scheduled.



Do you believe sporting events such as the Volkswagen Prague Marathon belong in the historical city centre, on Old Town Square?

I believe that such a prestigious sporting event on an international scale most certainly belongs in the city centre. We can be proud about the fact that the very best contemporary athletes flock here to compete. It is also more pleasant for runners if they can admire the beautiful backdrop of our city while they run. I'm aware that the transport restrictions connected to the race may be unpleasant, however a closure for several hours once a year is surely something people can put up with.

Do you consider Prague to be a city suited to running?

There are loads of great running locations around Prague whether you're looking for parks or places to run close to the Vltava. I prefer the park setting. Concrete and cobblestones aren't good surfaces for me.

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.

Do you still manage to find time for running in your current position which is rather demanding?

Over the past three months I've been spending up to sixteen hours a day at the council offices which unfortunately means it's harder and harder to find time for running. I try to run at least twice a week, always at the weekend. And if I can fit it in, I try to squeeze in one more run during the working week. I live close to Stromovka Park –that's my favourite spot.

How would you describe yourself? Are you the kind of person that craves to win in general and does this also apply to running?

For me everything I set my mind to means putting in one hundred percent and I push myself to the max. That said, it's not always possible to win and that's a good thing. You have to be able to cope with failure while at the same time look forward to the next challenge. When it comes to running, I set my own goals and compete against myself. In addition to the above, it's good for my health which makes it an ideal combination and something I can only recommend others try.

» RUNCZECH

PRAHA NEJEN SPORTOVNÍ PRAGUE, NOT MERELY A SPORTING CITY

Výjimečnost a atraktivita Prahy spočívá zejména v její rozmanitosti. Návštěvník, který přijede trávit do Prahy volný čas, se může procházet napříč stoletími a na vlastní oči obdivovat proměny evropské architektury během tisíce let.

Domácí i zahraniční studenti mohou navštěvovat jednu z nejstarších univerzit ve střední Evropě a studovat v unikátních historických prostorách Národní knihovny. Pro návštěvníky kongresů a konferencí je v Praze připravena moderní infrastruktura a také Kongresové centrum o kapacitě až 9 000 osob. Praha má jednoduše co nabídnout všem skupinám obyvatel a návštěvníků. 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 (metro, tramvaje, autobusy, lanovka i přívozy). Praha je jako kolébka českého sportu rovněž velmi aktivní

v podpoře sportovních aktivit svých obyvatel. Sportu se v hlavním městě aktivně věnuje téměř 60 % populace, což fakticky znamená tři čtvrtě milionu lidí. To je dáno nejenom pestrostí nabídky sportovních vyžití, které město dlouhodobě nabízí, ale i soustavnou podporou sportu a systematickými investicemi do kultivace městské sportovní infrastruktury od územní samosprávy. Tato snaha byla v loňském roce korunována udělením prestižního titulu Evropské hlavní město sportu 2016 Praze. Ta se tak hrdě zařadila mezi města jako Kodaň, Madrid, Rotterdam, Stockholm či Glasgow. Nejpopulárnějším sportem v Praze je tradičně fotbal, jemuž zdatně sekunduje fitness. Velmi populární je ovšem také plavání a běh, kterému se věnuje minimálně jednu měsíčně celá třetina všech Pražanů. Běhat lze na cyklostezkách v příjemném prostředí v blízkosti řeky Vltavy či městských parků jako Obora Hvězda anebo rovnou na běžeckých trasách v přírodních rezervacích Divoká Šárka a Prokopské údolí.

Instituční partneři / Institutional Partners



ENG

Prague's exceptionality and appeal above all lie in its diversity. Any visitor who chooses to spend time here can look forward to taking a walk through centuries of history and admiring transformations in European architecture spanning a thousand years.

Meanwhile local and foreign students have the pleasure of attending one of the oldest universities in Central Europe and studying inside the unparalleled historical premises of the National Library. For those attending congresses and conferences, Prague boasts a modern infrastructure including a Congress Centre to accommodate up to 9,000 people. Simply put, Prague has something to offer all groups of residents and visitors. Culture, sport, public parks as well as other leisure opportunities are accessible to residents and visitors alike owing to their even distribution around the city and excellent public transport links (metro, tram, buses, funiculars and ferry boats).

As the birthplace of Czech sport, Prague is also highly committed to supporting sporting activities among its residents. Almost 60% of the population regularly engage in sporting activities in the capital city which translates into three quarters of a million people. This is not only due to the impressive variety of sporting opportunities which the city consistently offers, but can also be attributed to continuous support and systematic investment on behalf of local government into cultivating a city sporting infrastructure.

Last year the city was crowned for its efforts by receiving the prestigious title European Capital of Sport for 2016 – placing us alongside cities such as Copenhagen, Madrid, Rotterdam, Stockholm and Glasgow. Football is traditionally the most popular sport in Prague closely followed by fitness. Swimming and running are however also highly popular activities appealing to one third of all Prague dwellers at least once a month. You can run on cycle paths in the pleasant surroundings close to the Vltava River as well as in the city's parks such as Obora Hvězda or running routes in the Divoká Šárka and Prokopské údolí nature reserves.



CLOUD
sky bar & lounge

Ochutnejte nebe na zemi

Originální drinky, skvělé menu a každý čtvrtek Jazz in the Sky

Otevřeno od pondělí do soboty od 18 do 2 hodin

Hilton Prague • Pobřežní 1 • 186 00 Praha 8 • t 224 842 999 • info@cloud9.cz

cloud9.cz

www.facebook.com/cloud9prague



KDYŽ BĚHÁME, MLUVÍ JEN GÁBINA, SMĚJE SE PETR KOUKAL

“GÁBINA DOES ALL THE TALKING WHEN WE’RE
OUT RUNNING,” PETR KOUKAL REVEALS

Petr Koukal působí nyní veskrze klidným, vyrovnaným dojmem. Úspěšný, usměvavý pohodář, který poznal i významnější výhry než ty s badmintonovým náčiním, nyní posílá do světa dobročinnou myšlenku v podobě vlastní „chlapské“ nadace.

Blíží se Volkswagen Maraton Praha, který už jste v minulosti také běžel a prý to bylo poměrně náročné. Už vás vzpomínka přebolela natolik, že byste do toho třeba skočil znovu?

Bylo to opravdu náročné. Zejména ale proto, že šlo o sázku, že maraton pokořím bez jakéhokoliv speciálního běžeckého tréninku. Před maratonem jsem jednou jedenkrát v životě uběhl dvacet kilometrů, při badmintonovém kondičním tréninku naběhám nanejvýše sotva polovičku. Je tudíž přirozené, že to tolik bolelo. Určitě to nebyl můj poslední maraton. Na ten další se ale už určitě chci poctivě připravit, aby mě krize nezastihla už na čtyřiačtyřicátém kilometru, ale aspoň o kousek později (smích).

Žijete s úspěšnou biatlonistkou Gabrielou Soukalovou, která toho musí v přípravě logicky naběhat ještě víc než vy... Uteče vám?

No, pro jistotu s ní příliš nezávodím a při společných trénincích se snažím tvářit „cool“ (smích). Příznávám ale, že má v sobě neskutečný motor. Jakmile spálíme cukry a dojde na vytrvalost, začínám mít problémy. Z původního rozhovoru je rázem Gabčín monolog, z mých odpovědí zbydou jen posunky...

Jak se daří vašemu nadačnímu fondu STK PRO CHLAPY? Pozorujete, že se mužská část pokolení i vaší zásluhou více „pozoruje“?

Tohle je běh na dlouhou vzdálenost! Ale já už teď věřím, že to má obrovský potenciál. Bude z toho moje doživotní srdeční záležitost. Nadační fond a projekt STK PRO CHLAPY jsem oficiálně založil před rokem. Začátky byly opravdu nesmírně obtížné. Finančně, časově, organizačně a v neposlední řadě i myšlenkově. Není jednoduché dostat se chlapům „pod kůži“ s takto citlivým tématem, stejně tak sehnat na tuto nadační činnost partnery a prostředky. Věřím ale, že už máme všechny „porodní bolesti“ za sebou a že bude už jen líp.

Co všechno jste musel v této věci podstoupit?

Objel jsem nespočet přednášek, poskytl na toto téma desítky rozhovorů. Vytvořili jsme nový web, s Gábínou jsme nafotili provokativní kampaň. Podařilo se mnoho dalších dílčích úspěchů, které mohou v konečném důsledku zachránit život. Což se už několikrát skutečně stalo. Rovněž si vážím začátku rozsáhlé spolupráce se společností Volkswagen. Máme v plánu skvělé projekty, které velmi významně pomohou v dosažení našeho cíle. Totiž ze společenského tabu chlapského zdraví vybudit otevřené téma a změnit myšlení mužů vůči důležitosti preventivních prohlídek.

Významný onkolog tvrdí, že až se chlapi začnou o sebe starat jako o auto, máme vyhráno... V jaké kondici máte vy svůj vůz?

Jelikož součástí spolupráce je i zapůjčení dvou vozů značky Volkswagen, konkrétně Passatu a Caravelly, samozřejmě jsou v té nejlepší možné kondici. Nejen uvnitř pod kapotou, ale také navenek. Vymysleli jsme povedené polepy. Kamkoliv přijedeme, budíme velkou pozornost.

Zpátky k vašemu řemeslu. Badminton je v Čechách co do oblíbenosti na vzestupu, soudě podle vyrovnaných bojů při mistrovství republiky i různých turnajích vám vyrůstají zdatní následovníci. Jak dlouho ještě miníte udržet mladé dravce na uzdě?

Rád bych zakončil kariéru příští rok na Olympijských hrách v Rio de Janeiru. Tak věřím, že minimálně do té doby vydržím. Nicméně pro mě osobně i pro olympijskou kvalifikaci je podstatný světový žebříček, kde mám zatím poměrně velký náskok. Udělám maximum pro to, abych ho během kvalifikace ještě navýšil.

ENG

Petr Koukal gives off the impression of an absolutely calm and grounded person. However the successful happy-go-lucky guy has faced a number of challenges in his life on and off the badminton court. His latest project is a voluntary initiative aimed at helping "guys."

The Volkswagen Prague Marathon is fast approaching. Apparently you ran it once before and found it pretty tough. Is the painful experience a distant enough memory by now for you to consider trying it out again?

