

**NOVI SAD  
BUSINESS  
RUN** POWERED  
BY **ERSTE**   
Bank

Serbia Business Run  
**NOVI SAD BUSINESS RUN 2018**  
Vodič za učesnike i učesnice

Drage kolegice i kolege, učesnici i partneri,

Prvo izdanje biznis trke u Srbiji održalo se juna 2016. godine kada je trku na 3km u Beogradu **startovalo 300 trkača iz 47 kompanija** koje posluju na teritoriji naše zemlje.



Tri godine kasnije, serija poslovnih trka održava se u Novom Sadu, Kragujevcu, Nišu, Subotici i Beogradu. Organizujemo je sa željom da trčanje i rekreacija ne budu samo privilegija odabranih, nego **tim bilding dostupan svakom zaposlenom u Srbiji**.

Moto naše trke glasi **“WE RUN THIS TOGETHER”** i to je moto svih nas koji ne samo da sa kolegama **radimo zajedno, nego i trčimo zajedno i slavimo sve naše uspehe zajedno**.

Iz mog ličnog iskustva, kada odemo na trčanje, skidamo sva odela, obeležja, uloge, **brige i stresove koje neminovno proživljavamo u ovo vreme**. To je **autentičan trenutak kada smo sami sa sobom na otvorenom**, bez telefona i računara, kada se krećemo i kada to kretanje našeg tela, pokreće našu motivaciju, ciljeve i energiju. I to je ono što želim da svi zajedno osetimo na Serbia Business Run trkama.

Kao i na poslu, **na trčanju nema govora, niti izgovara, ali zato ima sjajnih ljudi i još boljih životnih priča**. Neka Serbia Business Run, bude baš takva priča i za vas.

Želim vam lake noge, dobru trku i još bolju žurku!

Veroljub Zmijanac

Menadžer za trčanje, Atletski Savez Srbije

Inicijator projekta Serbia Business Run

Drage kolege,

U sportu, kao i u biznisu svakog od nas odlikuje velika želja, volja i **vera u sebe kada je potrebno istrajati i stići do cilja koji je pred nama.**

Zato se sa **radošću i velikim entuzijazmom uključujemo i podržavamo** ovu manifestaciju i inicijativu, koja iz godine u godinu okuplja sve veći broj kompanija u Srbiji.



Veoma smo srećni što se gradom širi **pozitivni duh aktivnog života**, koji je zahvatio i poslovnu zajednicu.

Posebno sam ponosan na činjenicu da imamo preko 200 prijavljenih kompanija i što **zaposleni i na ovaj način jačaju timski duh i duh zajedništva.**

Bilo da ste se pripremali za trku ili ne, idealna je prilika da se uključite. **Pet kilometara je distanca koju svako ko je iole aktivan može preći.**

Verujte u sebe, svoje kolege i dolazak do cilja.

Vidimo se na Štrandu!

Slavko Carić, predsednik Izvršnog odbora Erste Banke

# 1-2-3... START

## KRATAK VODIČ ZA UČESNIKE TRKE

Koliko god da smo opušteni, na dan trke će da se javi trema koja može povećati napetost. Da bismo spanjili mogućnost problema, važno je pridržavati se saveta i tačnih koraka koje treba da prođete.

### 1. PREUZMITE STARTNI PAKET.

Preuzimanje startnih brojeva za **NSBR 2018** je na dan trke, u četvrtak **11. oktobra od 12 do 18 časova na Štrandu**. Brojeve za ekipe mogu da preuzmu kapiteni timova ili predstavnici kompanija.

### 2. OKAČITE BROJ.

Broj se kači u predelu stomaka ili grudi na prednjoj strani majice. Niste u obavezi da trčite u majicama koje dobijete u startnom paketu. Molim vas da čip koji se nalazi na poleđini startnog broja ne oštetite savijanjem ili cepanjem broja, jer nam on služi za elektronsko merenje vremena.

### 3. SVLAČIONICA & GARDEROBA.

Ukoliko želite, stvari možete da ostavite u Garderobu. Mi ne garantujemo 100% sigurnost vaših stvari (u 10 godina koliko organizujemo događaje nikada nije desilo da nešto nestane), ipak vas molimo da telefone i vrednije stvari ostavite u kolima ili kod navijača. Na trci su obezbeđene i muška i ženska svlačionica.

