

Téli Evezős Ergo Challenge

Január 1-31.



Csatlakozz a Magyar Evezős Szövetség Téli Ergo Kihívásához!

Állítsd össze a csapatod, és csatlakozz a **Concept2 Virtual Team Challenge**-hez, amely egy nemzetközi evezős ergométeres kihívás!

A verseny időpontja: **2025. január 1-31.**

Hozd ki magadból és csapatodból a legtöbbet az év leghidegebb időszakában! Ez a kihívás nemcsak az egyéni teljesítményedről, hanem a közösségről és az összefogásról szól. Lépjetek be a versenybe, evezetek minél több métert, és mutassátok meg, hogy ti vagytok a legjobbak!

Hogyan vehetsz részt?

1. Állítsd össze a csapatod!

- **4 fős csapatokat** várunk, legyen az fiú, lány vagy vegyes csapat.
- Vegyes csapat esetén a tagok legalább 50%-ának lányoknak kell lennie.

2. Kategóriák és korosztályok:

A csapatok az **átlagéletkoruk** alapján kerülnek besorolásra az alábbi kategóriákba:

- 14 év alattiak
- 15–18 év
- 19–27 év
- 28–50 év
- 51-65 év
- 65 év felett

- **Nincs külön szabadidős kategória** – minden résztvevő egyenlő esélyekkel indul a kihívásban.
-

A kihívás teljesítéséhez a csapat minden tagjának az alábbi távokat kell teljesítenie egy hónap alatt:

- **14 év alatt:** 50 km
- **15–18 év:** 100 km
- **19–27 év:** 150 km
- **28–50 év:** 100 km
- **51–65 év:** 100 km
- **65 év felett:** 50 km

Teljesítsd az előírt távot, hogy tiéd legyen az egyedi **rowing supporter pótlók** egyike! Ne feledjétek, hogy nem csak a kihívás teljesítése számít! A legjobb csapatok, akik a legtöbb kilométert gyűjtik, elnyerik a megérdemelt érmeiket! Az érmeik az **Evezős Ergométeres Országos Bajnokságon** kerülnek átadásra.

Fontos tudnivalók

Rögzítsd a mért adatokat a **Concept2 fiókod logbookjában**. Ezzel biztosíthatod, hogy a rendszer figyelembe vegye a teljesítményed. Ha valamilyen adat nem kerül rögzítésre, akkor sajnos nem fog számítani a teljesítményed a versenyben. A **január 1-31.** között Concept2 ergométeren lehúzott minden méter számít.

Használd ezt a linket <https://log.concept2.com/partners> és vedd fel Training Partnernek a **Magyar Evezős Szövetség Ergo Challenge**-et. Így folyamatosan tudjuk követni az eredményeiteket és a verseny állását. Illetve küldd el a csapatod nevét és tagjait a foldeak.kata@hunrowing.hu email címre.



LOG HISTORY RANKINGS RANKED WORKOUTS CHALLENGES TEAMS TRAI

Magyar Evezős Szövetség Ergo Challenge

Logbook ID: 2460027

Magyar Evezős Szövetség Ergo Challenge

[Edit Profile](#)

Age: 64
Country: Hungary
Email: foldeak.kata@hunrowing.hu
Logbook ID: 2460027
Member since: November 19, 2024

Hogyan tudsz csatlakozni a kihíváshoz? Megmutatjuk lépésről lépésre!



Regisztrálj a Concept2 weboldalán!

Először is, szükséged lesz egy Concept2 fiókra, hogy csatlakozhass a kihíváshoz. Ha még nincs fiókod, látogass el a <https://log.concept2.com/signup> weboldalra és hozz létre egyet. Ha már rendelkezel fiókkal, jelentkezz be!

Miután regisztráltál, lépj be a fiókodba!

Keresd meg a <https://log.concept2.com/team> oldalt.

Itt hozhatsz létre saját csapatot.

Ha szeretnél csatlakozni egy meglévő csapathoz, kérd meg a csapat vezetőjét, hogy küldje el a csapat nevét vagy meghívót, amit fel tudsz használni a csatlakozáshoz.

Csapat létrehozása:

- Kattints a **Teams** menüpontra, majd válaszd a **Create a team** opciót.
<https://log.concept2.com/team/create>
- Add meg a szükséges információkat:
 - **Csapat neve**
 - **Csapat típusa** (Nyílt csapat vagy Zárt csapat?)
- Kattints a **Create Team** gombra.
- **Tagok hozzáadása:**
- Ha a csapat nyílt, bárki csatlakozhat. Ha zárt, akkor csak meghívóval csatlakozhatnak a tagok.
- Ha valaki nem rendelkezik Online Logbook fiókkal, akkor a **Create user** gombra kattintva hozhatsz létre fiókot számukra, és ők is csatlakozhatnak a csapathoz.
- A csapattagoknak csatlakozniuk kell a kihíváshoz a **Team Challenge** szekcióban, győződj meg róla, hogy jelentkezel a **Virtual Team Challenge** kihívásra.

<https://log.concept2.com/challenges/vtc>

Fontos határidők:

- **Január 1.** Indul a kihívás, létrejöttek a csapatok, elkezdődik az adatok felvitele.
- **Január 16., 23:59:** Eddig a határidőig minden csapattagnak csatlakoznia kell a csapathoz, és jeleznie kell, hogy részt vesz a kihívásban.
- **Január 31., 23:59:** Ekkor zárul a kihívás, és az utolsó adatokat is ekkor kell rögzíteni.