It was really tough. Mainly because I made a bet that I could complete the marathon without undergoing any special running training. Before that, I'd run twenty kilometres once in my life. During badminton condition training I barely clock up half of that. So it's natural that it hurt so much. It most definitely wasn't the last marathon I'll ever do. But next time I'd like to prepare for it properly to ensure I don't hit crisis point at the twenty fourth kilometre already, and can hang on at least a little bit longer (laughs).

You live with the successful biathlete Gabriela Soukalová who I imagine logically clocks up more kilometres than you in her training...Does she run ahead of you?

Hmm, just to be on the safe side we don't compete much together, and whenever we head out to train as a couple, I try to look "cool" (laughs). I have to admit though that she's got incredible inner strength. I start to get into trouble as soon as I've burnt up my sugars and it becomes all about endurance. Any chatting we were doing at the beginning turns into a monologue from Gabina, all I can muster up as responses are gestures...

How is your foundation HEALTH MOTS FOR GUYS going? Have you noticed any improvement among the male population's attitude to monitoring their health as a result? It's a long hard slog of a different kind! But at this point I'm confident that it has huge potential. It's going to be a lifelong passion of mine. I officially set up the HEALTH MOTS FOR GUYS foundation and project one year ago. It was unbelievably tough at the start. In terms of the finances, time and organisation, and last but not least when it came to developing the concept. It's no easy feat getting such a sensitive topic across to men, nor was it easy finding the partners and funds to run it. But I'm confident that all our "teething problems" are now behind us and it'll get better.

What did the process involve exactly?

I did loads of lectures, provided dozens of interviews on the topic. With Gabina, we created a new website, created a provocative photo campaign. We've had tons of other partial successes which may eventually save lives. It's happened several times already. I also value the start of extensive collaboration with Volkswagen. We've got some great projects lined up which will play a major role in helping us achieve our goal. Which is basically all about erasing the societal taboo about discussing men's health openly and changing the mindset of men regarding the importance of going for regular check-ups.

A prominent oncologist has stated that as soon as guys start paying as much attention to themselves as they do their cars, we'll have won the battle...What shape is your own car in?

Part of our collaboration with Volkswagen includes loaning two of their makes – the Passat and Caravelle. So of course they're in the best possible condition. And not just underneath the bonnet, but outside too. We came up with some great stickers. We draw loads of attention no matter where we go.

And now back to your profession. Judging by the even balanced battles at the National Championships as well as various tournaments, it seems like badminton is on the rise in the Czech Republic. How much longer do you think you'll be able to keep young predators at bay for?

I'd like to end my career at the Olympic Games in Rio de Janeiro next year. So I hope I can last at least until then. Having said that, though, my world ranking plays an important role both for me personally as well as in terms of qualifying for the Olympics. Right now I have a pretty big lead and I'm going to do my utmost to widen the gap even more during the qualification process.

» RUNCZECH





LETEM RUNCZECH SVĚTEM A WHISTLE STOP TOUR AROUND THE RUNCZECH WORLD

RunCzech rozhodně není jen maraton, přestože tím to celé před jednadvaceti lety začalo. Během sezóny RunCzech běžecké ligy běžíme v Karlových Varech, Českých Budějovicích, Olomouci, Ústí nad Labem a třikrát v Praze. Na vytrvalce čeká pět půlmaratonů, jeden maraton, desítka, pětka a nespočet dalších doprovodných akcí.

Každé město má své osobité kouzlo, které se v průběhu závodního víkendu ještě násobí. Ve vzduchu se mísí endorfiny a úsměvy běžců jsou až nakažlivé. Atmosféra velkého mezinárodního závodu je zkrátka nenapodobitelná, ať už se akce účastníte jako běžec, divák nebo se s rodinou vydáte na dm rodinný běh či jiný doprovodný závod. Přestože kapacita závodů každým rokem narůstá, startovní čísla mizí rychle. Pokud ještě nemáte své místo na startu jistě, přihlaste se na www.runczech.com.

Všechny závody RunCzech běžecké ligy jsou navíc oceněny známkami kvality IAAF, takže se kromě sportovních zážitků můžete těšit i na služby pro běžce na světové úrovni.

Běžte s námi závody RunCzech a objevujte Českou republiku z jiné perspektivy!

ENG

RunCzech is most definitely not just a marathon, even though that's where it all began twenty one years ago.

During the course of the RunCzech Running Season, we'll be running in Karlovy Vary, České Budějovice, Olomouc, Ústí nad Labem and three times in Prague. Distance runners can look forward to five half marathons, one marathon, 10k, 5K race plus a whole host of other supporting events.

Each city has its own distinctive charm which increases several times over during race weekend. The air fills up with endorphins and the smiles of runners are truly contagious.

In a nutshell, the atmosphere at a major international race is like nothing else you'll experience. And this applies regardless of whether you're taking part as a runner, spectator or coming along with your family for the dm family run or other supporting event. Even though race capacity grows every year, start numbers are snapped up quickly. If you have yet to confirm your starting place, make sure you sign up now on www.runczech.com.

All of the RunCzech Running League races boast IAAF Quality Label award status which means that aside from the sporting experience, you can also expect world class running services.

Join us for the RunCzech races and get to see the Czech Republic from another perspective!

» RUNCZECH



Žijeme sportem

Podle měst / By Cities

				Celkem / Total
Prague		3		3
Lisbon		3		3
Bogotá		2		2
Rome		2		2
Amsterdam		1	1	2
New York		1	1	2
Ottawa		1	1	2
Paris		1		1
Beijing		1		1
Berlin		1		1
Boston		1		1
Chicago		1		1
Dubai		1		1
Frankfurt		1		1
Fukuoka		1		1
Glasgow		1		1
Istanbul		1		1
London		1		1
Manchester		1		1
Nagoya		1		1
Newcastle		1		1
Olomouc		1		1
Otsu-City		1		1
Portsmouth		1		1
Queensland		1		1
Rotterdam		1		1
San Juan		1		1
Seoul		1		1
Shanghai		1		1
Singapore		1		1
Sydney		1		1
Tokyo		1		1
Toronto		1		1
Ústí nad Labem		1		1
Vienna		1		1
Xiamen		1		1
Yangzhou		1		1
Madrid			2	2
Valencia			2	2
Beirut		1		1
Birmingham		1		1
Cape Town		1		1
Cassis		1		1
České Budějovice		1		1
Daegu		1		1
Dongying		1		1
Dublin		1		1
Gifu		1		1
Hannover		1		1
Hong Kong		1		1
Karlovy Vary		1		1
Lodz		1		1
Marugame		1		1
Oita-City		1		1
Osaka		1		1
Saitama		1		1
Venice		1		1
Warsaw		1		1

Podle měst / By Cities

				Celkem / Total
Boulogne-Billancourt			1	1
Bournemouth			1	1
Brighton			1	1
Edinburgh			1	1
Houston			1	1
Copenhagen			1	1
Languieux			1	1
Libreville			1	1
Milan			1	1
Nagano			1	1
New Taipei			1	1
Nice			1	1
Okpekepe			1	1
Omsk			1	1
Pyongyang			1	1
Riga			1	1
Santiago			1	1
Sevilla			1	1
Celkem / Total	43	26	19	88

Dle zemí / By Countries

				Celkem / Total	
Czech Republic		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
Celkem / Total	43	26	19	88	

* IAAF.org, 26/01/2015

20 LET BĚHÁNÍ V ČECHÁCH A NA MORAVĚ

20 YEARS OF RUNNING IN BOHEMIA AND MORAVIA

1994

„Uspořádáme v Praze maraton jako v New Yorku,“ zazní poprvé z úst dvou italských kamarádů, Carla Capalba a olympijského vítěze v maratonu Gelindo Bordina, v pražské hospodě Cibulka. O pivo později už volají legendárnímu Emilu Zátopkovi.

„We will organize a race in Prague like it is in New York,“ say two Italian friends, Carlo Capalbo and Olympic gold medalist Gelindo Bordin, in Prague’s pub Cibulka. After the third beer they call legendary Emil Zátopek.

1995

Centrem Prahy se poprvé rozbíhá maraton. Na startu 958 odvažných, doprovodných akcí se účastní přes 15 000 lidí!

The first marathon runs through the streets of Prague. 958 runners gathered at the start line, another 15,000 joined in accompanying events!

1996

K maratonu přibývá další závod – Zlatá desítka pro elitní běžce.

Prague marathon is growing by adding a new race – Golden Ten for Elite runners.

1997

Poprvé se běží studentské štafety Juniorského maratonu, Zlatá desítka dostává nové jméno Grand Prix. Počet účastníků roste na dvojnásobek, na startu je 1 848 běžců.

The Junior Marathon students relay kicks off for the first time. The Golden Ten is renamed Grand Prix. The number of marathon participants doubles to 1,848 runners.

1998

Trasa se od Zbraslavi přesouvá více do centra, poprvé se běží přes Karlův most.

The course towards Zbraslav moves more to the city centre, for the first time the Prague Marathon crosses the Charles Bridge.

1999

K maratonu a Grand Prix přibývá také půlmaraton. Atmosféru závodu poprvé pomáhá dotvářet také Marathon Music Festival.

The Prague half marathon supplements the Marathon and Grand Prix. The debut of the Marathon Music Festival sets the atmosphere of the race day.

2000

Rok po zaběhnutí světového rekordu 2:06:05 míří poprvé do Prahy elitní brazilský maratonec Ronaldo Da Costa. Poráží ho však Keňan Simon Chemoiywo.

A year after breaking a world record in 2:06:05, Brazilian elite marathon runner Ronaldo Da Costa heads to Prague where he is outrun by Kenyan Simon Chemoiywo.

2001

Běžec legenda Haile Gebrselassie vyhrává Grand Prix. Italská běžkyně Maura Viceconte stanoví nový ženský rekord v maratonu 2:26:33.

Running legend Haile Gebrselassie wins the Grand Prix. The new women’s marathon record is set by Maura Viceconte from Italy (2:26:33).

2002

V předvečer maratonu se koná závod na in-linech, účastní se ho 530 bruslařů.

The first in-line skate race takes place in the evening before the marathon and is attended by 530 skaters.

2003

Prezident republiky Václav Klaus se poprvé ujímá role startéra maratonu. Grand Prix se otevírá veřejnosti.

The Prague Marathon is started by Václav Klaus, the president of the Czech Republic. The Grand prix is open to the public.

2004

Róbert Štefko dobíhá v maratonu na 3. místě a časem 2:12:33 si zajišťuje kvalifikaci na olympiádu v Aténách.

Róbert’s Štefko’s third place in the marathon in 2:12:33 secures him a nomination to the Olympic Games in Athens.

2005

Hlavní hvězdou Grand Prix je Stefano Baldini, olympijský vítěz z Atén.

The biggest star of the Grand prix is Stefano Baldini, Olympic champion from Athens.

2006

Počet účastníků půlmaratonu poprvé převyšuje počet maratonských běžců.

The number of participants in the Prague Marathon is exceeded by the Half Marathon field.

2007

Z maratonského Sport Expa na Výstavišti Holešovice se s 30 000 návštěvníky stává největším sportovním veletrhem v zemi.

The Marathon Sport Expo with over 30,000 visitors becomes the largest sports trade event in the country.

2008

Běh pro muže na 10 km v rámci Grand Prix je oceněn stříbrnou známkou IAAF.

Men's 10K Race as a part of the Grand Prix is granted the IAAF Road Race Silver label.

2009

Pražský půlmaraton jako první z celého seriálu závodů získává nejvyšší ocenění – zlatou známku IAAF.

The Prague Half Marathon is the first race from the series to receive the highest rating – the IAAF Road Race Gold Label.

2010

Poprvé se koná závod mimo Prahu – půlmaraton v Olomouci. Zlatá známka IAAF je udělena i maratonu, jenž zaznamenává rekordní účast 7 934 běžců, nový rekord závodu 2:05:39 a zároveň sedmý nejlepší světový čas všech dob v podání Eliuda Kiptanui.

The inaugural Olomouc Half Marathon is the first race organized out of Prague. Also the Prague Marathon is awarded the IAAF Road Race Gold Label. A record number of 7,934 runners take off at the marathon; with an event record of 2:05:39, Kenyan Eliud Kiptanui sets a world's seventh best time ever.

2011

Po Olomouci přibývá k mimopražským závodům i Ústí nad Labem. Lydia Cheromei vytváří nový maratonský rekord 2:22:34. Oceňujeme první zlaté PIM Kingy, kteří odběhli všech 15 ročníků.

After Olomouc, Ústí nad Labem is added as a second half marathon out of Prague. Lydia Cheromei beats the women's record in 2:22:34. The first Gold PIM Kings, who ran all 15 editions, are announced.

2012

Atsedu Tsegay se časem 58:47 z půlmaratonu v Praze stává čtvrtým nejrychlejším mužem historie. S dalším půlmaratonem v Českých Budějovicích vzniká značka RunCzech, pod kterou patří všechny závody. Jan Kreisinger si časem 2:16:25 zajišťuje nominaci na Olympijské hry v Londýně. Svůj první a jediný maraton běží ten rok i Pavel Nedvěd (3:50:02), nejlepší fotbalista Evropy roku 2003.

With time of 58:47 from the Prague Half Marathon, Atsedu Tsegay becomes the fourth fastest man ever. Adding another race in České Budějovice, a new brand comprising all races, RunCzech, arises. Jan Kreisinger secured himself a nomination for the London Olympics with time a of 2:16:25. The world-famous and the best football player in Europe in 2003 Pavel Nedvěd, runs his first and only marathon in 3:50:02.

2013

Na pražské Letné se otevírá první běžecký dům na světě s názvem Running Mall. Do RunCzech běžecké ligy přibývá Mattoni 1/2Maraton Karlovy Vary. Všechny sedm závodů bylo vyprodáno dlouho dopředu, účastní se rekordní počet běžců.

A brand new running house, the Running Mall, is opened in Prague's Letná district. RunCzech Running League expands with the Mattoni Karlovy Vary Half Marathon. All seven races are sold out well in advance with record numbers of participants.

2014

Maraton slaví 20 let, startovní čísla jsou vyprodána už na začátku roku. Praha kompletuje sbírku zlatých známek, po půlmaratonu a maratonu získává nejvyšší ocenění i Birell Grand Prix Praha. Na závodech startují nejlepší světoví vytrvalci včetně světových rekordmanů a mistrů světa. Mattoni 1/2Maraton Olomouc a Ústí nad Labem jsou poprvé vysílány v online přímém přenosu na Seznam.cz.

The Prague Marathon celebrates its 20 years anniversary and race capacity is already full in the beginning of the year. Prague completes its collection of gold labels, after the half marathon and marathon, also the Birell Prague Grand Prix is awarded the IAAF Road Race Gold Label. The world's best elite athletes take part in RunCzech races, including world record holders and world champions. Mattoni Olomouc and Ústí nad Labem Half Marathons are broadcasted online on Seznam.cz.

BĚŽECKÝ KVĚTEN V RUNNING MALLU

EVENTS AT THE RUNNING MALL IN MAY

Zveme vás do unikátního běžeckého a konferenčního centra Running Mall! Místa, kde si můžete zatrénovat, zkontrolovat běžecký styl, doplnit šatník, besedovat se známými osobnostmi, prožít s kolegy nezapomenutelné aktivní setkání nebo jen tak si povídat se starými i novými přáteli. Užijte si s námi květen v Running Mallu plný zajímavých běžeckých akcí!

We'd like to invite you to our unique running and conference centre, the Running Mall. A place you can come to train, get a running style consultation, stock up your wardrobe, meet well-known personalities, take part in an unforgettable active meeting with colleagues or chat with friends old as well as new. Join us at the Running Mall in May for a whole host of interesting running events.



HORMONÁLNÍ BOUŘE S TOMÁŠEM SOUKUPEM / HORMONAL STORM WITH TOMÁŠ SOUKUP

Středa 6. května od 18:30

Vědecký pracovník Lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Hradci Králové a odborník v oblasti výživy a regenerace Tomáš Soukup si do Running Mallu připravil téma nazvané Hormonální bouře. Mluvit se bude o přirozené regeneraci i vhodných způsobech zotavení po závodě. Chybět nebudou ani rady, kterak se bránit takzvaným

autoimunitním chorobám a na závěr poslouží malá inspirace z prvorepublikové kuchařky. Po besedě se půjdeme společně proběhnout a diskutovat v poklusu o zmíněných tématech.

Wednesday, 6th May from 18:30 pm

Researcher from the Medical Faculty of Charles University in Hradec Králové and an expert in nutrition and regeneration, Tomáš Soukup has put together the Hormonal Storm topic especially for the Running Mall. During the event he will speak about natural regeneration and suitable ways to recuperate after the race. You can also look forward to picking up advice about how to prevent so-called autoimmune diseases plus gain a bit of inspiration from a First Republic cookbook at the end of the session. After the discussion we will head out on a jog together to discuss the topics mentioned.

SPEED RUN S OLYMPIKEM JERRELEM FERRELEM / SPEED RUN WITH THE OLYMPIAN JERREL FERREL

Každý čtvrtek 18:30-20:00

Od nového roku mezi trenéry PIM Běžeckého klubu přibyl i Jerrel Ferrel, nizozemský olympionik a sprinter na 100m. V zimě kruhové tréninky probíhaly uvnitř v běžecké posilovně Sport Lounge. S prodlužujícím se dnem a narůstajícími teplotami konečně můžeme vyběhnout také ven na intervalový trénink. Pořádný rychlostní trénink jednou za čas neuškodí ani zarytým vytrvalcům. Sami uvidíte, jak rychle vás sprinty posunou k vysněným časům. Trénink je určen pro všechny členy PIM Běžeckého klubu, na místě lze zakoupit i jednorázové vstupné.

Each Thursday 18:30-20:00

At the start of this year, the PIM Running Club grew by another trainer – Dutch Olympian and 100 m sprinter, Jerrel Ferrel. During the winter, training sessions took place inside the Sport Lounge running gym. Now that the days are getting longer and warmer, the time has finally come for us to head outside for interval training. Setting off on an extra fast training session once in

**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

a while is something even die-hard endurance runners can benefit from. In no time at all you will start to notice how your sprints help you towards achieving your dream times. The training session is open to all members of the PIM Running Club, plus you can also purchase a one-off entrance onsite.

**BESEDA S VOJTOU BERNATSKÝM
/ DISCUSSION WITH VOJTA BERNATSKÝ**
pondělí 18. května – 18:30

Kdo by neznal sportovního komentátora Vojtěcha Bernatského. Tento populární chlapík a sportovec, který je mimo jiné také novou tváří pořadu Tempo TV Magazín, přiveze do Running Mallu mnoho důkazů, že sportovní



novinařina dokáže být někdy i pořádně vtipná. Dozvíte se, co se do televize nedostalo, a jak zvládá běžecké výzvy v Tempo TV Magazínu. Tohle si nemůžete nechat uniknout!

Monday 18th May – 18:30

How could anyone possibly not know the sport commentator Vojtěch Bernatský? As the new face of the Tempo TV Magazín show among other accolades, this popular guy and sportsman will bring along plenty of evidence to prove that sports journalism can be incredibly funny at times. Find out which clips didn't make it onto our TV screens, and how the star manages his running challenges at the Tempo TV Magazín. An opportunity not to be missed out on!



**CALLING ALL
SUPERHEROES!**



- ✗ TCS Amsterdam Marathon
- ✗ Mizuno Half Marathon
- ✗ TCS 8 K

Sunday, October 18th

tcsamsterdammarathon.nl



I amsterdam.

**XXXV
MARATÓN
VALENCIA**
TRINIDAD ALFONSO

15/11/2015



**RUNNING IS NOT THE SAME,
AS RUNNING IN VALENCIA.**

Valencia, the fastest city in Spain.



>> SIGN UP AT www.maratonvalencia.com



#TCSsuperheroes
#TCSAM15 @TCSadamarathon



RUNCZECH APLIKACE

Další běžecká aplikace? Zdaleka ne. Umí toho mnohem víc, než je pouhé měření trasy. Díky ní se dozvíte všechny informace i novinky z běžeckého světa RunCzech, budete mít přehled o svých výsledcích, akcích, které se chystají, můžete vytvářet vlastní běžecké skupiny či komunity nebo se připojit do některé stávající. Aplikace je zdarma, takže nezbyvá než si ji stáhnout, obout běžecké boty a vyzkoušet všechny její funkce. Ke stažení bude od poloviny května.

