

# Versenykiírás

Mohácsi evezős utánpótlás triatlon

(futás, ergometer, úszás)

2014. március 16. vasárnap 9:00

## **A verseny célja**

A téli felkészülési időszak megkezdésekor és lezárásakor december és március hónapban felmérni és összehasonlítani a fiatal sportolók ( 2000-2005 születési évig ) állóképességét, taktikai és erőbeosztási képességét.

## **A verseny szervezője**

A Mohácsi Torna Egylet evezős szakosztályának vezetése és edzői.

Főszervező/kapcsolattartó:Téglás József, utánpótlás edző.

Elérhetőségek: 20/583-2134

joskateglas@gmail.com

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

Reggel a mohácsi városi uszodában gyülekeznek a versenyzők és kísérőik. A megbeszélést követően a mohácsi Duna-parton kezdődik a verseny a futószámmal. A futás innen indul a dunaparti sétányon forgalomtól elzárt sík terepen, befutója az uszoda evezős tanmedencéje előtt van. A tanmedencében vannak az ergométerek, amelyeken az evezős távot húzzák, ezt követően pedig befejező számként az úszás zárja a versenyt.

## **A versenytávok:**

1. 4800m futás. (két kör a kijelölt pályán, szintidő: 28')
2. 2000m evezős ergométer concept II.(szintidő: 14')
3. 396m mellúszás (6 kör a 33méteres uszodában, szintidő: 18')

## **A verseny rövid leírása:**

-**Indítás:** 5 versenyző rajtol egyidőben. 15 perc különbséggel indul a következő 5 versenyző.

- **Öltözés:** A versenyidőbe beleszámít. Mindenkinek külön öltözőszekrény van biztosítva. Úszósapkát, papucsot, törölközőt, mindenki hozzon magával.

-**Időmérés:** A futószám kezdetétől az úszás végéig eltelt összidő az alapja a helyezésnek.

-**Díjazás:** az összidő és a születési év alapján történik. Az első három helyezett éremben részesül.

-**Eredményhirdetés:** a csónakház klubhelyiségében történik.

-**Orvosi felügyelet:** az uszodában biztosított.

## **Jelentkezés:**

- A résztvevők száma korlátozott. Kérjük, egyeztessenek a szervezőkkel!

- E-mailben vagy telefonon: [joskateglas@gmail.com](mailto:joskateglas@gmail.com) 20/583-2134

- jelentkezési határidő: 2014.02.28-ig

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják.