

VII. NYÍLT HEGYIFUTÓ MAGYAR BAJNOKSÁG

2015. július 19., vasárnap 11:00

Versenyközpont: Parádfürdői Ifjúsági Tábor, 3244 Parádfürdő, Sándorrét

illetve Mátraháza, Veronika-rét (a rövid távra aznap érkezőknek)

A verseny célja: Magyarország legjobb hegyifutóinak megtalálása férfiak és nők, ifjak és szeniorok között. A verseny Magyarország Hegyifutó Bajnoksága. Nyílt kategóriákban minden természetet és terepfutást kedvelő induló részt vehet.

Rendezők: Magyar Atlétikai Szövetség Hegyi- és Terepfutó Bizottság, Futapest Klub

Versenyigazgató: Koren Tamás

Versenybíróság elnöke: Berendi Antal

Technikai vezető: Gerlei Tamás

Titkár: Hakkel Tünde

Az Országos bajnokság futamai:

TÁV	KATEGÓRIA	TÁV	KATEGÓRIA
<u>3.4 km</u> <u>szint +290 m / -</u> <u>45 m</u>	U20 leány (15 - 19 év)	<u>10.1 km</u> <u>szint +870 m / -</u> <u>95 m</u>	U20 fiú (15 - 19 év) Felnőtt nő / férfi (20 - 39) Szenior nő / férfi (35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75-79, 80+)

A 15-19 éves junior lányok (U20) választhatják a felnőtt kategóriát, de csak abban a kategóriában lesznek értékelve, ahová neveztek.

Szenior Hegyifutó Országos Bajnokság:

Szenior kategóriákban - a fent megadott korosztályokban - Magyarország Hegyifutó Bajnoka címet hirdetünk egyéniben (itt is leigazolt versenyzőnek kell lenni), ők automatikusan beleszámítanak a felnőtt kategóriába is!

Csapatverseny:

A felnőtt és az U20 korosztályban csapatversenyt hirdetünk. Egy csapatban az első 3 legjobb helyezett eredménye számít.

A férfiak esetében a csapatot csak egyazon korosztály tagjai alkothatják, a nőknél az azonos távon induló versenyzők korosztálytól függetlenül alkotnak csapatot.

Vegyes csapatok nem indulhatnak, csak a MASZ egyazon tagesületébe tartozó atléták alkothatnak csapatot.

Az országos bajnokságban azon egyesületek és szakosztályok tagjai indulhatnak, melyek tagjai a Magyar Atlétikai Szövetségnek (MASZ).

A nyílt futamok (Futapest verseny) korcsoportjai (női és férfi):

10.1 km: -19, 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70- év

3.4 km: -10, 11-14, 15-19, 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70- év

Sífelvonó futás (300 m előre, 80 m felfelé): nincs korcsoport

A nyílt futamok eredményei beszámítanak a multiNavigátor Hegyifutó Kupasorozatba.

A nyílt futamok eredményeit a Futapest éves pontversenyben **dupla pontszámmal** vesszük figyelembe!

Rajt időpont: 11:00 óra, tömegrajt: mindenki egyszerre rajtol, azonos rajtidővel.

Sífelvonó futás: 13:30 óra

Nevezés:

A versenyen csak előnevezéssel lehet indulni. Előnevezés: 2015/07/15, szerda 24:00-ig. Akik előneveztek

A rövid távra maximum 160 fő, a hosszú távra maximum 240 fő nevezését fogadjuk el.

Az Országos Bajnokságra nevezésnél az egyesület megadása kötelező. Az előnevezés abban az esetben érvényes, ha a nevezési díj a Futapest bankszámlájára 2015. július 17-ig megérkezik, vagy valamelyik Futapest versenyen készpénzben befizetik.

Nevezési díj: Felnőtteknek: 2000,- Ft; diákoknak/U20: 1000,- Ft
Fogyatékkal élőknek 50% kedvezmény, Futapest klubtagoknak ingyenes
Sífelvonó futás a más távokra nevezetteknek ingyenes, egyébként 500,- Ft

Átutalási adatok:

Számlatulajdonos: Futapest Klub Egyesület

Számlaszám: Erste Bank, 11600006-00000000-60043782

Közleményben: név, egyesület, versenyszám, számlázási név és cím, illetve ha több versenyzőt nevezel, akkor összesítő adat: hány diák, hány felnőtt, és email-ben (lehetőleg csatolt Excel fájlban) részletezni a versenyzők adatait

Díjazás: A Magyar Bajnokság egyéni és csapat 1. helyezettjei elnyerik a Magyarország Hegyifutó Bajnoka címet, az 1-3. helyezettek a MASZ egyedi bajnoki érmeit kapják.