Mattoni FreeRun

FreeRun je síť běžeckých tras po celé České republice, měří 5 km a jsou prověřené tisíci běžci. Je jedno, jestli vyběhnete sami nebo pozvete své známé, kolegy či přátele a uspořádáte si soukromý malý závod. Žádné limity zde neplatí, vyběhnout můžete kdykoliv. Stačí nazout běžecké boty, zapnout aplikaci, vybrat si trať a pak už jen běžet. Aplikace vás provede trasou, změří vám čas a díky běžeckému profilu Runners ID se můžete porovnávat s ostatními běžci. Všechny údaje máte na jednom místě, takže přesně víte, kolik jste naběhali kilometrů, jaký je váš nejrychlejší čas i historii výsledků. A protože bez odměny ani maratonec neběhá, ty nejpilnější čeká za odběhané kilometry odměna!

Běžecké události a akce

V aplikaci se kromě jiného nabízí i přehled o všech akcích RunCzech. V kalendáři najdete závody, tréninky a akce v Running Mallu i události FreeRunu seřazené pěkně tak, jak jdou za sebou. V událostech můžete libovolně listovat a prostudovat základní informace. Akce ale můžete vytvářet i sami! Zorganizujte pro své známé třeba běh o pivo. Potom už je jen na vás, jestli událost zpřístupníte i ostatním nebo to bude čistě soukromá záležitost. A kdo ví, třeba tak založíte novou běžeckou tradici.

S aplikací RunCzech vám žádná novinka neunikne

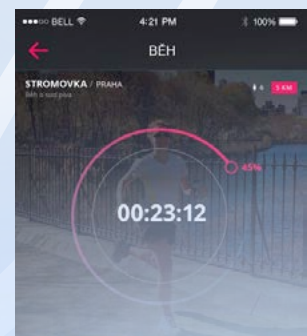
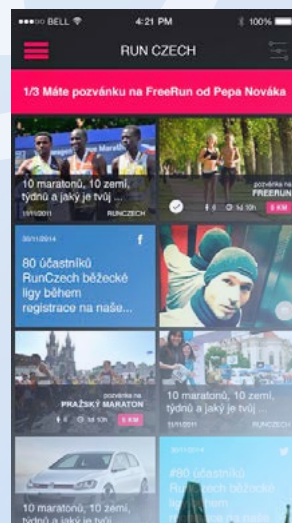
V běžecké komunitě se stále něco děje. Aplikace zobrazuje novinky ze světa běhání i sociálních médií přehledně na jednom místě, upozorňuje na akce, dozvíte se díky ní i spoustu důležitých informací například o blížících se závodech. Neunikne vám tak ani žádná nabídka, kterou pro vás připravují naši partneři. Sledujte novinky a buďte v obraze!

Run Blue. Spoluběžci

Už dávno neplatí tvrzení o osamělém maratonském běžci. Čím víc běžců, tím větší zábava a navíc kilometry ubíhají skoro sami. Najděte si své spoluběžce na běžecké seznamce a vyrazte společně na trénink, doplňte členy do štafety, týmu nebo na akce FreeRunu. Běhání je přeci společenská záležitost!

Běžecká občanka, neboli Runners ID

Runners ID slouží jako vstupenka do běžeckého světa RunCzech. V momentě, kdy si vytvoříte svůj běžecký profil, můžete se hlásit na závody, akce v Running Mallu, máte přehled o všech svých objednávkách a už nemusíte pátrat v mailu po přiděleném startovním čísle. Všechno najdete na svém profilu na webu. Od letoška se jeho funkce ještě rozšiřují. Díky Runners ID se ihned dozvíte, kolik bodů jste nasbírali do hodnocení RunCzech běžecké ligy, kolik kilometrů jste naběhali, jak jste na jednotlivých závodech dopadli a jaké jsou vaše nejlepší časy. Prostřednictvím Runners ID se přihlásíte i do RunCzech aplikace.



RUNCZECH APPLICATION

Just another running application? Far from it. This is capable of doing much more than merely measuring the course. It offers you a gateway to access all the information and news from the RunCzech running world, while also allowing you to keep abreast of your results and upcoming events, to create your own running groups or communities or get in touch with an existing one. The application is free of charge, so all you need to do is download it, put on your running shoes and start trying out all the features. It will be available to download from the middle of May.

Mattoni FreeRun

FreeRun is a network of running courses throughout the Czech Republic, each measuring 5 km and tried and tested by thousands of runners. It's up to you to decide if you run alone or invite other people, colleagues, or friends and organise a small, private race. No limits apply here, you can head out anytime. All you need to do is put on your running shoes, turn the application on, choose a course and then simply run. The application will guide you around the course, measure your time, plus allow you to compare your result with other runners using your Runners ID profile. All your details are located in one place which means you know exactly how many kilometres you've run and can easily access information about your fastest time and your results history. And since no marathon runner runs for nothing, the most avid enthusiasts among you can look forward to receiving a reward!

Running fixtures and events

Aside from everything else, the application also allows you to keep abreast of all the RunCzech events. You can find our races, training sessions as well as events taking place in the Running Mall along with FreeRun fixtures lined up nicely in the order that they will happen. You are free to browse through the fixtures or check out basic information. You can also create events yourself! Organise a beer run for your friends. Then it's simply up to you if you open your fixture to others or choose to keep it a private gathering. And who knows maybe you'll set up a new running tradition this way.

With the RunCzech application, no piece of news can ever pass you by

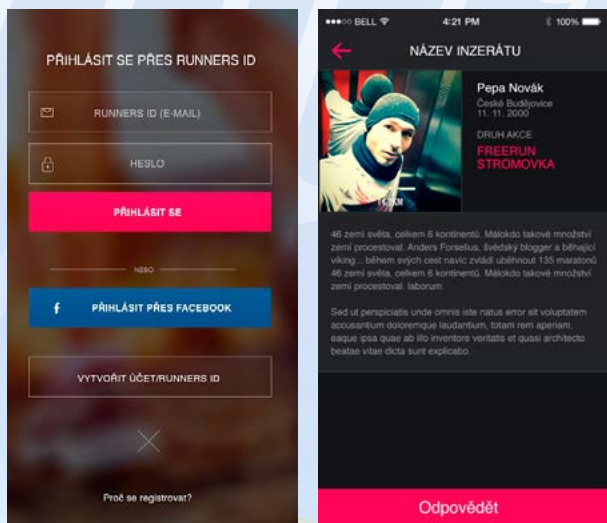
Something is always going on in the running community. The application displays news from the world of running and social media altogether in one place. It will also draw your attention to events and allow you to find out loads of important information; for instance about a forthcoming race. This also means you won't miss out on any offer put together for you by our partners. Follow our news and make sure you're in the loop!

Run Blue. Co-runners

The notion of lonely marathon runners is well and truly a thing of the past. The more runners, the greater the fun, plus this way you'll notice that the kilometres almost run themselves. Find yourself a co-runner on the running list and head out together to train, make up members for a relay, team or FreeRun event. We all know running is a social activity!

Your Runners ID

The Runners ID is your ticket to RunCzech running world. At the point of creating your running profile, you can sign up for races and Running Mall events, while it also gives you an overview of all your orders so you don't need to wade through e-mails to find your assigned start number. You find everything on your web profile. And the features have just got even bigger this year. Using your Runners ID, you can find out straight away how many points you've collected on the RunCzech Running League ratings, how many kilometres you've run, how you fared at the individual races and what your best times are. You will use your Runners ID also for logging in the RunCzech Application.



Experience Portland and the beautiful U.S. Pacific Northwest...

when you participate in what Runner's World has called:

- One of the friendliest, best-organized, most family-oriented running and walking events in the country
- Best U.S. Race in October
- One of the Ten Greenest Races in the country
- Most Walker-Friendly Marathon in the U.S.

that offers each runner/walker:

- a personalized bib
- superb finisher medal
- rose pendant
- challenge coin
- name called at the finish
- long-sleeved, performance finisher shirt
- abundant finish food & refreshment

and is known for:

- 58% female participation
- 4,500+ volunteers
- outstanding entertainment – 85 groups at 53 locations
- and a fast, scenic course where 31% of runners set PRs

Celebrating our 44th year!

44TH ANNUAL



PORTLAND MARATHON

Oct. 4, 2015 • portlandmarathon.org

**Best Marathon
in the Pacific NW!**

– Best of Competitor 2011-14

**Best Event Swag
in the Pacific NW!**

– Best of Competitor
2011 & 12

Best Medal of 2012!

– Marathon & Beyond

**Named one
of the US's
Top Races Worth
Traveling For!**

– The FlipKey Blog



H.C. Andersen Marathon



**Denmark's Fairytale
Marathon + 1/2 Marathon**

Sunday, Oktober 4th. www.hcamarathon.dk



BEZ DOBROVOLNÍKŮ BY TO NEŠLO IT WOULDN'T WORK WITHOUT THE VOLUNTEERS

Na občerstvovacích stanicích podávají běžcům vodu, v cíli jim věší na krk medaile, dlouhé hodiny připevňují stovky metrů látkových bannerů. Okolo závodu je spousta činností, u nichž se musíme spolehnout na ochotné ruce dobrovolníků a jejich pomoc. Bez nich by to zkrátka nešlo.

Současná doba dobrým skutkům nepřeje, našich závodů se to však našťestí netýká. Věříme, že role dobrovolníka není jen o práci, ale i zábavě, příležitosti vytvořit si nové přátele a být hrdý na to, že je součástí velké sportovní události. Jen v loňském roce nám na závodech RunCzech pomáhalo 5 333 dobrovolníků. Na Volkswagen Maratonu Praha jich bude 1 400. Všem patří obrovské díky! A to nejen za jejich pomoc, ale i za nadšení, které kolem sebe šíří. Takže ještě jednou: Dobrovolníci, děkujeme! Chceš být také na jeden součástí RunCzech týmu a podílet se na organizaci velkých mezinárodních závodů? Přihlas se na www.runczech.com/dobrovolnici a pomoz nám rozbíhat Česko!

They hand out water at refreshment stands, place medals around runners' necks at the finish and spend hours fixing

hundreds of metres worth of banners along the course. To make the race happen involves a great many tasks requiring the helping hands of willing volunteers. We simply wouldn't be able to do it without them.

The current market environment doesn't exactly lend itself to the notion of carrying out good deeds – but fortunately none of this affects our races. We believe that working as a volunteer isn't just about work, but also having fun, the chance to make new friends and be proud of being part of a major sporting event. A total of 5,333 volunteers helped out at RunCzech races last year alone. 1,400 will be at the Volkswagen Prague Marathon. We are massively grateful to each and every one of them! Not only for their help, but also the enthusiasm they spread to those around them. So once again: Thank you so much, volunteers!

