**SZAKASZOS AQUATLON FELKÉSZÜLÉSI VERSENY!**

**(versenykiírás)**

SZÁZHALOMBATTA

2016. március 06.

 14 ÓRA, KISS LÁSZLÓ SPORTUSZODA

A verseny rendezője a Százhalombattai VUK SE

(A verseny célja az alapozás eredményességének felmérése, főleg úszás tekintetében)

Díjazás: Korcsoportonként az első 6 oklevélben részesül. Az első három éremben.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| KORCSOPORTOK |  | VERSENYTÁVOK |
|  | Úszás | Futás |
| Picik | 2009 és fiatalabb |  | 50 méter | 500 méter |
| Mini | 2007 – 2008 |  | 50 méter | 500 méter |
| Újonc | 2005 – 2006 |  | 100 méter | 800 méter (1 kör) |
| Gyermek  | 2003 – 2004 |  | 200 méter | 1.600 méter (2 kör) |
| Serdülő | 2001 – 2002 |  | 400 méter | 1.600 méter (2 kör) |
| Ifi | 1999 – 2000 |  | 400 méter | 2.400 méter (3 kör) |
| Junior | 1997 – 1998 |  | 400 méter | 2.400 méter (3 kör) |
| Felnőtt | 1975 – 1996 |  | 400 méter | 2.400 méter (3 kör) |
| Senior | 1974 és idősebb |  | 400 méter | 2.400 méter (3 kör) |

Az **úszás** 25m-es feszített víztükrű medencében lesz lebonyolítva, elektronikus időméréssel.

Egy versenyző úszik egy pályán.

A beütő panel használatára fel kell hívni a versenyzők figyelmét. Az elektronikus időt vesszük elsősorban figyelembe. Csak a panel meghibásodása esetén használjuk a kézzel mért eredményeket.

Az uszodában papucs használata kötelező!

A **futás** az uszoda környékén az első két korcsoportnak fordítóval egyenes vonalú pályán a többi korcsoportnak 800 m-es körpályán lesz bonyolítva. A futás tömegrajtos.

**A verseny nevezési díja** Előnevezés: 1500 Ft/fő aquatlon ,500 Ft./ fő/ rajt úszás.

 Helyszíni nevezés: 2000 Ft/ fő aquatlon, 1000 Ft./fő/rajt úszás

Előnevezés: a mellékelt nevezési lapon, március 2.-ig, helyszíni nevezés a verseny napján az aulában 12.30-13.30 óráig.

A nevezésben kérjük feltüntetni az aquatlon korcsoportot (születési idővel) és azokat az úszótávokat melyekben a sportoló még elindul. (Példa: Kovács István 2001 úszás: 50-100-200)

A versenyen az aquatlon versenyen indulók, vehetnek részt az úszás teszteken is. Csak úszás teszt lehetőséget nem biztosítunk.

Az úszásban lehetőséget biztosítunk a versenyzőknek, csapatoknak felmérni a felkészülési fázisnak megfelelő állapotot. Mindenki elindulhat, minden úszótávon az eredményeik megjelennek a jegyzőkönyvekben, de külön nem kerülnek értékelésre.

AZ AQUATLON VERSENY EREDMÉNYÉT HÍRDETJÜK KI!

 Az első 250 Aquatlon nevezést tudjuk fogadni.

 A versenyen mindenki a saját felelősségére indul!

 A győztes az a versenyző, aki az úszást és a futást a legrövidebb idő alatt teljesíti.

 A két versenyszám között a versenyzők az uszoda öltözőjében öltözhetnek át.

 Az időrendet a nevezések számától a mezőnyök nagyságától függően készítjük el, és a verseny helyszínén függesztjük ki.

 Az úszást az 50 m es számmal kezdjük, a futambeosztást a nevezés lezárása után várhatóan 1 órán belül kihelyezzük.

Várjuk az előző aquatlon versenyen felmérteket és természetesen szeretettel várjuk az újabb versenyzők nevezését is.

Információ: Kelemen Viktor Tel.: 06/70 411-3828, email.: vuknevezes@gmail.com Az előnevezéseket erre az e-mail címre várom. (Sokat segítesz, ha előnevezel! Köszönöm! Viktor!)

|  |
| --- |
| **IDŐREND! TERV!!!!!!** |
|  |  |
| 13:30 | BEMELEGÍTÉS |
| 13:50 | MEGNYITÓ |
|  |  |
| 14:00 | MINI FUTÁS RAJT |
| 14:10 | ÚJONC FUTÁS RAJT |
| 14:30 | GYERMEK FUTÁS RAJT |
| 14:50 | SERDÜLŐ- FUTÁS RAJT |
| 15:10 | IFI-JUNIOR FELNŐTT-SENIOR FUTÁS RAJT  |
|  |  |
| 15:40 | úszás rajt  |
|  |  |
|  AQUATLON EREDMÉNYHIRDETÉS |