



## VII. NYÍLT HEGYIFUTÓ MAGYAR BAJNOKSÁG

**Időpont:** 2015. július 19. vasárnap, 11:00

**Helyszín:** Parádfürdő, Mátraháza, Kékestető

**Versenyközpont:** Parádfürdői Ifjúsági Tábor, 3244 Parádfürdő, Sándorrét  
(Koordináták: 47.9181,20.0552)

**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

Versenybírószág elnöke: Berendi Antal

Technikai vezető: Gerlei Tamás

Titkár: Hakkel Tünde

### Az Országos Bajnokság futamai:

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

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

A Bajnokság egyben válogató a szeptemberi [Hegyifutó Világbajnokságra!](#) További részletek [ITT](#).

### 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!

A felnőtt és az U20 korosztályban csapatversenyt hirdetünk. Egy csapatban az első 3 legjobb helyezett eredménye számít. A férfiak esetében a csapattagok egyazon korosztályba kell tartozzanak, a nőknél az azonos távon induló versenyzők korosztálytól függetlenül alkotnak csapatot.

Vegyes csapatok nem indulhatnak, a Bajnokságban csak a MASZ egyazon tag egyesületébe tartozó atléták alkothatnak egy csapatot.

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



ALAPITVA: 1980





### Nyílt futamok (Futapest verseny):

RÖVID TÁV, korcsoportok		HOSSZÚ TÁV, korcsoportok		SÍFELVONÓ FUTÁS
Táv: 3.4 km	... - 10 év fiú. lány 11 - 14 év fiú. lány 15 - 19 év fiú. lány	Táv: 10.1 km	... - 19 év fiú. lány	Táv: 300m
Szint: + 290 m - 45 m	20 - 29 év férfi, nő 30 - 39 év férfi, nő 40 - 49 év férfi, nő 50 - 59 év férfi, nő 60 - 69 év férfi, nő 70 - ... év férfi, nő	Szint: + 870 m - 95 m	20 - 29 év férfi, nő 30 - 39 év férfi, nő 40 - 49 év férfi, nő 50 - 59 év férfi, nő 60 - 69 év férfi, nő 70 - ... év férfi, nő	Szint: +80 m Rajt: 13:30 CSAK NŐI / FÉRFI ABSZOLÚT KATEGÓRIA Indulás a más távokon kapott rajtszámmal ingyenes, vagy 500 Ft/fő.

A nyílt futamok dobogósai a Futapest Klub érmeit és jelképes ajándékokat kapnak.

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

**Nevezés:** 2015/07/15, szerda 24:00-ig.

A versenyen csak előnevezéssel lehet indulni: [http://futapest.hu/kiiras/parad\\_2015.htm](http://futapest.hu/kiiras/parad_2015.htm)

**A rövid távra maximum 160 fő, a hosszú távra maximum 240 fő nevezését fogadjuk el. További nevezéseket és helyszíni nevezést csak kivételes esetben fogadunk el.**

Az Országos Bajnokságra nevezésnél az egyesület megadása kötelező. Az előnevezés abban az esetben érvényes, ha a nevezési díj a rendezőszerv számlájára 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

**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.

További infók: [bizottsag@mahfusz.hu](mailto:bizottsag@mahfusz.hu), [www.masz.hu](http://www.masz.hu), [www.mahfusz.hu](http://www.mahfusz.hu),

[www.futapest.hu](http://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](mailto:futapestklub@gmail.com)

**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.



ALAPITVA: 1980





### Egyéb tudnivalók:

A Bajnokságban csak a Magyar Atlétikai Szövetség új <http://mir.masz.hu/> rendszerében 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!

### Időtábla

2015. július 19., vasárnap

- 7:45 menetrend szerinti Volán busz indulása Budapest, Stadion busz pályaudvarról Parádfüldre és Mátraházára
- 8:15 menetrend szerinti Volán busz indulása Budapest, Stadion busz pályaudvarról Mátraházára
- 9:00 - 10:30 rajtszámok átvétele a parádfüldői versenyközpontban, vagy a rövidtáv rajtjában (Mátraháza, Veronika-rét)  
Kékestetőre küldendő csomagok leadása Parádfüldön
- 9:55 menetrend szerinti Volán busz indulása Parádfüldő buszmegállóból Mátraházára (a rövidtávhoz)
- 11:00 rajt, egyszerre két helyszínen:**  
hosszú táv: Parádfüldő, Mária-képoszlop  
rövid táv: Mátraháza, Veronika-rét (Déli sípálya alja)
- 13:30 sífelvonó futás rajt**
- 12:00 - 14:00 ebédszünet (Tető önkiszolgáló étterem)
- 14:00 eredményhirdetés Kékestetőn
- 14:58 menetrend szerinti Volán busz indulása Mátraháza buszmegállóból Parádfüldre
- 15:00 eredményhirdetés után **különbusz** indulása Kékestető, nagy parkolóból Parádfüldre
- 15:43 menetrend szerinti Volán busz indulása Mátraháza buszmegállóból Budapestre

### Szálláslehetőség

A Parádfüldői Ifjúsági Táborban a szombatról vasárnapra virradó éjszakára a Futapestnél foglalhatsz szállást. A tábor leírása: <http://www.paraditabor.hu/turisztika.php>

Árak:

Apartman, 4-5 ágyas szobákkal:	3.000,- Ft/fő
Telepített 6 ágyas sátor, matraccal, hálósákkal felszerelve:	800,- Ft/fő
Idegenforgalmi adó:	350,- Ft/fő

Egyéb szálláslehetőségek: <http://www.parad.hu/szallas.php>

A szállás igényt lehetőleg a nevezéssel egyidejűleg kérjük megadni.

Előnevezettek listája a [futapest.hu](http://futapest.hu) oldalon, a nevezéseket naponta egyszer dolgozzuk fel.



ALAPITVA: 1980