Do you want to become part of the RunCzech team for one day and participate in organizing a big international event? Enrol at www.runczech.com/volunteers and help us get the Czech Republic in motion.

» RUNCZECH

Oficiální partneři / Official partners





ŠAMPIÓNNOVY SLIBY

PATRICK TERER AND HIS PROMISES

Dodrží loňský šampión Patrick Terer i svůj druhý slib organizátorům Volkswagen Maratonu Praha? Keňský běžec zde startoval poprvé v roce 2013, kdy závod málem nestihl kvůli problémům s vízy. Do Prahy přijel po vyčerpávající cestě na poslední chvíli, přesto doběhl po mocném finiši třetí v osobním rekordu 2:10:10. „Mockrát děkuji organizátorům, že mě do Prahy pozvali. Příští rok se vrátím a zvítězím,“ řekl tehdy na pozávodní tiskové konferenci.

Patrick Terer svůj slib splnil a v roce 2014 Volkswagen Maraton Praha vyhrál. Navzdory náročným klimatickým podmínkám v Praze opět překonal svoje osobní maximum (2:08:07) a na tiskové konferenci přidal další slib: „Doufal jsem, že poběžím čas mezi 2:07:30 a 2:07:50, ale nepovedlo se. Pozvou-li mě organizátoři znovu, slibuji, že poběžím 2:07:00!“ Patrick Terer tedy v Praze 3. května poběží znovu. Tentokrát jako obhájce vítězství a se startovním číslem 1. Jedním z jeho největších soupeřů bude Peter Kirui, který zvítězil na loňském Sportisimo 1/2Maratonu Praha fantastickým časem 59:22. Do Prahy se pak vrátil o několik týdnů později jako vodič právě na Volkswagen Maratonu Praha. Pražskou trať tedy velmi dobře zná. Jeho maratonský rekord 2:06:31 je navíc značně rychlejší než ten Tererův. Výraznou roli by mohl hrát i další keňský závodník Evans Chebet. Na loňském Volkswagen Maratonu Praha doběhl do cíle druhý v osobním rekordu 2:08:17. Na podzim si tento čas ještě vylepšil na maratonu Soulu na čas 2:07:46 a skončil na 2. místě. Držitelem nejrychlejšího maratonského času ve startovním poli je však Etiopan Deribe Robi, jehož čas 2:06:06 pochází z letošního maratonu v Dubaji. Dalším slibným etiopským závodníkem je Teferi Kebede (2:07:35). Ženský závod nese všechny znaky národní etiopské soutěže. Organizátoři oznámili účast tří rychlých etiopských atletek. O jejich formě svědčí fakt, že si letos všechny tři již dokázaly vylepšit svá osobní maxima. Největšími favoritkami jsou Yebrgual Melese (2:23:23), Tadelech Bekele (2:22:51) a Ashete Bekere (2:23:43), která zde loni skončila třetí. O český mistrovský maratonský titul bude mezi muži bojovat loňský mistr republiky Petr Pechek, Jiří Homolář a Vít Pavlišta. Mezi ženami Šárka Macháčková a Radka Churaňová.

ENG

Can the champion of the last edition Patrick Terer keep his second promise to the organisers of the Volkswagen

Prague Marathon? The Kenyan runner started here in 2013 for the first time when he arrived to Prague last minute after he'd had problems acquiring a visa. Despite an exhausting journey, Terer ran strongly and finished third with a personal best of 2:10:10. "Many thanks to the organisers for bringing me to Prague. Next year I'll come back and win," said the Kenyan at the after-race press conference.

No sooner said than done – the winner of the 2014 Volkswagen Prague Marathon was Patrick Terer! Despite adverse weather conditions he again ran a personal best and made this fresh promise at the press conference: "I'd been hoping for a time between 2:07:30 and 2:07:50 and failed. But if I can run here next year, I promise I'll run 2:07:00!" That's why Patrick Terer will be running the Volkswagen Prague Marathon for the third time on May 3 – this time as defending champion and wearing start number 1. Among his rivals will be Peter Kirui who won the Sportisimo Prague Half Marathon last year with a world class time of 59:22. A few weeks later he returned to Prague and did an excellent job as pacemaker for the Volkswagen Prague Marathon. Thanks to that, he already knows the course of the Volkswagen Prague Marathon very well – and his best time for the marathon is considerably faster than Terer's: in 2011 he ran 2:06:31 for sixth place in Frankfurt. Another Kenyan who could play a major role is Evans Chebet. The 26-year-old was second in the marathon last year, improving his best time by over three minutes to 2:08:17. He went even better than that in the Seoul Marathon in the autumn, running 2:07:46 for second place. However, it's a runner from Ethiopia who can claim the distinction of having the fastest personal best among Prague's elite field: Deribe Robi improved his time by more than a minute in Dubai this year to 2:06:06. Another strong Ethiopian is Teferi Kebede (2:07:35). The women's competition has the makings of an all-Ethiopian contest. The organisers have announced the participation of three fast Ethiopian women who have already shown high quality form this year and run personal bests. The most favourites to win are Yebrgual Melese (2:23:23), Tadelech Bekele (2:22:51) and Ashete Bekere (2:23:43). The Czech National Marathon Champion from last year Petr Pechek will be fighting again for the title with Jiří Homolář and Vít Pavlišta. Šárka Macháčková and Radka Churaňová are the most favourites to win among Czech women.

» RUNCZECH

WIDEN YOUR
WORLD

TURKISH
AIRLINES



WE FLY TO MORE
FLAVOURS THAN
ANY OTHER AIRLINE



STARTOVNÍ LISTINA - MUŽI / START LIST - MEN

	Nár. / Nat.	Jméno / Name	Příjmení / Surname	Nar. / Born	10km	1/2M	Marathon	Label time*
1	KEN	Patrick Kipyegon	TERER	6.7.1990			2:08:07	2:08:07
2	ETH	Deribe	ROBI	26.9.1984		1:02:42	2:06:06	2:06:06
3	KEN	Peter Cheruiyot	KIRUI	2.1.1988	27:25:00	0:59:22	2:06:31	2:09:15
4	ETH	Teferi	KEBEDE	21.1.1981	28:29:00	1:02:29	2:07:35	2:09:52
5	KEN	Evans Kiplagat	CHEBET	10.11.1988	28:33:20	1:01:59	2:07:46	2:07:46
6	QAT	Nicholas	KEMBOI	25.11.1983	27:57:00	1:00:27	2:08:01	2:08:51
7	KEN	Geoffery	RONOH	29.11.1982	27:28:00	0:59:45	2:15:51	0:59:45
8	ETH	Dereje	TESFAYE	30.9.1985		1:00:02	2:08:15	2:08:15
9	ETH	Hailu	MEKONNEN	4.4.1980	27:39:00	1:01:29	2:07:35	2:08:07
10	ETH	Afewerk	MESFIN	12.8.1992		1:01:50	2:09:48	2:09:48
12	BRA	Paulo Roberto	PAULA	7.9.1979	28:34:00	1:02:30	2:10:30	8OG
13	KEN	Felix Kipchirchir	KANDIE	1.1.1987		1:00:42	2:10:37	1:00:42
14	ERI	Dawit	WELDESLASIE	10.12.1994		1:01:07	debut	1:01:07
15	KEN	Joel Kipkoech	KIMUTAI	5.10.1988		1:01:39	debut	1:01:39
16	ETH	Fikre	ASSEFA	18.1.1989			2:10:23	2:10:23
17	KEN	Raymond Kemboi	CHEMUNGOR	8.2.1986		1:02:16	2:10:59	2:10:59
19	POR	Luis	FEITEIRA	21.4.1973		1:03:43	2:11:57	2:17:25
20	POR	Jose	MOREIRA	5.5.1980		1:05:43	2:13:37	
21	ITA	Jamel	CHATBI	30.4.1984	28:33:00	1:02:38	2:14:04	2:14:04
22	AUT	Christian	PFLUGL	24.12.1978	29:45:00	1:05:32	2:15:58	2:15:58
23	CZE	Petr	PECHEK	11.4.1983	31:01:00	1:06:33	2:18:28	2:18:28
24	CZE	Jiří	HOMOLÁČ	25.2.1990	29:59.76	1:05:41	2:19:37	2:19:37
25	POR	Licinio	PIMENTEL	12.4.1977		1:05:46	debut	
26	ETH	Tesfaye	BELAY	27.5.1987			2:19:45	2:19:45



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

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



Již **22** let
se staráme
o Karlův most
galerii pod
širým nebem

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

Adresa pro písemný styk: POB 106, 118 00 Praha 011.
Kancelář: Vlašská 13, 118 00 Praha 1. Tel/fax: 257 531 088,
e-mail: sdruzeni@karluvmost.cz



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

Program je vytvořen ve spolupráci s RunCzech, Prague International
Marathon a profesionálními trenéry reprezentace a svazu.



Patrick TERER



OBHÁJCE VÍTĚZSTVÍ
DEFENDING CHAMPION

Nár. / Nat.:
Keňa / Kenya
Datum narození / Date of birth
6. 7. 1990
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkony / Best performances

2:08:07 Prague (CZE), 2014

Účast RunCzech / RunCzech Participation

Prague Marathon 2014 (1., 2:08:07); 2013 (3., 2:10:10)

Patrick Terer se vrací do Prahy jako vítěz loňského ročníku Volkswagen Maratonu Praha. Poprvé startoval v Praze na maratonu v roce 2013, kdy doběhl třetí. Tehdy slíbil, že pozvou-li ho organizátoři znovu, vyhraje. To také v roce 2014 splnil, s časem však spojený nebyl. Původně plánoval běžet za 2:07:30, a tak přidal další slib – tentokrát, že se nejen pokusí obhájit vítězství, ale dosáhnout také vysněného času 2:07:00. Kromě toho pražského má na kontě ještě dvě vítězství z turínského maratonu. Nejrychleji zatím běžel v Praze 2:08:07, ale věří, že jednou bude mít i na čas 2:04.

Patrick Terer is returning to Prague as the winner of last year's Volkswagen Prague Marathon. He ran his first Prague marathon in 2013, finishing third. Back then he promised the organisers he'd win if they invited him back. And sure enough, he delivered this promise in 2014 although wasn't happy with his time. The runner originally planned to complete the race in 2:07:30, and so this time around he's made another promise – to not only try and defend his victory title, but also achieve his dream time 2:07:00. Aside from the Prague race, he has two victories under his belt from the Turin marathon. His fastest time to date in Prague is 2:08:07, but he's confident that one day he'll get it down to 2:04.



Deribe ROBI



Nár. / Nat.:
Keňa / Kenya
Datum narození / Date of birth
26. 9. 1984
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkon / Best performance

2:06:06 Dubai (UAE), 2014

Jeden z nadějných členů týmu RunCzech Racing zazářil letos na maratonu v Dubaji, kde doběhl ve velmi rychlém závodě na 3. místě s fantastickým časem 2:06:06. Dalším jeho skvělým výsledkem je 5. místo z roku 2014 z maratonu ve Frankfurtu, kde doběhl v čase 2:07:16. Nejrychlejší muž startovního pole bude v Praze závodit poprvé.

One of the promising members of the RunCzech Racing team, he shone at this year's incredibly fast marathon

held in Dubai, finishing 3rd place with a fantastic time of 2:06:06. One other fantastic result was 5th place from the Frankfurt marathon in 2014 where he finished with a time of 2:07:16. The fastest man at the start line will be competing in Prague for the first time.



Peter KIRUI



Nár. / Nat.:
Keňa / Kenya
Datum narození / Date of birth
2. 1. 1988
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkon / Best performance

2:06:31 Frankfurt (GER), 2011

Účast RunCzech / RunCzech Participation

Prague Half Marathon 2015 (11., 1:01:17); 2014 (1., 0:59:22)

Kirui se v atletickém světě uvedl jako skvělý vodič a stejnou roli měl i na loňském ročníku Volkswagen Maratonu Praha. Letos se však už představí ve startovním poli jako jeden z elitních atletů, kteří by chtěli zaútočit na vítězství. Jedno vítězství ze závodů RunCzech už na kontě má. Loni se mu podařilo zcela opanovat Sportissimo 1/2Maraton Praha a zvítězit časem 59:22. V letošním roce doběhl na 11. místě.

Kirui's introduction to the world of athletics began as a great pacemaker – a role he also assumed at last year's Volkswagen Prague Marathon. This year however he will be standing at the start line as one of the elite runners with his sights set on victory. He has already garnered one win from a RunCzech race. Last year he stormed the Sportissimo Prague Half Marathon winning with a time of 59:22. He finished 11th place this year.



Teferi KEBEDE



Nár. / Nat.:
Etiopie / Ethiopia
Datum narození / Date of birth
21. 1. 1981

Nejlepší výkon / Best performance

2:07:32 Paris (FRA), 2012

Volkswagen Maraton Praha bude pro Teferiho Kebedeho prvním českým startem. Jeho nejlepším umístěním je do této doby 2. místo z Tiberias Maratonu (2012, 2:07:34) a ze Shanghai Maratonu. Jeho nejlepší čas 2:07:32 však pochází z maratonu v Paříži, kde skončil těsně pod stupni vítězů.

The Volkswagen Prague Marathon will be Teferi's first Czech race. His best positions till then were 2nd place from the Tiberias Marathon (2012, 2:07:34) and the Shanghai Marathon. His best time of 2:07:32 comes from the Paris marathon where he finished just shy of a spot on the podium.



Evans CHEBET



Nár. / Nat.:
Etiopia / Ethiopia
Datum narození / Date of birth
10. 11. 1988
Sponzor / Sponsor
Nike

Nejlepší výkon / Best performance

2:07:46 Seoul (KOR), 2014

Účast RunCzech / RunCzech Participation
Prague Marathon 2014 (2., 2:08:17)

Druhý muž loňského Volkswagen Maratonu Praha po doběhu prohlásil, že mu nezáleží tolik na umístění, ale na čase 2:08:17, se kterým byl nadmíru spokojen. Ten si však ještě vylepšil na maratonu v Soulu, kde doběhl v čase 2:07:46.

After finishing last year's Volkswagen Prague Marathon second, Chebet declared that he wasn't too bothered about his finishing position, but was extremely pleased with his time of 2:08:17. He managed to improve on this further still in Seoul where he finished with a time of 2:07:46.



Dereje TEFAYE



Nár. / Nat.:
Etiopia / Ethiopia
Datum narození / Date of birth
30. 9. 1985
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkon / Best performance

2:08:15 Gyeongju (KOR), 2014

Etiopský běžec se specializuje hlavně na maratonu. Nejlepšího výkonu zatím dosáhl na maratonu v jihokorejském Gyeongju, kde doběhl třetí v čase 2:08:15.

The Ethiopian runner mainly specialises in the marathons. He achieved his best time in the South Korean city of Gyeongju where he finished third with a time of 2:08:15.



Geoffrey RONOH



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

Nejlepší výkon / Best performance

2:15:15 Ahmedabad (IND), 2013

Geoffrey Ronoh překvapil v roce 2014, kdy zvítězil ve dvou závodech. Poprvé na Mattoni 1/2Maratonu Olomouc jako vodič dvou maratonských hvězd Wilsona Kipsanga a Dennise Kimetta, odvázel si však vítězství a „skalp“ tehdejšího i budoucího světového rekordmana v maratonu. V září pak vyhrál i desetikilometrovou trať v rámci Birell Grand Prix Praha, vylepšil rekord závodu na fantastických 27:28 a za zády nechal další slavné maratonské jméno, Geoffrey Mutaie. Na březnovém Sportisimo 1/2Maratonu Praha doběhl osmý.

Geoffrey Ronoh suprised in 2014 when he won two RunCzech races. He triumphed first in the Mattoni Olomouc Half Marathon, where he was originally entered as a pacemaker but left marathon superstars Wilson Kipsang and Dennis Kimetto in his wake. Then he won the 10 km race at the Birell Prague Grand Prix in an even record of 27:28. Geoffrey Mutai was among those beaten. In March he finished on 8th place in the Sportisimo Prague Half Marathon.



Nicholas KEMBOI



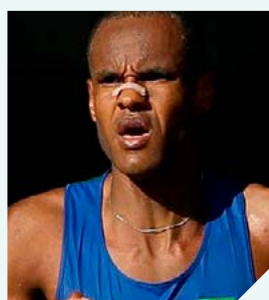
Nár. / Nat.:
Katar / Qatar
Datum narození / Date of birth
25. 11. 1982
Sponzor / Sponsor
Nike

Nejlepší výkon / Best performance

2:08:01 Prague (CZE), 2013

Vítěz maratonu z roku 2013 je původem Keňan, který přijal katarské občanství. V roce 2003 zaběhl 10 000 m za 26:30,03, což z něj činí čtvrtého nejrychlejšího muže všech dob na této trati. V roce 2005 se ve stejné disciplíně na světovém šampionátu v Helsinkách umístil na 9. místě. Svou zemi reprezentoval i na MS v půlmaratonu (2005, 2007, 2006).

2013's marathon winner originally hails from Kenya however he has subsequently taken on Qatari citizenship. In 2003 he ran the 10,000 m race in a time of 26:30,03 which makes him the fourth fastest man of all time on the course. At the 2005 world championships held in Helsinki he finished 9th place in the same discipline. He has also represented his country at the half marathon world championships (2005, 2007, 2006).



Paulo PAULA



Nár. / Nat.:
Brazílie / Brazil
Datum narození / Date of birth
7. 9. 1979
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkon / Best performance
2:10:30 Padova (ITA), 2012

Největším úspěchem zkušeného brazilského běžce je jednoznačně 8. místo z maratonu Olympijských her v Londýně 2012 a 7. místo z MS v Moskvě 2013. Na sezónu se připravoval v Portugalsku, kde se rozhodl, že v Praze otestuje svou formu a pokusí se splnit limit pro MS a OH.

The biggest success of the experienced Brazilian runner to date is unarguably his 8th place from the marathon at the 2012 London Olympic Games and 7th place from the 2013 Moscow world championships. He was getting ready for the season in Portugal when he decided to use Prague as the venue to test out his form and attempt to qualify for the world championships and Olympic Games.



Felix
KANDIE



Nár. / Nat.:
 Keňa / Kenya
 Datum narození / Date of birth
 1. 1. 1987
 Sponzor / Sponsor
 adidas

Nejlepší výkon / Best performance
2:10:37 Athens (GRE), 2014

Felix Kandie si letos v Praze výrazně vylepšil osobní rekord na půlmaraton, když doběhl v čase 1:00:42 na 9. místě. Loni zvítězil v těžkém maratonu v Aténách. Tento čas by však chtěl v Praze výrazně vylepšit.

Felix Kandie significantly enhanced his half marathon personal best this year in Prague finishing 9th place in a time of 1:00:42. He triumphed at last year's tough marathon in Athens however is keen to make further improvements to this time at the Prague race.



Jiří
Homoláč



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

Nejlepší výkon / Best performance
2:19:37 Berlin (GER), 2013

Jeden z nejlepších českých vytrvalců patří mezi nejrychlejší Čechy závodů RunCzech, což dokázal i na letošním Sportisimo 1/2Maratonu Praha. Jiří Homoláč je členem tréninkové skupiny Jiřího Sequenty, který vede také olympioniky Jakuba Holušu, Lenku Masnou a reprezentanta a vytrvalostního běžce Milana Kocourka.

One of the best Czech endurance runners proved in the Sportisimo Prague Half Marathon that he belongs among the fastest Czech runners at RunCzech races. Jiří Homoláč is a member of Jiří Sequent's training group which also manages the Olympian Jakub Holuš, Lenka Masná as well as the representative and endurance runner Milan Kocourek.



Petr
PECHEK



Nár. / Nat.:
 ČR / Czech Republic
 Datum narození / Date of birth
 8. 1. 1993

Nejlepší výkon / Best performance
2:18:28 Prague (CZE), 2011

Petr Pechek překvapil loni na Volkswagen Maratonu Praha, kde zvítězil v mistrovském klání časem 2:21:41. Stal se tak mistrem České republiky v maratonu a za sebou nechal i velkého favorita Jiřího Homoláče. Loni také vybojoval na MČR v půlmaratonu v Pardubicích krásné druhé místo. Je věrným účastníkem závodů RunCzech. Petr Pechek trénuje za TJ Maratonstav Úpice.

