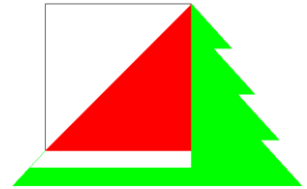




É R T E S Í T Ó

Vizsla Kupa 1. forduló

2016. március 15. kedd



Regionális rangsoroló, nappali, egyéni, rövidített normáltávú tájfutóverseny

Helyszín: Nagykovácsi

Rendező: Vizsla SE

Elnök, pályakitűző: Hegedűs Zoltán

Ellenőrző bíró: Hegedűs Béla

Versenyközpont: Rákóczi u. végén a kőbányánál

Megközelítés: 63 busszal Hűvösvölgyből a Nagykovácsi végállomásig, onnan 15 perc séta. Autóval szintén Nagykovácsi buszvégállomásig – Tisza István tér – majd balra a Rákóczi utcán végig.

Parkolás: a Rákóczi u-ban és a mellékutcákban. Kérjük parkoláskor az utcán a közlekedést és a lakók ki-be hajtását ne akadályozzátok.

Versenyünkön hét féle pálya áll rendelkezésre, ezek között van olyan, amely a kezdők számára alkalmas, kipróbálásra, tanulásra, rutinszerzésre, és természetesen olyanok is, melyeken a gyakorlottak állnak rajthoz. A legrövidebb pályán (RK) bárki elindulhat, minden előképzettség nélkül, segítünk, oktatást adunk, az eltévedés veszélye nélkül teljesíthető.

Az új Versenyszabályzat nálunk is bevezette a színekódos kategóriákat. A Vizsla Kupák kialakult rendszerét – ami alapvetően a pályák technikai és fizikai nehézségének lépcsőzetes emelésén alapul – igyekeztem összepárosítani a színekódos pályákkal. Ez majdnem sikerült, ezért most – nem hivatalosan – egy új szint is bevezettem a hosszú könnyű pályákhoz, amik végig úton vezetnek.

Pályaadatok:

Pálya		Színekódos pálya	Kategóriák	táv(km)/szint(m)/e.p
Rövid könnyű: végig utakon, kezdőknek	RK	Sárga	F/N12C, N15-18C, Nyílt kezdő rövid	1,8/115/7
Hosszú könnyű: végig utakon	HK	„Lila”	F15-18C, F/N21C, Nyílt kezdő hosszú	6,4/295/9
Közepes technikás: utakon vezet, pontok az erdőben, közel az úthoz	KT	Narancs	F/N14B	3,4/195/9
Technikás pályák rutinosaknak:				
Legrövidebb technikás	XS	Világos zöld	F/N65B, N55B	2,5/160/7
Rövid technikás	RT	Zöld	F/N16B, N18B, N35B, F/N45B, F55B	3,3/175/7
Hosszú technikás	HT	Kék	F18B, F35B, N21B	4,6/225/7
Leghosszabb technikás	XL	Barna	F21B	8,1/375/12

A Vizsla Kupa éves pontszámítását a már megszokott pályák eredményei alapján végezzük. Ezért a rangsoroló kategóriákat a szokásos 6 Vizsla Kupa pálya közül választottuk ki, amelyek a rangsoroló kategóriák mellett zárójelben szerepelnek.

Természetesen választhatok más pályát is, mint ami a kategóriátnak megfelelő, de ha arra nincs indulási jogosultságotok (pl. F21-es valamelyik rövidebb pályát), akkor számotokra verseny nem rangsorol, a Vizsla kupában viszont kaptok pontot az eredményetekre. A korcsoportnak megfelelőnél hosszabb pályán bárki indulhat és ez a szabályok szerint rangsorol.

Nevezés: a vizslase@gmail.com e-mail címen.

Nevezési díj: 800 Ft, akik nevezése március 11. szombat 20:00 óráig beérkezik, azoknak 700 Ft.

A Vizsla Kupában megszokott módon, indulhattok második vagy további pályán is 300 Ft/pálya áron, edzési és fejlődési lehetőséget, valamint további pontszerzési lehetőséget biztosítva a résztvevőknek.

Jelentkezés: a versenyközpontban 9:30-tól.

"0" idő: 10:00

Utolsó rajt: 13:00

Térkép: Cseresznyés tető M= 1:10 000, alapszintköz 5 m

Rajt és Cél a VK 50 m-es körzetében

Időmérés: Az edzőversenyen a SPORTident rendszert használjuk, dugóka (chip) a helyszínen bérelhető fejenként 200 Ft-ért.

Öltözés a helyszínen, sátorban lehetséges.

A befutóknak enni- és innivalót kínálunk. Aki tud, hozzon magával saját poharat.

A versenyen mindenki saját felelősségére vesz részt.

A Vizsla Kupa 2016-ban is 7 részes sorozat, év végén az összetett eredmény alapján hat kategóriában díjazással.

A legfrissebb információkat megtaláljátok itt: <https://www.facebook.com/VizslaSE>

Várunk szeretettel a versenyünkön, izgalmas pályákkal és jó hangulattal!

Hegedűs Zoltán és a Vizslák

Nyílt edzések a Vizsla Egyesülettel:

Hegedűs Zoltán (z.hegedus52@gmail.com) minden kedden edzést tart az érdeklődőknek Normafánál a székelykaputól indulunk 18 órakor. Első edzés március 29-én.

Bárki jöhet, aki futni, kocogni akar, tájékozódás-technikai edzésre van szüksége, esetleg az egészséges életmód, táplálkozás terén kér segítséget.