

Versenykiírás

Mohácsi evezős utánpótlás, serdülő, ifjúsági triatlon

(futás, ergometer, úszás)

2015. december 13. vasárnap 9:00

A verseny célja

A téli felkészülési időszak megkezdésekor és lezárásakor december hónapban felmérni és összehasonlítani a fiatal sportolók állóképességét, taktikai és erőbeosztási képességét.

(1997-2005 évi születésű versenyzők)

Versenyszámok:

1. Fiú 12 éves (2003. évben születettek, vagy fiatalabbak)
2. Leány 12 éves (2003. évben születettek, vagy fiatalabbak)
3. Fiú 13 éves (2002. évben születettek)
4. Leány 13 éves (2002. évben születettek)
5. Fiú 14 éves (2001. évben születettek)
6. Leány 14 éves (2001. évben születettek)
7. Serdülő fiú 15 éves (2000. évben születettek)
8. Serdülő leány 15 éves (2000. évben születettek)
9. Serdülő fiú 16 éves (1999. évben születettek)
10. Serdülő leány 16 éves (1999. évben születettek)
11. Ifjúsági fiú (1998.-1997. évben születettek)

A verseny szervezője

A Mohácsi Torna Egylet, evezős szakosztályának vezetése és edzői.

Főszervező/kapcsolattartó: Téglás József, utánpótlásedző.

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 Duna-parti 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 egy időben. 15 perc különbséggel indul a következő 5 versenyző.

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

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

- **Díjazás:** az összes idő 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 20/583-2134

- jelentkezési határidő: 2015.11.27-ig

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják.