



## **VII. Pilisi 8 Bucka Futás**

**2013. 07. 21. (vasárnap)**

**Rajt/cél: Budapest, III. ker. Csillaghegy, Külker SC sporttelep  
Terep: Pilis-hg., a Róka-hegy és a Kevélyek környéke**

**A verseny rendezője:** Óbudai Futókör, Szabadidő-, és Versenysport Egyesület. Honlap:

[www.obudaifutokorse.hu](http://www.obudaifutokorse.hu)

**A verseny célja:** versenyzési lehetőség biztosítása a terepfutás kedvelőinek természetes környezetben, a Pilis-hegységben.

**A 42 km-es táv a Terep Ultra Kupa első idej versenyé!** A Terep Ultra Kupa az Ultrafutók Magyarországi Szövetségének versenysorozata. Részletek: <http://www.ultramarathon.hu>

**A verseny a Budapest Terep Kupa (2013. július 27.) felkészülési versenyé!** A Budapest Terep Kupa a Magyar Sportturisztikai Szövetség versenyé. Részletek: [www.bbterepkupa.blogspot.hu](http://www.bbterepkupa.blogspot.hu) és <http://www.mstsz.hu>

### **Versenyszámok**

**Terepmaraton (egyéni): 42 km (1350 m szintemelkedés) szintidő: 8 óra**

Útvonal: Külker SC sporttelep (Márton utca) – Róka-hegy – Jumbó Kemping (Üröm) – Laza-rét – Ezüst-kevény – Pilisborosjenői templom – Teve-szikla – Köves-bérc – Fehér-hegy – Teve-szikla – Kevély-nyereg – Majdán-nyereg – Csúcs-hegy – Majdán-síkság – Majdán-nyereg – Zöld-barlang (Nagy-Kevély ÉK-i oldala) – Sadove – Békásmegyér Ófalu – Külker SC sporttelep

**Terep-félmaraton (egyéni): 25 km (800 m szintemelkedés), szintidő: 5 óra**

Útvonal: Külker SC sporttelep (Márton utca) – Róka-hegy – Jumbó Kemping (Üröm) – Laza-rét – Ezüst-kevény – Pilisborosjenői templom – Teve-szikla – Kevély-nyereg – Majdán-nyereg – Zöld-barlang (Nagy-Kevély ÉK-i oldala) – Sadove – Békásmegyér Ófalu – Külker SC sporttelep

**Terepmaratonka (egyéni): 13 km (260 m szintemelkedés), szintidő: 2 óra**

Útvonal: Külker SC sporttelep (Márton utca) – Róka-hegy – Jumbó Kemping (Üröm) – Laza-rét – Ezüst-kevény – Zöld-barlang (Nagy-Kevély ÉK-i oldala) – Sadove – Békásmegyér Ófalu – Külker SC sporttelep

### **Kiegészítő program**

Gyerek- és kíséző futás (egyéni): 800 m (0 m szintemelkedés)

A Külker SC sporttelep atlétikai pályáján.

A terepbejárásokon készült **foto**kat az Óbudai Futókör Picasa webalbumában lehet megtekinteni:

<https://picasaweb.google.com/113959779743827139302/APilisi8BuckaTerepfutoVerseny20110724UtvonalainKeszultFotok?feat=directlink>

**Rajtidő:** a három versenytávon 10 órakor, tömegrajt jelleggel. A gyerek- és kíséző futáson 10.30-kor, 11.30-kor, 12.30-kor.

**Versenyközpont, egyben rajt és cél:** Külkereskedelmi Sport Club (Külker SC) sporttelepe: 1038 Budapest, Márton út 25.

### **Nevezés**

Előnevezni 2013. július 10-éig az egyesület honlapján keresztül lehet ([www.obudaifutokorse.hu](http://www.obudaifutokorse.hu)), átutalással az Óbudai Futókör, Szabadidő-, és Versenysport Egyesület UniCredit Banknál vezetett 10918001-00000083-33230006 számlaszámára. (Ehhez először a honlapon regisztrálni kell!) Helyszíni nevezés a versenyközpontban, a verseny napján 8 órától. A verseny rajtja előtt 15 perccel a nevezést lezárjuk!

