

monumenty, co tě zvednou ze sedla



**Road
Classics**
JEŠTĚD



**Průvodce
Road Classics[®]**

19. 10. 2024



Úvodní slovo

Ahoj do pelotonu, rád bych v první řadě jménem celého organizačního týmu touto cestou poděkoval, že jste se rozhodli být součástí Road Classics. Vám, kteří jste uvěřili naší myšlence a v loňském roce jste absolvovali pilotní monument na ikonickém Ještědu a stali jste se tak našimi Zakladateli. Ale i vám, kteří jste se rozhodli pro účast v letošním roce a Road Classics pro vás je třeba i závodní premiérou. Ať už jste zakladateli či nováčky, náš cíl je pro všechny stejný – připravit vám a vašim blízkým krásné zážitky a naservírovat to nejlepší co silniční cyklistika v tuzemsku nabízí.

Silniční cyklistika má i u nás obrovskou tradici a zájem o ni roste. Po zmíněném vydařeném Ještědu letos Road Classics dostává podobu plnohodnotného seriálu. Připravili jsme tři zcela unikátní lokality – Pálavu, Klínovec a Ještěd. Každý monument je jedinečný a pevně věříme, že pro vás letošní rok bude díky Road Classics ve znamení cyklistické pestrosti a objevování nových míst. Stejně tak jsme zapracovali na naší dlouhodobé vizi a sice nabídnout prostřednictvím Road Classics celoroční program a zážitky na kole. Účastnit se můžete pravidelných social rides ve spojení s komunitami po celé republice nebo se začíst do zbrusu nové online platformy Road Classics HUB, která přehledně na jednom místě nabízí hned několik tématických okruhů se společným jmenovatelem silniční cyklistiky.

Ať už vás Road Classics bude provázet po celou letošní sezonu či pro vás bude pouze jednorázovou výzvou, věříme, že budete vždy odjíždět spokojeni! Mnoho šťastných kilometrů a nyní už #zesedla.