### 4. TRKA.

Ili trčimo zabavno ili se trkamo najjače što možemo, ali uvek pazimo na svoju sigurnost i bezbednost drugih trkača oko nas. **Trči se 1 krug**. Staza je obeležena i osigurana redarima. Pre trke ćemo se zagrejati. Ako završite pre vaših kolega, sačekajte ih i bodrite. Biće pića i posle, bez brige.

## **5. ULAZAK U CILJ.**

Kada završite trku, molim vas da nastavite da se krećete lagano kroz ciljnu zonu, kako se ne bi zakucali u vas oni koji utrčavaju posle vas. Na 10 m od cilja dobićete prvu okrepu i medalju. Ne zaboravite da namestite frizuru 50-ak metara pred cilj, jer se na cilju nalaze fotografi, koji će uslikati vašu savršenu finišer fotografiju i buduću Fejsbuk profilku. Na trci važi pravilo - ko ne okači fotografiju na Fejsbuk i Instagram kao da nije ni trčao trku. Ne dozvolite to sebi i tagujte našu stranicu @Serbia Business Run i #serbiabusinessrun #werunthistogether.

## **6. GARDEROBA.**

Ako ste ostavili garderobu pre trke, molim vas da pokažete vaš broj volonterima na garderobi. Garderoba će biti organizovana po starnim brojevima, kako bi smo izbegli gužve i konfuziju. Pratite table sa obeleženim zonama. Radno vreme garderobe je od 18:00 do 21:30.

## **7. KLOPA & PIĆE**

Nakon trke, a pre ili posle vraćanja garderobe poslužite se večerom iz 2 Štapića. Kupon za večeru i piće nalazi se u startnom paketu. Dodatna pića možete kupiti na šankovima.

## **8. KONCERT I ŽURKA.**

Od 20:15 krećemo sa živom svirkom i koncertom. Koncert je otvoren i besplatan za sve vaše prijatelje, kolege i goste.

Uživajte u programu i dobrom provodu!



**ZA VELIKE STVARI  
VREDI SE POTRUDITI.**

**TRČI!**

Sve za trčanje potražite u maloprodajnim objektima INTERSPORT SRBIJA



[www.intersport.rs](http://www.intersport.rs)



IntersportSrbija

SPORT TO THE PEOPLE

 **INTERSPORT®**

# SATNICA

Satnica	Aktivnost
12:00	Početak rada prijavnog centra i preuzimanje startnih paketa
18:00	Početak rada garderobe
19:00	Start trke
20:00	Večera
20:15	Početak koncerta
21:00	Proglašenje pobjednika
23:59	Završetak programa



**Staza - brzih i uzbuljdivih 5 km**

## PRE TRKE

### Lokacija starta

“Novi Sad Business Run Grad” čine statno-ciljna zona (mesto starta trke, EXPO sa sponzorima, garderoba, svlačionice, prva pomoć, šank, bina...) nalazi se na glavnom ulazu u Štrand.

Dužina staze Novi Sad Business Run 2018 je 5 km. Start trke ispred glavnog ulaza na Štrandu. Staza je kružna, trči se u pravcu mosta DUGA, duž Sunčanog keja i nazad. Na stazi će se nalaziti okrepna stanica sa vodom na 2.5 km.

Trkački saobraćaj je sličan kao i automobilski. Trči se desnom stranom, a preticanje je sa leve. Molimo sve trkače koji trče u grupama da obrate pažnju da ne blokiraju celu širinu staze. Staza je vidno obeležena i obezbeđena redarima.

Uvek budite svesni svoje pozicije i ostalih trkača, posebno prilikom starta trke. Startujte trku laganijim tempom i ubrazajte nakon što se prvobitna gužva nakon par stotina metara razide. Pazite gde gazite!

## **Elektronsko merenje vremena**

Trka je čipovana, što znači da će svako od vas dobiti startni broj koji na poleđini ima ugrađen čip. Brojeve ćete zakačiti na majicu zihernadlama koje ćete dobiti u startnom paketu.

Čip meri kada ste prošli startnu odnosno ciljnu liniju. Vaš rezultat je vreme koje se računa od trenutka kada pređete startnu liniju, tako da sekunde koje "izgubite" dok čekate da trkači pre vas krenu, ne ulaze u vaše neto vreme. Pobednik trke je onaj trkač i tim koji bude imao najmanje neto (Chip time) vreme, a ne bruto vreme, tj vreme od oficijalnog pucnja za start trke (Gun time).

