

2022-2023 ÉVI KÉSŐDÉLUTÁNI LÁMPÁS EDZÉSSOROZAT KOZMA LACI EMLÉKÉRE

VERSENYKIÍRÁS

AZ EDZÉSSOROZAT CÉLJA

A 2022-2023-es alapozó időszakban az éjszakai versenyzés népszerűsítése céljából négy késődélutáni lámpás edzést szervezünk Budapest könnyen elérhető, közvilágítással is rendelkező parkosított területén. A versenyek egyaránt szolgálják fiatal és kevésbé fiatal, az éjszakai versenyzésben még gyakorlatlan versenyzők kedvének növelését és tapasztalatainak szaporítását, valamint az éjszakai versenyzést kedvelő gyakorlott versenyzők edzéslehetőségeit.

A sorozat egyben posztumusz tisztelgés **Kozma Lászlónak** a tájfutás érdekében végzett odaadó munkája előtt.

AZ EDZÉSEK IDŐPONTJAI ÉS TERVEZETT HELYSZÍNEI

Az edzések **négyhetenként péntek délután** lesznek az alábbiak szerint (zárójelben a napnyugta időpontja)

- 1) 2022. december 9.: Rege-park (15:42)
- 2) 2022. január 6.: Népliget (16:08)
- 3) 2022. február 3.: Gellérthegy (17:01)
- 4) 2022. március 3.: Városliget (17:31)

A hivatalos nullidő napnyugta után egy órával van, de lehetőség van szürkületi indulásra is.

VERSENYPÁLYÁK

Minden alkalommal **négy pályát tervezünk**, lehetőség lesz az összes pont begyűjtésére is. A pályák alapvetően középtávú edzésre készülnek, jellemzőik:

- **Kezdő:** kifejezetten az éjszakai versenyzéssel barátkozó kezdőknek, hangsúllyal az egészen fiatalokra, a pálya utakon teljesíthető, közel marad a versenyközpont, többnyire közvilágítási segítséggel, viszonylag sok (7-10) pont, kedvcsináló.
- **C-pálya:** tájfutást már látott, de az éjszakai versenyzésben még kezdőknek, kicsit több tájékozási feladattal, kicsit hosszabban, mint a Kezdőben. Utakon teljesíthető, de lehetőség van átvágásra is. Ez a pálya ajánlott a kellemes lámpás sétát tervezők számára is.
- **B-pálya:** gyakorlott versenyzőknek rövidebb pálya.
- **A-pálya:** gyakorlott versenyzőknek hosszabb pálya.

Egy versenyző **több pályát** is teljesíthet. A kezdő és C-pályán lehetőség van, **kísérős és társas indulásra** is.

RENDEZŐK

Az edzéseket a SAS és a BEAC rendezi.

Versenyigazgató: Hegedűs Béla

Pályakitűző: Lux Iván

Az egyes fordulók az MTFSZ honlapján a *Következő versenyek* menüpontban megjelennek, versenykiírások a *Versenynaptárban* lesznek olvashatóak.

Készüljetek, nevezetek, gyertek, nagyon jó lesz!

Hegedűs Béla és Lux Iván