Za celý organizační tým
Road Classics, Jan Hejda

Dosažením svého cíle plníte sny ostatním

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



SKUPINA ČEZ

www.pomahejpohybem.cz

Harmonogram

PÁTEK 18. ŘÍJNA

17:00 **Otevření městečka**

17:00–21:00 **Registrace a výdej startovních čísel**

19:00 **Brief pro závodníky**

SOBOTA 19. ŘÍJNA

8:00–10:00 **Registrace a výdej startovních čísel**

9:00 a 10:00 **Brief pro závodníky**

10:15–10:50 **Řazení do startovního koridoru**

10:55 **Start závodu i švihu**

14:00 **Předpokládaný dojezd prvního závodníka na Ještěd**

16:30 **Předpokládaný dojezd posledního závodníka na Ještěd**

17:00 **Vyhlášení vítězů závodu/švihu**

17:30 **Tombola**

19:00 **Začátek afterparty ve Warehouse**

19:30 **Živý podcast Posedla**

20:30 **Ocenění Superklasiků a vyhlášení celoseriálových vítězů**

20:50+ **DJ**

Vyhrazené parkoviště



DB SCHENKER

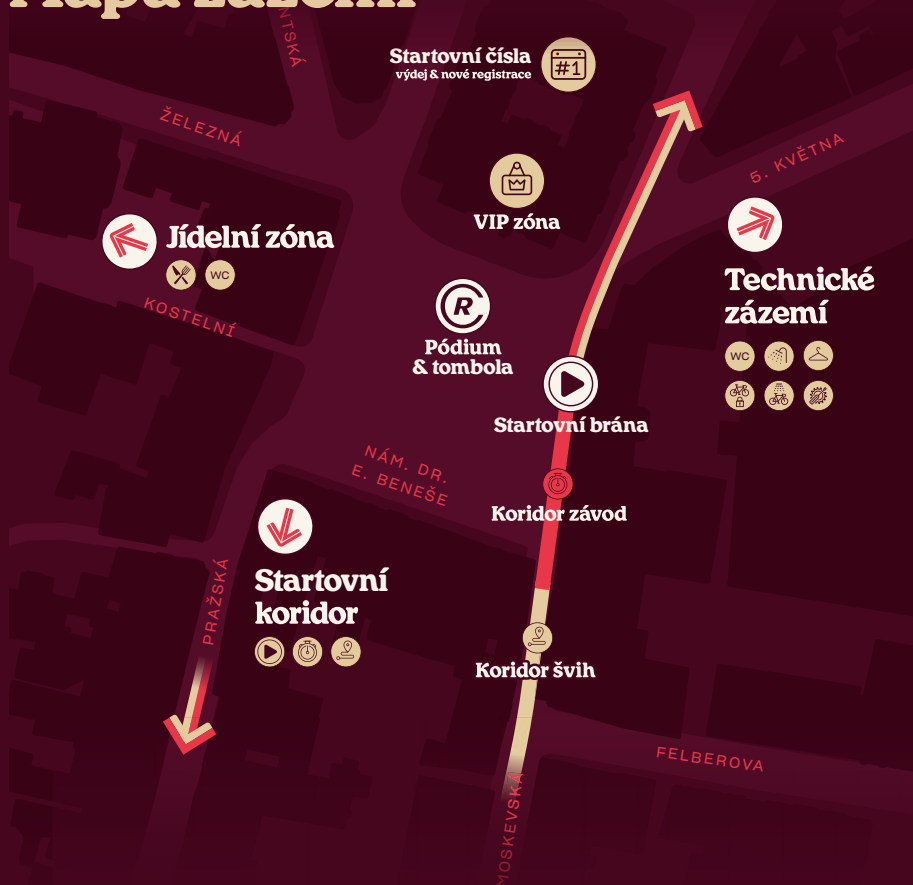
**Rádi v tom
jedeme
s Vámi!**

DB Schenker je **výhradním
logistickým partnerem**
seriálu závodů Road Classics.

www.dbschenker.com/cz



Mapa zázemí



NÁM. DR. E. BENEŠE

Prostor startu



Pódium & tombola Startovní brána Info & Shop Stánky partnerů

NÁM. DR. E. BENEŠE

Liberecká radnice



VIP zóna Startovní čísla

Výdej & nové registrace

ULICE KOSTELNÍ

Jídelní zóna



Jídelní stan Toaleta ženy Toaleta muži

ULICE 5. KVĚTNA

Technické zázemí

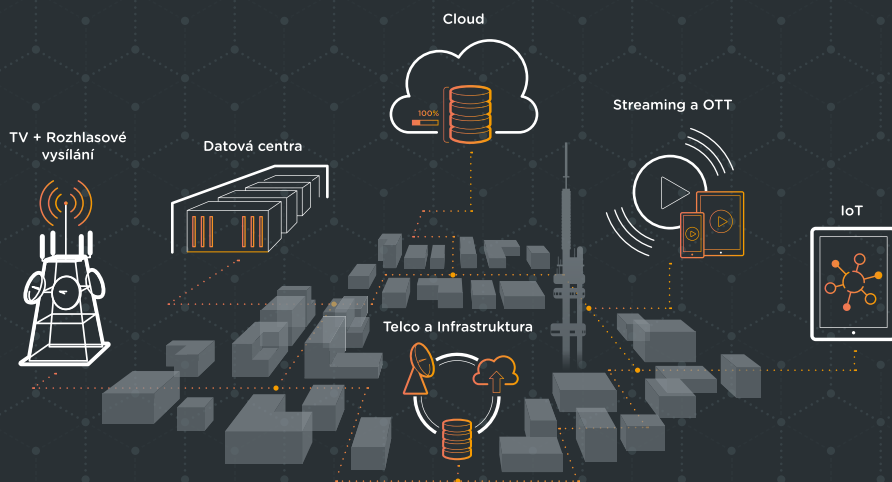


Sprchy ženy Sprchy muži Šatna ženy Šatna muži Toaleta ženy Toaleta muži Úschovna Mycí zóna Servis

ULICE PRAŽSKÁ / MOSKEVSKÁ

Startovní koridor

BEZPEČNÉ MÍSTO PRO VAŠE SERVERY, DATA A TECHNOLOGIE



**VYSOCE SPOLEHLIVÝ
FIREMNÍ I PRIVÁTNÍ CLOUD**

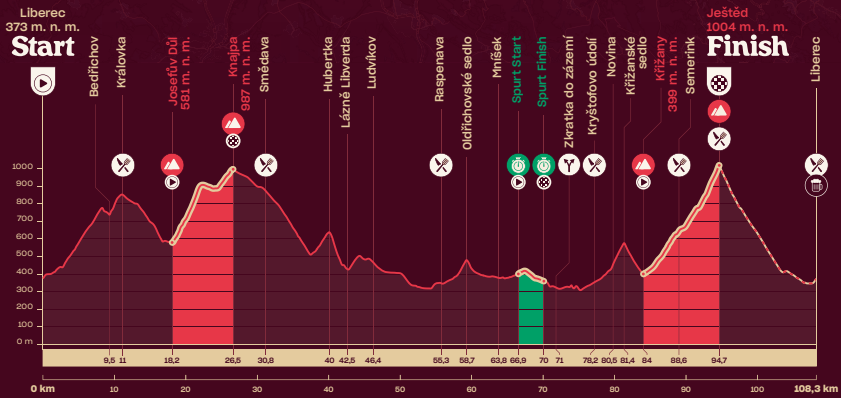
**EFEKTIVNÍ
KONEKTIVITA**

**EXTRÉMNÍ BEZPEČNOST
VŠECH SLUŽEB**



Road Classics[®]