## **Startni blokovi - zone**

Start trke biće u 3 zone koje su podeljene trakom i volonterima. Prva zona je zona brzih trkača koji trče 5km za brže od 30 minuta. Druga zona je zona "sporije od 30 minuta", a treća zona je zona za sve koji bi da kombinuju trčanje i hodanje ili bi samo da prošetaju stazu. Zonu birate prema svojim pretpostavljenim vremenima završetka trke.



Zonirani start se uvodi iz tri razloga. Prvi je bezbednosni zbog mogućeg gaženja i saplitanja prilikom preticanja. Drugi razlog je fairplay, sa idejom da sporiji trkači ne usporavaju takmičare koji su zauzeli mesta u zadnjim redovima. Treći razlog je sam doživljaj trke - mnogo je lepše i motivišuće trčati uz ljude koji su vama sličnih mogućnosti, nego sa mnogo bržim ili mnogo sporijim trkačima.

## **Ulazak u cilj trke**

Nakon prolaska kroz cilj, važno je nastaviti sa kretanjem kroz ciljnu zonu, a ne naglo se zaustaviti, jer trkači koji sprintaju u finišu mogu slučajno da nalete na vas i udare vas. U ciljnoj zoni dobićete prvo medalju, a onda i okrepu od naših volontera. Ne zaboravite da isključite vašu stopericu u cilju i da se nasmejete fotografima.

## **Majice timova i startni broj**

Naša preporuka je da za trku nabavite timske majice, da trčite u svojevršnim dresovima vaše firme. Obratite pažnju. Startni broj koji dobijete u startnom paketu se kači na majicu zihernadlom na grudi ili malo ispod, na stomak. Ostaje prostor iznad za brend vaše kompanije koji će biti vidljiv i onda kada je broj okačen.

Startni broj na poleđini ima zalepljen čip kojim ćemo izmeriti vaše vreme. Pazite da ne oštetite ovaj čip savijanjem broja - nećete imati plasmam u rezultatima. Napred je štampan naziv vašeg preduzećai vaše ime i prezime.

## **Promene u timu**

Možete da menjate članove tima, čak i na sam dan trke, ali promene zaključne sa petkom 5. oktobra, će biti evidentorane samo u rezultatima.. Startni brojevi i majice su u izradi. Zato, ako se desi da vam neko iz tima otkáže, neka njegovo mesto zauzme drugi kolega/inica. U startnom paketu dobiće majicu i startni broj prijavljenog kolege.

# U TOKU TRKE

## Okrepna stanica

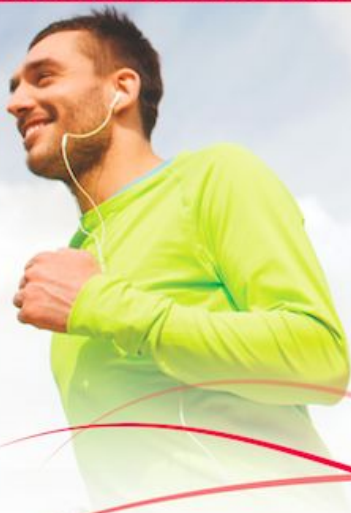
Na 2.5 km trke nalazi se okrepna stanica sa vodom.

## Regularnost takmičenja

Kako je jedan od stubova SBR druženje i timski duh, rezultati nisu na prvom mestu i zato naša pažnja nije na prvom mestu na rang listama. Mnogo važnije nam je da provedemo jedan uzbudljiv dan koji će vas napuniti dobrom energijom. Takmičenje i fair play su ipak važan aspekt trke i zbog toga sledi obaveštenje: Staza će biti vidno obeležena i **svako skretanje sa iste nosi diskvalifikaciju (DSQ)**.

# TAMAN ZA SPORTSKI DAN

Magnetrans daje energiju za sportske aktivnosti i sprečava grčeve u mišićima.



**MAGNETRANS 375 DIRECT JE DOBRO DELO ZA UM I TELO.**

#### Koristan

Magnetrans daje optimalnu dnevnu količinu magnezijuma, važnog za energiju, metabolizam, zaštitu srca i krvnih sudova.



#### Direktan

Magnetrans se uzima bez vode, direktno na jezik, što je veoma praktično i omogućava bolju apsorpciju i iskoristljivost preparata.



#### Ukusan

Magnetrans ima vrlo prijatan i osvežavajući ukus.



