



# Rendezői Kisokos

AVAGY, HOGY RENDEZZÜNK FLEXO VERSENYT.

Szerkesztette: Tóth Dóra (Típo TKE)

## Mi is az a FlexO?

A FlexO kategória az SNI-s (sajátos nevelésű igényű) gyerekeknek, felnőtteknek nyújt tájékozódási futó feladatot, kortalanul. Könnyítés vezető szalagozással, vizuális akadálymentesítő ábrákat tartalmazó térképpel. A pálya kísérelővel is teljesíthető. Minden befutó elismerésben részesül.

Tulajdonképpen a lényege ez. A FlexO mint kategória, jó pár éve a Svéd O-Ringen nyári Tájfutó Fesztiválon jelent meg. (2016) A Svédok, sportolási lehetőséget szerettek volna adni és azóta is adnak, a Trail-O mellett, a mentális vagy egyéb fogyatékkal élő gyerekeknek és a felnőtteknek. A Tájékozódási futó sportot akadály mentesítve, bevonták az Autizmussal, a Down szindrómával, az Enyhe mentális retardációval, az ADHD-val, SSD-vel, és a súlyosabb tanulási nehézséggel (DYS) élőket, és akadálymentes térképpel, könnyített tájfutó pályát biztosítva nyújtanak azóta is rendszeresen sportolási lehetőséget a speciális nevelési igényű gyerekeknek és felnőtteknek. Minden esetben inkluzívan, a normál sportban, integrálva a fogyatékkal élő sportolókat.

Szem előtt tartva azt, hogy a sportban a fogyatékkal élő sportolók jelenléte, oda-vissza irányban motiválhat, tehát jó a sportnak és az sni-s gyermeknek/felnőttnek is.

Ezért gondoltuk úgy az MTF SZ néhány tisztviselőjével, hogy Magyarországon is teret lehetne engedni, azaz a tájfutó sportban biztosítani a lehetőséget inkluzívan a fogyatékkal élő gyerekeknek és felnőtteknek, hogy kipróbálhassák azt, illetve sportolhassanak, a normál sport keretei között, és ne szegregált környezetben a Speciál vagy Para sportban.

Közösen valljuk azt, hogy a magyar tájfutó társadalom, van annyira befogadó, hogy elfér egy pár kicsit más, gyermek vagy felnőtt, ezért jött létre a FlexO kategória.

Természetesen jó ideig ötleteltünk a megoldáson, hogy ne legyen nagyobb anyagi teher, a FlexO-t rendező Egyesületeknek, a kategória megrendezése, éppen ezért találtuk ki a saját, magyar verziókat.

Erről lesz szó a kisokosban.

## A FlexO pálya:

F/N 10 vagy 12 DK tájfutó pálya, azaz a szalagozott gyerek pálya. Az akadálymentességet a szalagozás adja, magyarul egyáltalán nincs benne eltévedési faktor, ha esetleg az sni-s sportoló önállóan akarja teljesíteni azt. De természetesen a kísérőnek is támpont. Mindenesetre van benne levágási lehetőség a bátrabbaknak, vagy a kísérő is dönthet úgy, hogy az sni-s sportolóval nem a szalagozáson mennek. A lényeg, hogy átmozgassa a FlexO versenyzőt, szem előtt tartva azt, hogy sem a gyerekeknél, sem a felnőtteknél, nem versenysportolókról beszélünk, magyarul a fogyatékossgal élő emberek fizikumá, nem minden esetben túl jó, viszont a normál szalagozott gyerekpályát, maradéktalanul tudják teljesíteni és a tapasztalatok alapján, teszik is örömmel.

### Hungária Kupa 2022 - Soltvadkert

**M12DK**  
**W12DK**

Hungária Kupa 2022 - 4. nap

M12DK	3,5 km
W12DK	
1	120
2	125
3	157
4	158
5	190
6	133
7	100

Készítette: Spiegl János 2020.02. - 2022.06.    MTFSZ engedélyszám: K-2017    Kiadó SZVSE Tájfutó Szakosztálya    Térképelelős: Vass Zoltán 30 / 5157167

### Selymes

Méretarány: 1 : 10 000  
Alapszintköz 2 m



HUNGÁRIA KUPA SOLTVADKERT 2022

COVERIS

COVERIS

COVERIS

# 2039

TÓTH LEVENTE    TTE TIPO TKE

	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5
M12DK	start: 2000 m	start: 1800 m	start: 1000 m	start: X 700 m	start: 2400 m
	Mobile-0 17:00 - 19:15	Microsprint 17:30 - 19:15	O-triathlon 17:00 - 19:15	Trail-0    12:00 - 15:00 Face to Face 17:30 - 19:15 Beer-relay    19:45 - 22:00	Prize giving ceremony 13:00

## A Térkép:

A térképet akadály mentesítjük, ingyenesen. A FlexO technikai részét, jelen esetben a térképek akadálymentes elkészítése Tóth Eszter (TípoTKE) platformja.