JEŠTĚD 2024





Jsme hrdým partnerem všech cyklistů

SKODA

Proto podporujeme seriál závodů **Road Classics** a v rámci online magazínu **WeLoveCycling.cz** přinášíme nejen závodníkům ale všem nadšeným cyklistům tipy na výlety, praktické návody, dechberoucí příběhy a zajímavé reportáže ze světa cyklistiky.

WeLoveCycling.cz

Kombinovaná spotřeba a emise CO₂ vozu Škoda Kamiq: 5,3–6,3 l/100 km, 120–142 g/km

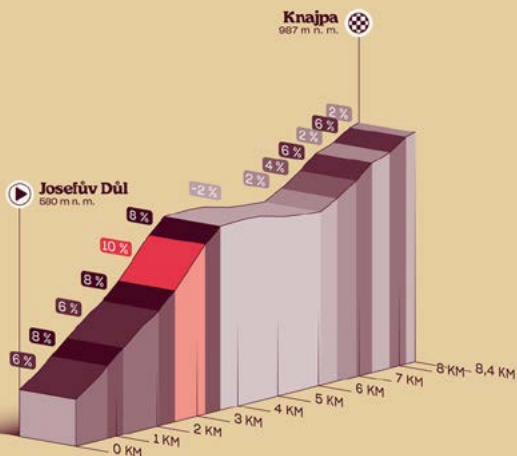
ilustrativní fotografie

[f /skodacz](#) [i /skodacz](#) [t /skodacz](#) [v /skodacz](#)

Profil segmentů

VRCHAŘSKÝ SEGMENT **Knajpa**

→ **8,4 KM** ↗ **415 M** ↘ **5 %**



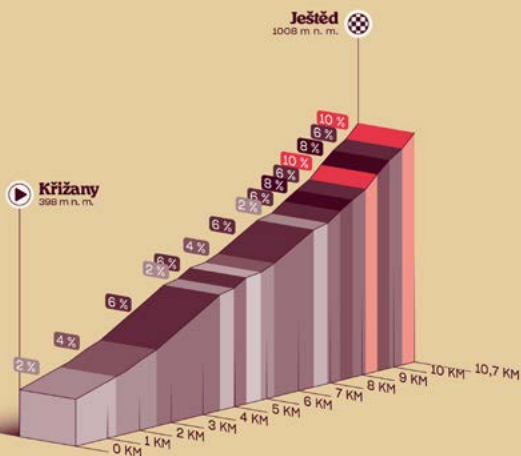
SPURTERSKÝ SEGMENT **Mníšek**

→ **3 KM** ↗ **20 M** ↘ **72 M**



VRCHAŘSKÝ SEGMENT **Ještěd**

→ **10,7 KM** ↗ **605 M** ↘ **5,6 %**



PROFITUJTE Z VÝNOSU AKCIÍ FIREM NEJZNÁMĚJŠÍCH OBCHODNÍCH ZNAČEK



GENERALI FOND GLOBÁLNÍCH ZNAČEK

Fond za rok 2023 přinesl klientům výnos 26,36 %.

Toto je propagační sdělení. Předchozí výkonnost není zárukou budoucí výkonnosti a návratnost investované částky není zaručena. Výkonnost je uvedena pouze za kalendářní rok 2023.

Podrobné informace k fondu, rizikové upozornění a všechny předchozí a dlouhodobé výkonnosti najdetena www.generali-investments.cz.



GENERALI
INVESTMENTS

Neutrální kilometry a dojezd od Liberce

NEUTRÁLNÍ KILOMETRY

Na velkých cyklistických akcích bývá zvykem, že první kilometry se nezávodí, jsou takzvaně neutrální. Road Classics není výjimkou a neutrální je úvodní úsek dlouhý 2 kilometry. Šlápnout do pedálů na maximum můžeš ve chvíli, kdy mávne ředitel závodu z auta. Místo ostrého startu je označeno i cedulí.

NEMĚŘENÝ (ALE NUTNÝ) DOJEJD DO LIBERCE

Věříme, že grandiózní finiš oficiální – měřené – části na Ještědu je velkým lákadlem, hlavním zdrojem zážitku. Zároveň ale tento krásný kopec není nafukovací, pro cílové zázemí je příliš skromný. Proto z kapacitních a bezpečnostních důvodů vychází jako nejlepší řešení, aby si cyklisté a cyklistky na vrcholu řádně užili triumfální pocit – vyfotili se, dali si něco dobrého – a pak se pozvolna vydali s kolem dolů, čímž uvolní místo dalším.

