



**MAGYAR EVEZŐS
SZÖVETSÉG**

ALAPÍTVÁ: 1893



VIII. Budapesti Evezős Triatlon

Versenykiírás



VIII. BUDAPESTI EVEZŐS TRIATLON VERSENY

A verseny időpontja:	2022. november 26. (szombat), 9:00 (A verseny várható befejezése kb. 16.00 óra.)
Nevezési határidő:	2022. november 18. (péntek) 15:00, az e-regatta rendszeren keresztül
Versenytanács ülés:	2022. november 26. 8:30 óra, Danubius NHE klubhelyiségében
A verseny helyszíne:	Danubius Nemzeti Hajós Egylet evezősháza 1007 Budapest, Margit-sziget, Művész sétány állatkert felőli vége.
Megközelíthetőség:	A Margit-szigetre az autóval való behajtás tilos, ezért a Margit-, vagy Árpád-híd felől 26-os busszal „Park mozi köz” megállónál kell leszállni, ahol a főútra merőleges sétányon ~2' gyalog a pesti Duna ág parton lévő klubházig.
A verseny rendezője:	Danubius Nemzeti Hajós Egylet/ Magyar Evezős Szövetség
A verseny koordinátora:	Ficsor László, +36-30-747-4080
Versenybírószám elnöke:	Szántó Éva
Verseny orvos:	Dr. Kovács Endre
Nevezés igazolt sportolóknak:	https://nevezes.hunrowing.hu/
Nevezés nem igazolt sportolóknak:	Megadott nyomtatványon a laszloficsor@danubiusnhe.com e-mail címre küldve.
Nevezési határidő:	2022. november 19. (szombat)
Nevezési díj:	Sport XXI korosztálynak nincs. Serdülő-, ifjúsági-, és felnőtt korosztálynak 600Ft/fő!

Igazolások, megjegyzések:

A nem e-regattán nevező résztvevők kötelesek magukat személyi igazolványukkal/tagsági könyvükkel azonosítani.

Sportorvosi engedély csak az igazolt versenyzők számára előírás, a nem igazoltaknak a versenyen az iskolaorvosi igazolás is elegendő.

A verseny célja:

- Versenyzési lehetőség biztosítása a vízi versenyek befejeződésével, azokban a kiegészítő sportágakban melyek az evezősök felkészülése szempontjából meghatározó jelentőségűek.
- Az evezős mozgást még nem kellőképpen elsajátító kezdő sportolók számára versenyzési lehetőség biztosítása.
- Képességfelmérés.
- Utánpótlás korcsoportú sportolók sokoldalú képzésének ösztönzése.
- Az állóképességet fejlesztő, hosszú, tartós edzések monotonitásának oldása.

Díjazás:

Korosztályonként, nemenként az összesített időeredmények alapján az első három helyezett éremdíjazásban részesül, ezen felül a győzteseket kupával is díjazzuk.

Versenyszámok:

1. Leány 11 éves (2011. évben születettek, vagy fiatalabbak)
2. Fiú 11 éves (2011. évben születettek, vagy fiatalabbak)
3. Leány 12 éves (2010. évben születettek)
4. Fiú 12 éves (2010. évben születettek)
5. Leány 13 éves (2009. évben születettek)
6. Fiú 13 éves (2009. évben születettek)
7. Leány 14 éves (2008. évben születettek)
8. Fiú 14 éves (2008. évben születettek)
9. Serdülő leány 15 éves (2007. évben születettek)
10. Serdülő fiú 15 éves (2007. évben születettek)
11. Serdülő leány 16 éves (2006. évben születettek)
12. Serdülő fiú 16 éves (2006. évben születettek)
13. Ifjúsági leány (2004.-2005. évben születettek)
14. Ifjúsági fiú (2004.-2005. évben születettek)
15. Felnőtt nő nyílt kategória
16. Felnőtt férfi nyílt kategória

A versenytávok:

1. 2000m evezős ergométer (A Danubius NHE klubházában)
2. 5200m futás (Margit sziget kör, rekortán futópálya)
3. Utánpótlásnak 400m, felnőtteknek 600m úszás (A Hajós Alfréd uszodában, szabadon választott úszásnemben)

A verseny menete:

Reggel a Danubius NHE klubházában gyülekeznek a versenyzők és kísérőik. A megbeszélést követően a klubházban kezdődik a verseny az evezős ergométeres számmal. Az ergométeres táv teljesítését követően egyből innen indul a futás a Margit sziget rekortán pályás körén a klubházig (ergométer + futás, első részidő). A futást követően a versenyzők együtt átsétálnak a Hajós Alfréd uszodába, ott átöltöznek, majd az úszótáv teljesítésével befejeződik a verseny (ergo+futás+úszás összidő).

A verseny rövid leírása:

- **Indítás:** 20 versenyző rajtol egy időben. 15 perc különbséggel indul a következő 20 versenyző.
- **Öltözés:** Az ergométer és futás közötti versenyidőbe beleszámít. Úszáshoz, úszóruházatot, úszószemüveget, úszósapkát, papucsot, törölközőt, mindenki hozzon magával.
- **Időmérés:** Az ergométer + futás részidő, + úszás részidő össz ideje az alapja a helyezésnek.
- **Eredményhirdetés:** a versenyt követően a Danubius NHE klubhelyiségében történik.

Megjegyzés:

Az úszás versenyszámnál az edzők, versenybírók belépését a versenyrendező biztosítja, azonban a kísérő szülők, hozzátartozók csak látogatói jegy megvásárlásával tudják az úszóversenyeket megtekinteni!

A versenyhez a rendezők eredményes felkészülést, és sok sikert kívánnak!