A nyílt futamok dobogósai a Futapest klub érmeit és ajándékait kapják.

Időtábla

2015. július 19., vasárnap

7:45 menetrend szerinti Volán busz indulása Budapest, Stadion busz pályaudvarról Parádfürdőre és Mátraházára

8:15 menetrend szerinti Volán busz indulása Budapest, Stadion busz pályaudvarról Mátraházára

9:00 - 10:30 rajtszámok átvétele a parádfürdői versenyközpontban, vagy a rövidtáv rajtjában (Mátraháza, Veronika-rét)

Kékestetőre küldendő csomagok leadása Parádfürdőn

9:55 menetrend szerinti Volán busz indulása Parádfürdő buszmegállóból Mátraházára (a rövidtávhoz)

11:00 rajt, egyszerre két helyszínen:

hosszú táv: Parádfürdő, Mária-képoszlop

rövid táv: Mátraháza, Veronika-rét (Déli sípálya alja)

12:00 - 14:00 ebédszünet (pl. Tető önkiszolgáló étterem)

13:30 Sífelvonó futás rajtja

14:00 eredményhirdetés Kékestetőn

14:58 menetrend szerinti Volán busz indulása Mátraháza busz megállóból Parádfürdőre

15:00 külön busz indulása Kékestető, nagy parkolóból Parádfürdőre

15:43 menetrend szerinti Volán busz indulása Mátraháza busz megállóból Budapestre

Térképek:

Áttekintő térkép

Hosszú táv a futoterkep.hu-n Hosszú táv a Google Föld-höz Hosszú táv magassági vonalvezetés

Rövid táv a futoterkep.hu-n Rövid táv a Google Föld-höz Rövid táv magassági vonalvezetés

Egyéb tudnivalók:

A Bajnokságban csak a Magyar Atlétikai Szövetség új rendszerében (<http://mir.masz.hu/>) rögzített, érvényes engedéllyel és sportorvosi igazolással rendelkező versenyzők indulhatnak. Aki nem rendelkezik MASZ tagsággal, az a nyílt futamok bármelyikén indulhat! Versenyszabályok és helyezések eldöntése: a MASZ versenyszabályai szerint.

A versenyen külföldi sportolók is részt vehetnek a nyílt futamban.

A szinte végig emelkedő pálya, a technikás, köves szakaszok és a kifejezetten meredek célegyenes komoly felkészülést és jó erőbeosztást igényel. Ne

terheld túl a szívedet!

Szálláslehetőség

A Parádfürdői Ifjúsági Táborban a szombatról vasárnapra virradó éjszakára korlátozott számban a Futapestnél foglalhatsz szállást. A lehetőségeket [itt](#) böngészheted:

Árak:

Apartman, 5-6 ágyas szobákkal: 3.000,- Ft/fő

Telepített 6 ágyas sátor, matraccal, hálósákkal felszerelve: 800,- Ft/fő

Idegenforgalmi adó: 350,- Ft/fő

[Egyéb szálláslehetőségek](#)

Különbusz:

Kékestetőről Parádfürdőre: 350,- Ft/fő, indulás 15:00 (eredményhirdetés után) Kékestető parkolóból

A szállás és az autóbusz igényt lehetőleg a nevezéssel egyidejűleg kérjük megadni.

Az előnevezéseket naponta egyszer dolgozzuk fel és frissítjük a honlapon.

További infók: bizottsag@mahfusz.hu, www.masz.hu, www.mahfusz.hu, www.futapest.hu

Hegyifutó Bajnoksággal kapcsolatban: Gerlei Tamás: +36 20 594 7800,

Berendi Antal: +36 30 466 5080

Nyílt versennyel (Futapest) kapcsolatban: Koren Tamás, +36 20 824 3698, futapestklub@gmail.com