Do 16:30 dojedeš k parkovišti Výpřež po uzavřených silnicích. Do centra Liberce už v jakýkoliv čas pokračuješ za provozu se všemi odpovídajícími pravidly. Neboj, trasa je značená a v daném úseku není hustý provoz. I když je ostrý cíl na Ještědu, do Liberce musíš dojet, abys byl/a klasifikován/a.



Ještědské šestero

- 1.** Při cestě na Ještěd už se není na co šetřit.
Tady končí královský segment i měřená část celé trasy.

- 2.** Sem pozvi své fanoušky. A pak si užij atmosféru spolu s mixem únavy a úžasného pocitu, že jsi to zvládl/a.

- 3.** Občerstvi se, poříd' si památeční snímek na fotopointu.

- 4.** Sedni znovu na kolo.

- 5.** Nezávod!
V tuto chvíli jsme už jsou stopky vypnuté, takže zejména úvodní úzkou pasáž sjezdu jed' pomaličku a při kraji. Proti tobě budou stoupat další účastníci a účastnice, kteří/které ještě jedou na čas. Pokud v úseku Ještěd-Ještědka pojeděš nepřiměřenou rychlostí, můžeme tě diskvalifikovat.

- 6.** Dojed' si do zázemí v Liberci pro pamětní tubus s odměnou.



Časový limit a zkratka do zázemí v Liberci

Abys dojel/a do finiše na Ještědu v limitu a neměl/a tak ve výsledcích DNF, je potřeba být na monumentálním vrcholu do **16:30**, což se rovná průměrné rychlosti **17 km/h**.

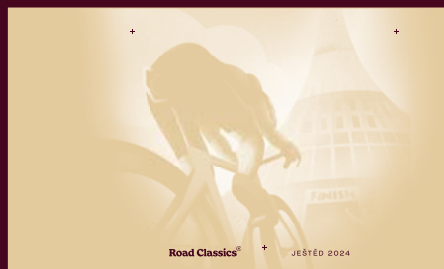
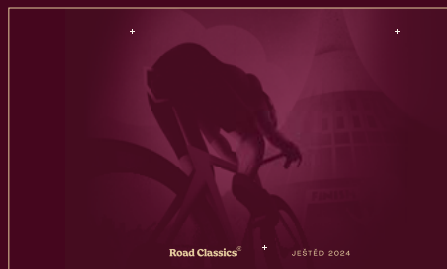
Pokud víš, že nestíháš nebo ti stačí kratší dobrodružství a obejdeš se bez závěrečného stoupání na Ještěd, vydej se do zázemí na **71. kilometru** na kruhovém objezdu u Svárova, části obce Stráž nad Nisou. Tato zkratka je značená, ale už pojedíš za provozu.

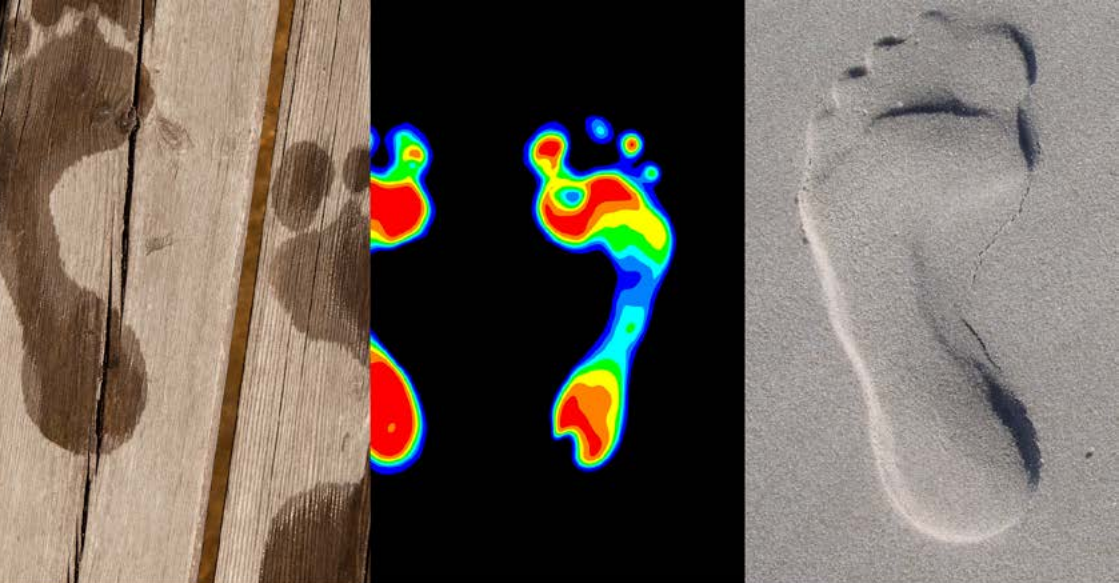
V kolik hodin přibližně budeš na klíčových místech

