





Versenykiírás

VII. Mohácsi evezős utánpótlás, serdülő, ifjúsági triatlon

(futás, ergométer, úszás)

2019. december 01., vasárnap 9:00

Versenytanácsülés : 2019.12.01. 8:45 uszoda

A verseny helyszíne: Mohácsi Uszoda, 7700 Mohács, Felszabadulás u.1

A verseny rendezője: Mohácsi Torna Egylet 1888 Evezős szakosztály

A verseny koordinátora : Téglás József 20-583-2134

Versenybírószám elnöke: Kerekes Kornél

Nevezés:

- A résztvevők száma korlátozott. Kérjük, egyeztessenek a szervezőkkel!
- E-mailben vagy telefonon: joskateglas@gmail.com 20/583-2134
- jelentkezési határidő: 2019.11.16.

Nevezési díj: nincs

Igazolások:

A résztvevők kötelesek magukat diákigazolványukkal, vagy tagsági könyvükkel azonosítani. Sportorvosi engedély csak az igazolt versenyzők számára előírás, a nem igazoltaknak a versenyen az iskolaorvosi igazolás is elegendő. Kérjük TAJ kártyájukat(másolatát, számát) is hozzák magukkal a sportolók.

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 és minden sportoló oklevelet kap.

Versenyszámok:

- 1.Fiú 10 éves (2009. évben születettek, vagy fiatalabbak)
- 2.Leány 10 éves (2009. évben születettek, vagy fiatalabbak)
- 3.Fiú 11 éves (2008. évben születettek)
- 4.Leány 11 éves (2008. évben születettek)
- 5.Fiú 12 éves (2007. évben születettek)
6. Leány 12 éves (2007. évben születettek)
7. Fiú 13 éves (2006. évben születettek)
8. Leány 13 éves (2006. évben születettek)
9. Fiú 14 éves (2005. évben születettek)
10. Leány 14 éves (2005. évben születettek)

11. Serdülő fiú 15 éves (2004. évben születettek)
12. Serdülő leány 15 éves (2004. évben születettek)
13. Serdülő fiú 16 éves (2003. évben születettek)
14. Serdülő leány 16 éves (2003. évben születettek)
15. Ifjúsági fiú (2001-2002. évben születettek)
16. Ifjúsági leány (2001-2002. évben születettek)

A versenytávok:

1. 2000m evezős ergométer concept II. szintidő: 14'
2. 4800m futás. két kör a kijelölt pályán, szintidő: 28'
(2200m a 2010 után születetteknek)
3. 396m úszás, szabadon választott úszásnemben történik **6 kör** a medencében szintidő: 18'

A verseny rövid leírása:

-Indítás:

A versenyzők 5 fős csoportokban indulnak 15 percenként.

Az ergométer számmal indul a verseny. Az ergométeres táv teljesítését követően innen indul a futás a Duna part alsó sétányán kijelölt pályán, forgalomtól elzárt sík terepen. A versenyzőknek 2 kört kell megtenniük és visszatérnek az uszodába. Itt történik az átváltás, majd az úszótáv teljesítésével fejeződik be a verseny.

Az uszodában a versenyzőket számozott úszósapkával látunk el.

-Öltözés:

A versenyidőbe beleszámít. Mindenkinek külön öltözőszekrény van biztosítva névvel ellátva. Papucsot, törölközőt, mindenki hozzon magával.

-Időmérés:

Az ergométer kezdetétől az úszás végéig, s ez az alapja a helyezésnek!

Eredményhirdetés : A Mohácsi Torna Egylet Evezős szakosztály klubhelyiségében történik.

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!