Originalna nemačka receptura



[www.magnetrans.rs](http://www.magnetrans.rs)

 **Hemofarm**  
STADA GRUPA

# POSLE TRKE

## Koncert za vas, ali i vaše prijatelje

Odmah nakon trke počinje žurka. Koncert grupe *Justin Case* je otvoren za sve - pozovite kolege i prijatelje da nam se priključe, prvo da navijaju, a onda i da đuskaju.

## Večera i piće

U vašim startnim paketima je 1 kupon za hranu i 1 token za piće. Kupon za hranu koristite za večeru. Dva Štapića nam spremaju specijalni meni za trku. Nakon što potrošite vaše kupone, a ako želite još pića, možete da kupite u kafićima koji će biti otvoreni za vas. Isto mogu uraditi i vaši navijači i prijatelji koji ne trče trku.

## Rezultati trke

Preliminearni rezultati će biti objavljeni u najkraćem roku, već u petak 12. oktobra na stranici [Rezultati](#).

Konačni rezultati biće objavljeni u toku nedelje nakon trke.

# HUMANITARNI ASPEKT TRKE

Organizacija „Čepom do osmeha“ kroz prikupljanje i recikliranje plastičnih čepova **obezbeđuje sredstva i pomaže pri kupovini pomagala za decu sa invaliditetom** ili nekom smetnjom u razvoju.

Pozivamo vas da plastične čepove koje ste prikupili poneseite na trku, gde će se na velikom platnu kreirati originalni mozaik.

Na ovaj način sve kompanije učesnice Serbian Business Run serije poslovnih trka će da se uključe u društveno odgovornu akciju, koja pored pomoći, ima i važnu funkciju buđenja ekološke svesti i edukacije o važnosti reciklaže.

**Akcija Čepom do osmeha** je nastala na inicijativu diplomirane ekološkinje i predsednice Humanitarno ekološke organizacije *Čepom do osmeha* (Udruženje Čepom do osmeha) Vanje Petković iz Novog Sada.

Vanja je tokom svojih studija pokrenula humanitarnu akciju recikliranja čepova sa ciljem prikupljanja sredstava za kupovinu pomagala deci sa invaliditetom ili sa nekom smetnjom u razvoju, kako bi im se olakšala svakodnevnica.



# Partneri trke

## NASLOVNI SPONZOR



## POKROVITELJI



## ZLATNI SPONZORI



## MEDIJSKI PARTNERI



## Kontakt

Telefon: 064 23 99 55 3

Email: [kontakt@serbiabusinessrun.com](mailto:kontakt@serbiabusinessrun.com)

Sajt: [www.serbiabusinessrun.com](http://www.serbiabusinessrun.com)

## Povežimo se!

LinkedIn: [www.linkedin.com/company/serbiabusinessrun/](http://www.linkedin.com/company/serbiabusinessrun/)

Facebook: [www.facebook.com/serbiabusinessrun](http://www.facebook.com/serbiabusinessrun)

Instagram: [www.instagram.com/serbiabusinessrun](http://www.instagram.com/serbiabusinessrun)

## Zvanični hashtag

#serbiabusinessrun #werunthistogether

## O inicijatoru projekta

Serbia Business Run je projekat Beogradskog trkačkog kluba. U BRC-u verujemo da **trčanje ima neverovatnu moć da čoveku donese toliko lepih iskustava i da se to iskustvo lakoće življenja još više deli u grupi**. Klub čine više od **500 članova i članica, Beograđana i Beograđanki starosti od 16 do 66 godina**, koji u trčanju pronalaze način da žive aktivniji i ispunjeniji život.

Deset školovanih trenera sprovode 6 programa koji su prilagođeni za sve nivoe (ne)utreniranosti. Ako hoćete da krenete da trčite priključite nam se u Školi trčanja, a ako ste napredni trkač tu su programi za maraton, trejl (offroad), triatlon i takmičarsko trčanje. Klub je član Atletskog saveza Srbije.

Ukoliko volite da trčite ili hoćete da krenete, svratite u prvi regionalnih trkački centar **“Runners Hub Beograd powered by PUSH”** na Dorćolu, u ulici Tadeuša Košćuška 78.

www.erstebank.rs Erste telefon: 0800 201 201, 060 48 48 000

Našoj zemlji su potrebni  
ljudi koji nikada ne odustaju.  
I banka koja veruje u njih.

**ERSTE**   
Bank

#verujusebe