km od startu	místo	Průměrná rychlost 33 km/h	24 km/h	17 km/h
0,0	náměstí Dr. Ed. Beneše v Liberci – start	10:55	10:55	10:55
8,4	Bedřichov	11:20	11:25	11:35
11,2	Královka – občerstvovačka	11:30	11:40	12:00
18,4	Josefův Důl – začátek segmentu	11:40	11:50	12:10
24,4	pané sektor	11:55	12:10	12:35
26,8	Knajpa – konec segmentu	12:00	12:20	12:45
31,5	Smědava – občerstvovačka	12:05	12:30	12:55
40	Hubertka	12:20	12:45	13:25
55,3	Raspenava – občerstvovačka	12:30	13:20	14:10
67,5	Mníšek – začátek segmentu	12:55	13:35	14:40
69,5	konec segmentu	12:59	13:38	14:45
75,2	Kryštofovo Údolí – občerstvovačka	13:15	13:55	15:15
84	Křížany – začátek segmentu	13:25	14:15	15:40
94,7	Ještěd – konec segmentu a měřené části trasy	13:55	14:55	16:30
107	náměstí Dr. Ed. Beneše v Liberci – definitivní cíl	14:20	15:20	17:00

Startovní čísla

Ve startovním balíčku nalezneš mimo jiné dvakrát startovní číslo. Pokud jedeš závod, má vínové pozadí, pokud švih krémové. Větší umístíš doprostřed na řídítka. Pokud chceš zvýšit šanci na to, aby ti přišly po závodě do e-mailu osobní fotky, nevydej se cestou maximální aerodynamiky a neobmotávej číslo kolem trubky. Menší startovní číslo patří pod sedlo.





**analýza
chodidel
zdarma
v Liberci**

**-30 %
na nákup
online**

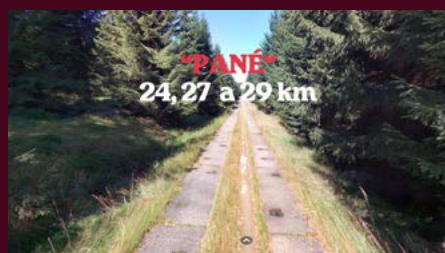
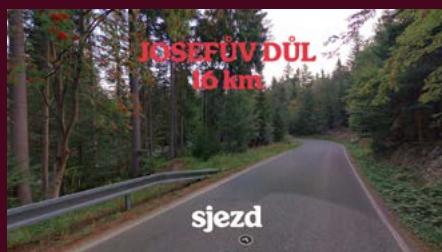
Nechte si změřit svá chodidla a zjistěte, jak zvýšit váš komfort, zabránit potížím s chodidly i celým tělem nebo jak předejít zranění a zlepšit výkon.

Se slevovým kódem
ROADCLASSICS30
nakoupíte na eshopu
www.pedag.cz.
Sleva platí do 30.9.2024.

**pedag®**

Nebezpečná místa

Zakladatelé Road Classics už ví, že naše trasa vedoucí na Ještěd je náročná, ale krásná. Zároveň obnáší několik míst, na kterých je třeba posunout laťku obezřetnosti o něco výše.





Energie na Road Classics od Skupina ČEZ

Netajíme se tím, že kafe a koláč jsou pro nás esencí cyklistiky. Prémiové občerstvení se spoustou slaných i slaných dobrot a kofeinem v porcelánu najdeš na dvou místech: na **Smědavě** a v **Kryštofově Údolí**.



SKUPINA ČEZ



Servis a služby

V zázemí si můžeš nechat umýt kolo, což zajišťuje značka Cyklostar. Lze využít úschovny kol a zavazadel. O servis se stará Ski a Bike Centrum Radotín. Jeho personál bude operovat v zázemí i na trase – můžeš využít mobilní servis i statický na trase.

Pokud máš zakoupený výživový plán od Enervit, nezapomeň si vyvednout balíček na stánku.



V PŘÍPADĚ ZÁVADY VOLEJ:

+420 602 120 437

Nikdo si to nepřejeme. Ale kromě kola se bohužel může „porouchat“ i tělo.