### **Nevezési díjak**

42 km futás: 2800 Ft (előnevezés esetén: 2500 Ft)

25 km futás: 2000 Ft (előnevezés esetén: 1750 Ft)

13 km futás: 1200 Ft (előnevezés esetén: 1000 Ft)

Gyerek- és kíséző futás: ingyenes

Spuri kártyával 20% kedvezmény vehető igénybe.

A nevezési díj tartalmazza:

- elektronikus időmérést,
- térképvázlatot;
- frissítést 5-6 km-enként,
- eredménylistát a honlapon ([www.obudaifutokorse.hu](http://www.obudaifutokorse.hu)),
- 1 tál főtt ételt, ásványvizet és gyümölcsöt a célban.

### **Díjazott kategóriák**

25 km-es és 42 km-es távokon: nemenként 10-18 év, 19-39 év, 40-54 év, 55 év felett.

13 km-es távon: nemenként 10-18 év, 19-39 év, 40 év felett.

Kivételek: a 42 km-es távon 16 év alatti, a 25 km-es távon 14 év alatti, a 13 km-en 8 év alatti versenyző nem indulhat!

### **Díjazás**

Mindhárom versenytávon az összes korosztály 1- 3. helyezettje (férfi – nő) érmet és oklevelet kap, nemenként külön értékelve. A három versenytáv abszolút férfi és női győztese kupát kap. A díjakat Maracskó Tibor olimpiai ezüst- és bronzérmes, világbajnok öttusázó, a Magyar Triatlon Szövetség egykori elnöke adja át.

### **Pontérintés, időmérés**

A versenyen az időmérés és az ellenőrzőpontok érintése Sport Ident elektronikus pontérintési rendszer segítségével történik. Az ehhez szükséges eszközt (gumigyűrűvel újra húzható ún. „dugókát”) a helyszínen biztosítjuk, melyért letéti díjat nem számítunk fel, de elvesztés esetén az eszköz árát (5000 Ft) utólag ki kell fizetni.

### **Útvonal jelölése, biztosítása**

Az útvonalat jól látható, sűrűn kihelyezett, piros-fehér csíkos műanyag szalagokkal jelöljük. A kritikus pontokon irányító emberek állnak. Az útvonal elején (amikor még egyben van a mezőny) az úttesteknél a gépkocsi forgalom leállításával segítjük az átkelést.

### **Frissítés**

Az első frissítőállomáson vizet, nápolyit és szőlőcukrot, a többin vizet, izotóniás italt, gyümölcsöt, szőlőcukrot, valamint sós és édes ételeket adunk, kb. 5-6 km-enként.

Egyéni frissítők kiszállítására is van lehetőség, ezeket legkésőbb 9.00-ig kérjük leadni a rajtban, zacskóban vagy dobozban, névvel és a frissítőállomás számával felcímkézve.

### **Egyéb**

A versenyközpontban (rajt/cél) öltöző, wc és tusoló áll a versenyzők rendelkezésére.

**A versenyen mindenki saját felelősségére vesz részt! A nyári meleg, a hosszú táv, a sok szintemelkedés és a helyenként nehéz terep miatt a 25 km-es és a 42 km-es távra csak jó kondícióban lévő, terepfutáshoz szokott versenyzők nevezzenek! Ugyanezen okból a versenyt megelőző időszakban sérülésből, betegségből felépült versenyzők orvosi véleményeztetését nyomtatékkal javasoljuk!**

**A versenykiírás egyes részletei szükség esetén változhatnak, amire a honlapunkon és a Facebook profilunkon hívjuk fel a figyelmet. Ezért kérjük, hogy az előnevezettek is látogassák meg ezeket, legalább a verseny előtt néhány nappal! Telefonon és e-mailben is szívesen adunk felvilágosítást.**

További információ: Óbudai Futókör, Szabadidő- és Versenysport Egyesület

Mobil: 20/262-32-03, 30/407-9344

E-mail: obudai(pont)futokor(kukac)gmail(pont)com

Honlap: [www.obudaifutokorse.hu](http://www.obudaifutokorse.hu)

Facebook: <https://www.facebook.com/obudaifutokorse>

***Eredményes versenyzést kíván: a Rendezőség***