

## Versenykiírás

### Sport XXI. Őszi Duetlon

2024.12.15. Győr

A verseny célja a Sport XXI. programhoz kapcsolódva, az evezős sportág utánpótlás sportolójának általános fizikai adottságainak fejlesztése, továbbá változatos versenyzési lehetőség biztosítása.

Részvevők: A versenyen részt vehetnek a Magyar Evezős Szövetség tagszervezeteinek érvényes sportorvosi engedéllyel rendelkező igazolt sportolói.

Nevezés: e-Regatta <https://nevezes.hunrowing.hu/>

Nevezési díj: nincs

Nevezési határidő: 2024.12.06. 18:00 óra

Pótnevezés: Lehetséges

Versenytanácsülés: 2024.12.15. (vasárnap) 8.45 óra, Győri Atlétikai Club tanmedence

Verseny kezdete, helyszíne: 2024.12.15. (vasárnap) 9.30

Versenytáv: minden korosztálynak 3000 méter ergométer, 3000 méter futás

Elérhetőség: Nagy Gábor +36702272309, [nagygabci@gmail.com](mailto:nagygabci@gmail.com)

Korcsoportok:

- T1 fiú-lány (2013-2014. évben születettek)
- T2 fiú-lány (2012. évben születettek)
- T3 fiú-lány (2011. évben születettek)
- T4 fiú-lány (2010. évben születettek)
- SzS (Szabadidős Serdülő) fiú-lány (2009-2008. évben születettek)

Értékelés: egyéni összesített időeredmény (ergométer + futás) alapján. A két feladat végrehajtása során elért összesített időeredmény alapján alakul ki a korcsoportonként és nemenként időeredmény. Holtverseny esetén a jobb ergométeres részidő dönt.

Díjazás:

- egyéni verseny: 1-3. hely érem díjazásban részesül
- csapatverseny: korosztályonként és nemenként a nevező klubok legjobb 3 helyezettjének összideje alapján.

Lebonyolítás:

Az első futam 9.30 órakor kezdődik. Az ergométer a Győri Atlétikai Club hangárai előtt, vagy rossz idő esetén a tanmedencében kerül lebonyolításra (ergométereket a szervezők biztosítják).

A futás a Mosoni- Duna partján betonos sétányon zajlik, ahová csoportokban, vonulnak a versenyzők. A forduló 1500 méternél van.

Eredményhirdetés a versenyt követően, a Győri Atlétikai Club udvarán rossz idő esetén, a tanmedencében kerül lebonyolításra.

Versenyszámok:

1. Futam: T1 lány

2. Futam: T1 fiú

3. Futam: T2 lány

4. Futam: T2 fiú

5. Futam: T3 lány

6. Futam: T3 fiú

7. Futam: T4 lány

8. Futam: T4 fiú

9. Futam: SzS lány

10. Futam SzS fiú

Egyéb:

A versenyre nem kell a kluboknak ergométert hozni, de a bemelegítéshez, ha szeretnének akkor ahhoz hozzanak maguknak. (A bemelegítéshez 20 spinning rendelkezésre áll!)