V PŘÍPADĚ POTŘEBY PRVNÍ POMOCI VOLEJ:

+420 725 368 374

ENERVIT
Pro lepší sportovní výkon

C2:1
PRO

DOPLŇ ENERGIÍ NA MAXIMUM

RYCHLÁ ENERGIE ZE SACHARIDŮ

**EFEKTIVNÍ POMĚR
GLUKÓZY A FRUKTÓZY 2:1**

**RŮZNÉ FORMY ENERGIE
(ŽELÉ, ŽELATINKY)**



VYVINUTO S TÝMY
UAE EMIRATES A LIDL-TREK

Výživa pro sportovce

eshop.enervit.cz

Jídlo po závodech

I přes pravidelné občerstvení na trase po doputování do finiše jistě nepohrdneš pořádným jídlem. To si vychutnáš v jídelním stanu v zázemí v Liberci, kde uplatníš voucher ze startovního čísla.

Monumentální tombola

Až dojíš pozávodní jídlo, rozhodně ještě zůstaň na náměstí. Kromě slavnostního vyhlášení máme přichystanou velkolepou tombolu. Každý z účastníků může vyhrát zajímavé ceny, přičemž jedna z nich se vyjímá. Díky partnerství s M1 Project Sport totiž můžeš vyhrát kolo Trek Émonda SL6 v hodnotě **110 000 Kč**. Pro zařazení do soutěže ti nestačí náš běžný lístek do tomboly – musíš se bezplatně přihlásit prostřednictvím on-line formuláře na adrese www.m1project.cz/soutez-o-kolo-s-roadclassics, nebo se v sobotu zastavit na stánku M1 Project Sport v Liberci.





NOVÁ KLASIKA:

3D tištěné sedlo na míru



PADNE JAKO ULITÉ

Optimalizováno unikátním algoritmem a vytištěno jen a pouze pro vaše sedací partie



PROTISKLUZOVÉ

Díky speciální povrchové úpravě zůstanete sedět stále ve správné pozici



OPRAVDOVÁ ÚLEVA

Netlačí na měkké tkáně ani nervová zakončení, podpírá sedací kosti



Fanpointy

Vezeš si s sebou do Liberce podporu? Tak ji nech, aby ti zafandila na startu a pak vyrazila na některý z fanpointů – na Královku, do Kryštofova Údolí a především Ještěd.

Poslední „tribuna“ se bude nacházet mezi tunelem těsně pod vrcholem a cílovou bránou. Jak se nejlépe dostat na Ještěd? Vzhledem k uzavírací doporučujeme auto nechat zaparkované v Liberci. K místu se mohou fanoušci před příjezdem pelotonu výrazně přiblížit autobusovou linkou 79. Jede z Horního Hanychova a doveze vás až na parkoviště Ještědka, ze kterého je to na fanpoint už jen necelý kilometr chůze po červené turistické stezce.

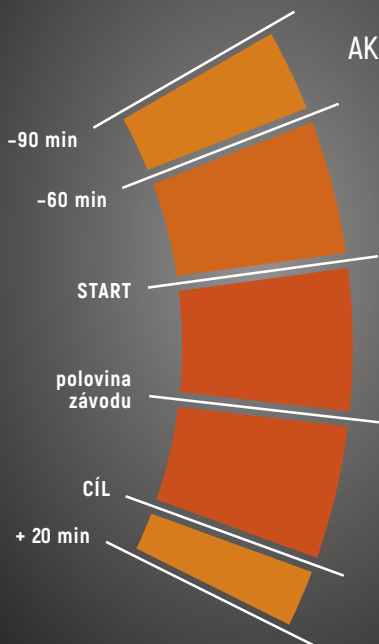
Doporučujeme přijet autobusem, který z Hanychova odjíždí ve **12:25**, případně následujícím spojem s odjezdem ve **13:00**. Cesta na Ještědku trvá **12 minut**. Lanovka Skalka bude v době konání Road Classics mimo provoz.



TRÉNINKOVÝ RÁDCE

pro závodní den

Příprav se správně na závod s tréninkovým a rehabilitačním centrem Alltraining.cz a trenérem profesionálních cyklistů Vojtěchem Beranem. Využij **vedené rozcvičení a rozjetí** pod dohledem trenérů. Začínáme v 9:15 na stánku Alltraining.cz.



AKTIVUJ ORGANISMUS

Rozehřej organismus dynamickým strečinkem a protáhni svaly 10–15minutovou rozcvičkou, udržuj je v teple.

PŘIPRAV TĚLO NA VÝKON

Rozjeď se alespoň 20 minut a připrav se vystupňovanou jízdou na intenzivní závodní výkon, stále udržuj svaly v teple.

INTENZITA 60–80 % maximální TF

NEPŘEPAL ZAČÁTEK

Nenech se strhnout davem a prvních 15 minut absolvuji podle své výkonnosti, pak postupně zvyšuj svůj výkon.