Petr Pechek surprised last year at the Volkswagen Prague Marathon by winning with a time of 2:21:41. This earned him the Czech national marathon champion title, leaving behind the hot favourite, Jiří Homoláč. Last year he also fought his way to a fantastic second place position at the Czech half marathon championships in Pardubice. He is a loyal participant at RunCzech races. Petr Pechek trains with TJ Maratonstav Úpice.

emspoma
 by JUTTA



Pomáhá při odstranění bolesti
 a zároveň nezatěžuje
 váš krevní oběh a srdce.

Účinky prověřeny léty
 při maratonských bězích



STARTOVNÍ LISTINA - ŽENY / START LIST - WOMEN

	Nár. / Nat.	Jméno / Name	Příjmení / Surname	Nar. / Born	10 km	1/2M	Marathon	Label time*
1	ETH	Tadelech	BEKELE	11.4.1991	30:38:00	1:08:38	2:22:51	2:22:51
2	ETH	Yebrgual	MELESE	18.4.1990	31:40:00	1:08:21	2:23:23	2:23:23
3	ETH	Ashete	BEKERE	17.4.1988			2:23:43	2:23:43
4	ETH	Betelhem	MOGES	3.5.1991	32:33:00	1:09:23	2:24:24	2:24:24
5	ETH	Selomie	GETNET	10.4.1986			2:25:15	2:25:15
6	KEN	Rael Kiyara	NGURIATUKEI	10.11.1983		1:09:29	2:25:23	2:27:10
7	ETH	Koren	JELELA	18.1.1987		1:08:55	2:22:43	1:11:55
8	KEN	Janet Jelagat	RONO	8.12.1988		1:11:50	2:26:03	2:26:03
9	BLR	Olga	DUBOVSKAYA	9.10.1983	33:17:00	1:13:15	2:28:08	2:28:08
10	KRG	IULIA	ANDREEVA	7.3.1984	33:27:00		2:30:58	2:30:58
11	ETH	Afera	GODFAY	25.9.1991	31:52:00	1:09:51	debut	1:09:51
12	ETH	Letebrhan	HAYLAY	1.1.1990		1:09:45	2:34:11	1:09:45
13	ETH	Halima	HUSSEN	13.1.1993			2:33:26	2:33:26
14	BHR	Eunice Chebichi	CHUMBA	23.5.1993		1:10:46	2:33:25	1:10:46
15	RUS	Margarita	PLASKINA	1.10.1977	32:46:00	1:12:27	2:27:07	2:36:13
16	RSA	Jenna Leigh	CHALLENGER	6.7.1981	34:40:00	1:14:19	2:41:18	1:14:19
18	HKG	Kit Ching	YIU	20.2.1988		1:16:31	2:45:45	2:45:45
19	CZE	Šárka	MACHÁČKOVÁ	15.9.1983	37:17:00	1:20:56	2:45:36	2:45:36
20	CZE	Radka	CHURAŇOVÁ	3.6.1977	35:50:00	1:18:30	2:45:00	1:20:30
21	POR	Sara	MOREIRA	17.10.1985	32:11:00	1:09:18	2:26:00	2:26:00



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

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

36th
VENICE MARATHON
 1986 - 2015

25th
OCTOBER
2015

www.venicemarathon.it

5th EDITION
MOONLIGHT HALF MARATHON
 CAVALLINO - JESOLO
 VENEZIA

23rd
MAY 2015

www.moonlighthalfmarathon.it

#runningvenice

42K / 10K



infoline +39 041 532 1871

#moonlightrun

21K / 10K



infoline +39 041 532 1871


**Tadelech
BEKELE**


Nár. / Nat.:
Etiopie / Ethiopia
Datum narození / Date of birth
11. 4. 1991
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkon / Best performance

2:22:51 Dubai (UAE), 2015

Účast RunCzech / RunCzech Participation

1/2Maraton České Budějovice 2012 (1., 1:10:54)

Prague Grand Prix (5km) 2012 (1., 15:48)

Tadelech Bekele zazářila v RunCzech běžecké lize v roce 2012. Zvítězila v premiérovém ročníku Mattoni 1/2Maratonu České Budějovice, časem 1:10:54 stanovila rekord závodu, který žádná běžkyně od té doby nepřekonala. Ten rok vyhrála ještě pětikilometrový závod Grand Prix Praha. Na letošním maratonu v Dubaji si vylepšila svůj maratonský rekord na 2:22:51 a doběhla na 7. místě.

Tadelech Bekele emerged as a star in the RunCzech Running League back in 2012. She triumphed at the first ever Mattoni České Budějovice Half Marathon, setting a race record of 1:10:54 which no other female runner has managed to beat so far. The same year also saw her scoop up a victory in the five-kilometre Prague Grand Prix race. At this year's Dubai marathon, she improved her marathon personal best to 2:22:51 earning her 7th place.


**Yebgual
MELESE**


Nár. / Nat.:
Etiopie / Ethiopia
Datum narození / Date of birth
18. 4. 1990

Nejlepší výkon / Best performance

2:23:23 Houston (USA), 2015

Účast RunCzech / RunCzech Participation

1/2Maraton Praha 2014 (7., 1:10:37)

Yebgual Melese začíná letos vynikající sezónu. Na začátku roku na maratonu v americkém Houstonu výrazně posunula hranici svého osobního maxima na maraton na 2:23:23. Na březnovém Sportisimo 1/2Maratonu Praha překvapila 2. místem a časem 1:08:21. Druhá nejrychlejší žena startovního pole by ráda svou formu potvrdila i na Volkswagen Maratonu Praha.

Yebgual Melese is having an excellent season this year. At the start of the year, she made significant headway pushing her marathon personal best to 2:23:23. At the Sportisimo Prague Half Marathon held this March, she surprised everyone with a time of 1:08:21 which was enough to earn her 2nd place. The second fastest woman on the start line would like to prove her form once again at the Prague Volkswagen Marathon.


**Ashete
BEKERE**


Nár. / Nat.:
Etiopie / Ethiopia
Datum narození / Date of birth
17. 4. 1988
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkon / Best performance

2:23:43 Dubai (UAE), 2015

Účast RunCzech / RunCzech Participation

Maraton Praha 2014 (3., 2:28:04)

Jedna ze závodnic, která začala v týmu RunCzech Racing. Jejím dosavadním nejlepším výsledkem je 3. místo z loňského Volkswagen Maratonu Praha (2:28:04) a z maratonu ve Frankfurtu (2:24:59). Svě osobní maximum si ještě vylepšila na letošním dubajském maratonu, kde doběhla desátá v čase 2:23:43.

Ashete Bekere is one of the runners who started their career in the RunCzech Racing team. Up to now, her best result has been 3rd place the Volkswagen Prague Marathon (2:28:04) and from marathon in Frankfurt (2:24:59). Her personal best time was even improved on this year's marathon in Dubai where she finished on 10th place.


**Betelhem
MOGES**


Nár. / Nat.:
Etiopie / Ethiopia
Datum narození / Date of birth
3. 5. 1991
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkon / Best performance

2:24:24 Dubai (UAE), 2015

Účast RunCzech / RunCzech Participation

1/2Maraton Praha 2014 (7., 1:10:37); 1/2Maraton České Budějovice 2014 (1., 1:12:31); 1/2Maraton Olomouc 2014 (2., 1:09:23), 2013 (1., 1:10:38); 1/2Maraton Ústí nad Labem 2013 (1., 1:11:51)

Trojnásobná vítězka RunCzech běžecké ligy se poprvé představí i na Volkswagen Maratonu Praha. Na kontě už má vítězství z Ústí nad Labem, Českých Budějovic i z Olomouce. Právě z Olomouce pochází i její osobní rekord na půlmaraton 1:09:23. Nejlepší výkon na maratonské trati zaběhla letos v Dubaji.

The three-time winner of RunCzech Running League races will be taking on her first ever Volkswagen Prague Marathon. She is no stranger to victory however, however already garnered wins in Ústí nad Labem, České Budějovice and Olomouc. Her personal half marathon best of 1:09:23 hails from the Olomouc race. Her best performance on the marathon course took place this year in Dubai.



Selomie
GETNET



Nár. / Nat.:
Etiopie / Ethiopia
Datum narození / Date of birth
10. 4. 1986
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkon / Best performance
2:25:15 Roma (ITA), 2013

Selomie Getnet se specializuje hlavně na maratony. Nejrychleji ho zatím běžela v Římě, kde s časem 2:25:15 skončila na 2. místě. Na Volkswagen Maratonu Praha měla startovat již v roce 2013, ale nakonec do Prahy nepřišla.

Selomie Getnet mainly specialises in marathons. Her fastest race to date took place in Rome earning her 2nd place with a time of 2:25:15. She was expected to take place in the Volkswagen Prague Marathon in 2013 but in the end she did not come.



Koren
JELELA



Nár. / Nat.:
Etiopie / Ethiopia
Datum narození / Date of birth
18. 1. 1987
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkon / Best performance
2:22:43 Toronto (CAN), 2011

Koren Jelela je vítězkou maratonu v Istanbulu (2012), Torontu a Bombaji (oba 2011). Svou zemi také reprezentovala na mistrovství světa v krosu v letech 2007 až 2009.

Koren Jelela has won marathons in Istanbul (2012), Toronto and Mumbai (both 2011). She also represented her country at the cross country world championships from 2007 to 2009.



Rael
NGURIATUKEI



Nár. / Nat.:
Keňa / Kenya
Datum narození / Date of birth
10. 11. 1983
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkon / Best performance
2:25:23 Eindhoven (GER), 2011

Rael Nguriatukei je první keňská závodnice mezi etiopskými běžkyněmi. K jejím nejlepším výsledkům z poslední doby patří 3. místo z maratonu v Torontu (2:27:10) a 1. místo z půlmaratonu v Lille (1:09:29).

Rael Nguriatukei is the first Kenyan runner among Ethiopian runners. Her best results in recent years include 3rd place from the Toronto marathon (2:27:10) and 1st place from the Lille half marathon (1:09:29).



Sara
MOREIRA



Nár. / Nat.:
Portugalsko / Portugal
Datum narození / Date of birth
17. 10. 1985
Sponzor / Sponsor
adidas

Nejlepší výkon / Best performance
2:26:00 New York (USA), 2014

Nejlepší evropská běžkyně je halovou mistryní Evropy na 3 000m (2009), na mistrovství Evropy na dráze vybojovala dvakrát po sobě třetí místo (2010 a 2012). Svou zemi reprezentovala na Olympijských hrách v Londýně, kde na trati 10 000m doběhla na 14. místě. Spolu s ní bude startovat také její trenér a manžel v jedné osobě Pedro Riberio.