INTENZITA roviny 75–85 % maximální TF
kopce 90–95 % maximální TF

PŘEVOD spíše lehčí, 70–100 otáček/min

STUPŇUJ TEMPO

Pamatuj na lehčí oblečení, ve kterém se nepřehřeješ!

INTENZITA 90–100 % maximální TF

NECH TĚLO ZKLIDNIT

15–20 minut se volně vyjeď a uvolni namožené svaly strečinkem.

INTENZITA 50–60 % maximální TF



ZÍSKEJ 500 KČ A POSUŇ SVŮJ VÝKON NA KOLE!

Zastav se u nás na stánku, objednej se a získej slevu 500 Kč na zátěžový test, který ti umožní zapracovat na tvém fyzickém výkonu. Nebo použij slevu 500 Kč na nastavení posedu, aby tvůj výkon byl přenesen co neefektivněji do pedálů.



NAJDI SPRÁVNÝ POSED

Sportuj na kole zdravě, bez bolesti a s vysokým výkonem! Správný posed pomůže od bolesti kolen, zad a kyčlí. Navíc budeš mít kolo pod kontrolou, budeš se cítit pohodlně a hned tě bude cyklistika víc bavit!



POZNEJ INTENZITU ZATÍŽENÍ

Správnou intenzitu zatížení poznáš pomocí tepové frekvence (TF), individuální hodnoty určí zátěžový test. V oblasti 75–85 % maximální TF tělo vydrží pracovat dlouhé hodiny, páli tuk a funguje ekonomicky. V intenzitě 90–95 % maximální TF je zase nejlepší rozvoj fyzické kondice.



Zakonči monumentální den na afterparty

První plnohodnotná sezona seriálu Road Classics si zaslouží pořádné zakončení. Proto máme pro všechny klasiky nachystanou afterparty po Ještědu. Přijďte si večer 19. října užít skvělou komunitní akci do libereckého **Clubu Warehouse**.

„Mecheche“ s Road Classics začne **v 19 hodin** po konci programu na náměstí Dr. E. Beneše v Liberci.

A na co se můžete těšit?

Afterparty otevře live podcast Ze života v sedle v režii Posedla.

Vyhlásíme celkové vítěze seriálu a oceníme všechny přítomné „Superklasiky“. Tedy naše věrné účastníky, kteří se letos postavili na start Pálavy, Klínovce i Ještědu.

A byla by to špatná afterparty, pokud byste nemohli roztančit více či méně bolavé nohy, které se o pár hodin dříve popasovali s monumentem Road Classics. K tomu je potřeba kvalitní hudba, o kterou se postará DJ.



JAK SE DOSTAT DO CLUBU WAREHOUSE?

Od zázemí Road Classics v centru Liberce je Club Warehouse vzdálený 2 kilometry. Přesnou polohu místa afterparty najdete **TADY**. Pokud si nechočete udělat procházku nebo se nepřemístíte autem, můžete využít MHD. Kousek od náměstí Dr. E. Beneše je páteřní stanice Fügnerova. Tam nastoupíte do tramvaje číslo 3 a za **6 minut** vystoupíte na zastávce Staré Pekárny.

POC

VENTRAL LITE

CYCLING



VENTRAL LITE_

ZLEPŠIT SE O SEKUNDY TRVÁ ROKY

Vyvíjíme produkty, které vás chrání
v extrémních podmínkách a vylepšují
ve vysoce výkonném prostředí.
Vychutnejte si každou získanou vteřinu!

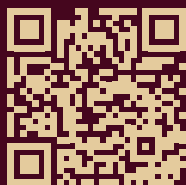
VÍČ INFORMACÍ NA POCSPORTS.COM

POC

Merch Road Classics

Vybav se před startem nebo po projetí finišem merchem Road Classics. V zázemí v Liberci pro tebe pro tebe budou nachystané dresy od značky Bioracer a vybírat můžeš i z lifestyleového merche. A pokud nestihneš nákup na místě, nic se neděje. Máme totiž v provozu oficiální e-shop.