The best European runner is a European indoor Champion in 3,000m, she has also two bronze medals from European Outdoor Championship in 2010 and 2012. She also represented her country at Olympic Games in London where she finished on 14th place in 10,000m. Her co-runner in Prague will be her coach and husband in one person – Pedro Riberio.

Radiožurnál
Český rozhlas



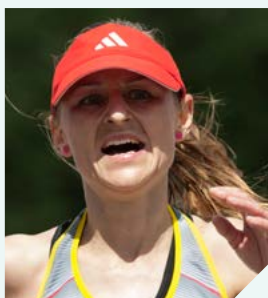
radiozurnal.cz

dnes pošeň kultury FM aktuality proč
domáci zpravodajství
Včera 24 hodin důvěryhodné politika
Lucie Věbořná komplexní zahraniční

jiní úhel pohledu reportáže záznamy pozvánky
konferenční Vladimír Křoc zpravodajství
hoště reportáže publicistika rady a tipy
každodenní život jak sbírat kdo
fejtky Zelená vlna živě ověřené informace

zprávy objektivní dynamické
proč nejrychlejší
kde nejnovější mezaugate jak sbírat kdo
profesionální přesvědčivé zpravodajství věčné kdy

důležité informace Brno 95,1 FM sport technologie
Martina Lízalová 97,8 FM frekvence ted
vysílání Každý den s Vámi
udáost jak sbírat kdo
zohř Jeseňák 91,3 FM Praha 94,6 FM hudba radiozurnal.cz



Šárka
MACHÁČKOVÁ 

Nár. / Nat.:
ČR / Czech Republic
Datum narození / Date of birth
3. 5. 1991

Nejlepší výkon / Best performance
2:45:36 Frankfurt (GER), 2013

Architektka Šárka Macháčková nemá sportovní minulost spojenou s atletikou. Svůj první maraton běžela v květnu 2011 za 3 hodiny a 12 minut, ani ne po půl roce běžela ve Frankfurtu znovu a hned pokořila hranici tří hodin. Letošní Volkswagen Maraton Praha poběží naposled pod svým dívčím jménem. Brzy poté ji čeká svatba.

Architect Šárka Macháčková developed an interest in athletics later on in her career. She ran her first marathon in May 2011 in 3 hours and 12 minutes, running again in Frankfurt less than six months later where she managed to cut down her time to under three hours. This Volkswagen Prague Marathon will be the last edition where she start with her name Macháčková as she is getting married soon after the race and after then she will change her surname.



Radka
CHURAŇOVÁ 

Nár. / Nat.:
ČR / Czech Republic
Datum narození / Date of birth
3. 6. 1977

Nejlepší výkon / Best performance
2:45:00

Radka Churaňová se na závodech RunCzech pravidelně umísťuje mezi nejlepšími Češkami a je jednou z hlavních adeptek na získání českého maratonského mistrovského titulu.

Radka Churaňová regularly runs her way to the top crop of best Czechs at RunCzech races and ranks as one of the main candidates to pick up the Czech marathon championship title.



Oficiální mediální partneři / Official media partners



Partneři / Partners



**SKLÁRNA AJETO
Lindava**

www.ajetoglass.com

... zde vznikají skleněné trofeje PIM



ZDRAVOTNICKÁ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA
hl. m. Prahy

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA



PŘIJMEME

• lékaře
více informací na

www.zzshmp.cz • www.zzshmp.eu

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 pohybem stiskem tlačítka na nové ruční sprše **Raindance Select E 120**. Více informací najdete na: www.hansgrohe.cz/select



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

Rescue
Požární ochrana
Zabezpečení objektů
www.cechymen.cz

ČECHYMEN®
Komplexní řešení bezpečnosti.

ODPADY

- svoz
- likvidace
- odpadkové koše
- zanáška popelnic

KONTEJNERY

- sutě
- odpady z obcí
- vynáška, vyklízení
- kontejnery od 1 do 40 m³
- 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®

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>

PRIZE MONEY A BONUSY

PRIZE MONEY AND BONUSES

Open-Division Prize Money* / Open-Division Prize Money*

	Muži / Men	Ženy / Women
1 st	€ 15.000	€ 15.000
2 nd	€ 7.500	€ 7.500
3 rd	€ 5.000	€ 5.000
4 th	€ 2.500	€ 2.500
5 th	€ 1000	€ 1000
6 th	€ 800	€ 800
7 th	€ 500	€ 500
8 th	€ 400	€ 400
9 th	€ 200	€ 200
10 th	€ 100	€ 100
total	€ 33.000	€ 33.000

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

	Muži / Men	Ženy / Women
1 st	15.000 CZK	15.000 CZK
2 nd	8.000 CZK	8.000 CZK
3 rd	5.000 CZK	5.000 CZK
4 th	2.000 CZK	2.000 CZK
5 th	1.000 CZK	1.000 CZK
total	31.000 CZK	31.000 CZK

Nezahrnuje se na časy nad 2h35'00" (muži) resp. 3h00'00" (ženy).

/ Czech Athletes Division Bonus will not apply for times above 2h35'00" (Men category) and 3h00'00" (Women category).

Bonusy za rekord závodu* / Event Record Bonus*

Mužský rekord / Men's Event Record	€ 10.000	2:05:39 – E. Kiptanui, KEN, 201
Ženský rekord / Women's Event Record	€ 10.000	2:22:34 – L. Cheromei, KEN, 2011
Mužský rekord – Češi / Czech men's Record	CZK 10.000	2:12:35 – R. Štefko, 2004
Ženský rekord – Češky / Czech women's Record	CZK 10.000	2:31:08 – A. Peterková, 2000

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 2:05:00	sub 2:21:00	50.000	Pouze pro vítěze; jen když to nebude pod světový rekord / For winner only; if not sub WR
sub 2:07:00	sub 2:23:30	30.000	Pouze 1. a 2. místo / 1 st and 2 nd place only
sub 2:08:30	sub 2:26:00	10.000	Pouze 1. až 3. místo / 1 st to 3 rd place only

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

Bonusy za světový rekord / World record Bonuses*

Mužský světový rekord / Men's World Record	€ 100.000
Ženský světový rekord / Women's World Record	€ 100.000

Bonusy pro veterány* / Veteran-Division Bonus*

1 volný start v RunCzech / 1 free entry in RunCzech

Muži / Men	M40 / M45 / M50 / M55 / M60 / M65
Ženy / Women	W35 / W40 / W45 / W50 / W55 / W60

Bonusy pro veteránské kategorie platí pro první v daných kategoriích (viz výše). Vítěz má pro sebe nárok na start zdarma v individuální kategorii v jednom vybraném závodu RunCzech 2015 nebo 2016, kde je ještě možná registrace. / Veteran-Division Bonus will be awarded to the first in the respective category (listed above). Winner is eligible to start for free in two individual events of RunCzech.com series in 2015/2016 (with open registration) of his/her choice upon written request.

Prize Money, bonus za dosažení času, bonus za překonání rekordu závodu, bonus pro veterány a bonus pro atlety České republiky jsou kumulativní.

/ Open-Division Prize Money, Time Incentive Bonus, Event Record Bonus, Veteran-Division Bonus, and Czech Athletes Division Bonus are cumulative.

Open-Division Prize Money budou zdaněny podle daňové rezidence atleta.

/ Note for the non CZE citizen WHT will be deducted according to the athlete's domicile address.

Mediální partneři / Media partners





VOLKSWAGEN MARATON PRAHA PRO VÁS PŘIPRAVUJÍ: WE ARE PREPARING FOR YOU THE VOLKSWAGEN PRAGUE MARATHON:

Zoran Bartek
Tereza Bartošová
Sašo Belovski
Antonín Bolina
Aneta Boudová
Zane Branson
Zdeněk Bříza
Marcela Budilová
Carlo Capalbo
Tomáš Coufal
Jan Cvachovec
Roberto De Blasío
František Dostál
Tereza Dostálová
Vladimír Drábek
Marianna Ďurašková
Vojtěch Fejtek

Tomáš Fencel
Jana Fráňová
Roberto Franzoni
Daniela Gerčáková
Eva Glavanová
Vít Gloser
Dagmar Heroldová
Markus Hermann
Petr Homoláč
Martina Honcová
Tomáš Hubený
Václav Karpíšek
Pavel Kaidl
Petr Kostovič
Karolína Kratochvílová
Jarmila Krauskopfová
Viera Křivohlavá

Zbyněk Kužel
Jan Laták
Miroslav Lenc
Martin Martinec
Jaroslav Medřický
Jana Moberly
Jim Moberly
Jakub Míhule
Tomáš Mirovský
Dario Monti
Bojan Nankovič
Stanislav Němeček
Michaela Novotná
Zdeňka Pecková
Angjelka Popova
Roman Prorok
Ieva Razbadauskyte

Filip Remenec
Marija Říhová
Flavio Serughetti
Dan Stach
Václav Skřivánek
Michaela Svojanovská
Jana Šebánková
Daniel Šimík
Desana Šourková
Šimon Štátný
Eva Taverňa
Michal Vávra
Michal Vítů
Martina Voříšková
Tomáš Vrzák
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*

Marcel Chládek
ministr 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*

Jana Černochová
starostka MČ Praha 2 / *Mayor of the Prague 2 District*

Petr Štěpánek
starosta MČ Praha 4 / *Mayor of the Prague 4 District*

Radek Klíma
starosta MČ Praha 5 / *Mayor of the Prague 5 District*

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

Roman Petrus
starosta MČ Praha 8 / *Mayor of the Prague 8 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*

Martin Vondrášek
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 WIFI

#BOOSTYOURRUN





WHAT IS YOUR RUNNING STORY?

JAKÝ JE TVŮJ BĚŽECKÝ PŘÍBĚH?



RUNCZECH



BEIJING MARATHON
- hostující závod
/ Guest race
18/10/2015

Volkswagen
MARATON
PRAHA
3/5/2015

Mattoni
1/2MARATON
KARLOVY VARY
23/5/2015

Mattoni
1/2MARATON
ČESKÉ BUDĚJOVICE
6/6/2015

Mattoni
1/2MARATON
OLOMOUC
20/6/2015

Birell
GRAND PRIX
PRAHA
5/9/2015

Mattoni
1/2MARATON
ÚSTÍ NAD LABEM
12/9/2015

Sportisimo
1/2MARATON
PRAHA
4/4/2016

„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