www.fnshp.cz/road-classics/





NA KAŽDÝ KOPEC



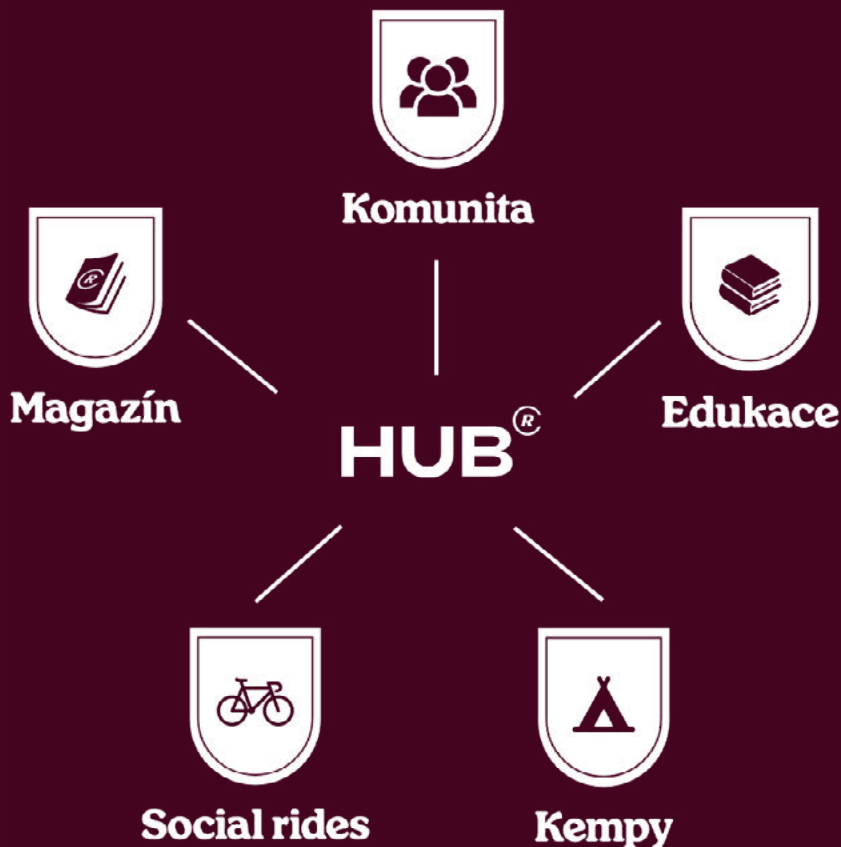
VŠECHNY CESTY
VEDOU DO RADOTÍNA

KOLA-RADOTIN.CZ

Ski a Bike
Centrum Radotín
Na Betonce 114/2, Praha 5

Road Classics Hub

Buď ještě více součástí komunity Road Classics. Pokud potřebuješ rady, tipy na to, s jakými partami a z jakých míst můžeš vyrazit na švih nebo zajímavosti z historie i současnosti profesionální cyklistiky a rozhovory. Vše pro klasiky v jednom virtuálním místě. V Hubu.



roadclassics.cz/hub



Cyklistické signály

Užij si krásný den se silničkou. Ale hlavně opatrně a ohleduplně, protože určitě nechceš zkazit den sobě ani nikomu jinému. Jedeme po uzavřených silnicích, nicméně velmi pravděpodobně se budeš většinu závodu pohybovat v početném balíku. Proto využijvej základních cyklistických signálů, kterými napomůžeš hladkému průběhu.



„Pozor, díra“



„Zpomal“



„Objíždím překážku“



„Pozor, jdu ze sedla“

Cyklistický slang

BALÍK

Slangové označení pro peloton – větší skupinu jezdců.

GRUPETO

Skupina jezdců, která jede mezi posledními v závodě.

ŠROT

Jízda s maximálním nasazením.

PILA

Velmi ostré tempo.

ŘEMESLO

Rovněž velice ostré tempo, často do kopce.

STOJKA

Prudké stoupání, kde se hodí šlapat ze sedla a zvýšit tak záběr v pedálech.

MÁ/NEMÁ NOHY

Cyklista zrovna má/nemá dostatek sil.

PŘESMYK

Zkrácenina přesmykače – součástky, která se používá k řazení mezi malým a velkým převodníkem.

TALÍŘ

Převodník.

HÁK

Jízda ve větrném zákrytu za dalším jezdcem. Díky tomu není potřeba k udržení tempa vynakládat takové úsilí.

TEREZÍN

Formace, kdy závodníci jedou jen po straně silnice z důvodu silného bočního větru. Přestává fungovat výhoda jízdy v háku a startovní pole se dělí.

ČUBAČKA

Pojem instagramera Tomáše Březiny, který tím označuje jakoukoliv jízdu na kole – trénink i závod. Jeho další významné pojmy jsou: krmelec (občerstvení na cestě) a tureček (káva při jízdě).

TREK
FLAGSHIP STORE

M1 PROJECT



**Nemysli
na to.
Zažij to!**

- | Prodejna
- | Servis
- | Půjčovna
- | Testcentrum

m1project.cz

Děkujeme partnerům!

hlavní partneři



oficiální partner



oficiální partner mobility



partneři



hlavní mediální partneři



logistický partner



spolupracujeme



institucionální partneři



mediální partneři