A versenyrendezőket kérjük, hogy a 10-12 DK pálya megtervezése után a térkép file-t küldjék el Tóth Eszter email címére, aki könnyen érthető logókkal látja el a térképet, és szabja méretre azt. A térkép tartalmazza a szimbolt, illetve a pontok grafikus ábráit is.

A FlexO térkép elkészülte után visszaküldi a versenyrendezőknél, hogy kinyomtathassátok.

Tóth Eszter email címe: [eszter@tipotke.hu](mailto:eszter@tipotke.hu)

**GÉM-HEGY SAS-HEGY**  
méretarány 1:10 0000  
alapszintköz 5m

60. NEMZETKÖZI SPARTACUS KUPA 2023.03.19.

Kövessd a narancssárga szalagot

Idő	Leírás	Ábrák	Leírás	Ábrák
1	37	[Symbol]	Rajt	útélgazás
2	38	[Symbol]	1. ellenőrző pont	37 útélgazás
3	33	[Symbol]	2. ellenőrző pont	38 útkanyar
4	39	[Symbol]	3. ellenőrző pont	33 útkanyar
5	35	[Symbol]	4. ellenőrző pont	39 útélgazás
6	40	[Symbol]	5. ellenőrző pont	35 jellegzetes fa
7	100	[Symbol]	6. ellenőrző pont	40 útélgazás
		[Symbol]	7. ellenőrző pont	100 bozót széle
		[Symbol]	Cél	[Symbol]

Helyesbítés: Forrai Gábor, Forrai Miklós, Sótér János (2021), Bakó Áron, Sulyk Ábel (2023)  
Kiadja: Tabánis Spartacus SKE www.tabanispartacus.hu K-2139/C Pályakitűző: Sárközy Zsófia

## A versenykiírás és a versenyértésítő és a pályaadatok:

A versenykiírásban és a versenyértésítőben a FlexO kategóriát, kérlek szerepeltessétek, az alábbiak szerint:

### Kiírás és értésítő:

#### FLEXO kategória:



Kategória az SNI-s (sajátos nevelésű igényű) gyerekek, felnőtteknek kortalanul. Könnyítés vezető szalagozással, vizuális akadálymentesítő ábrákat tartalmazó füzettel. A pálya kísérelve is teljesíthető. Minden befutó elismerésben részesül. A kategóriába a nevezés ingyenes.

Példa: Gerecse Kupa versenykiírása:

[https://admin.mtfsz.hu/fajl/get/fajl\\_id/29789/tipus/render](https://admin.mtfsz.hu/fajl/get/fajl_id/29789/tipus/render)

Amennyiben egyéb közlendők is van a FlexO kategóriával kapcsolatban, azt az értésítőbe fogalmazzátok bele, ahogy a Nógrád nagydíj értésítőjében szerepelt, például a rajtolásra és a kísérésre vonatkozó egyéb szabály.

A 10D és 12D kategóriában a versenyzők kísérése nem megengedett. A 10DK és Flex-O kategóriákban a versenyzőket szabad kísérni.

A Nyílt, a 10DK és a Flex-O kategóriák a nappali futamokon külön kordonból indulnak, nincs előre megadott rajtidő, az indulás idejét a rajtdoboz adja. Az előre nevezett versenyzők ezekben a kategóriákban is benne lesznek a rajtlistában, de rajtidő nélkül. A helyszíni nevezők esetében jelentkezéskor rögzítjük az adatokat és minden futamon egy-egy rajtbont adunk, amely jogosít a kordonba való belépésre. Ezekben a kategóriákban a versenyidő 0. percétől lehet indulni, az utolsó rajtidő a minősítő kategóriákéval megegyezik (hozzávetőlegesen 120 perc).

Az éjszakai versenyen a Nyílt Könnyű kategória is rajtlista szerint indul.

Példa: Nógrád Nagydíj versenyértésítője:

[https://admin.mtfsz.hu/fajl/get/fajl\\_id/29671/tipus/render](https://admin.mtfsz.hu/fajl/get/fajl_id/29671/tipus/render)

### Pályaadatok:

**KÉRLEK** Benneteket, hogy a pályaadatot, írjátok be az értésítőbe, avagy, ha külön teszitek fel akkor is, mert ez rendre mindig lemarad. A **Tipo Kupán így szerepelt:**

Kategoría	1. nap				2. nap			
	Táv	Szint	Ep.	Térkép	Táv	Szint	Ep.	Térkép
N10D	1,4/2,4	40	5	1:10e	2,4/3,2	70	6	1:10e
N10DK	1,4/2,4	40	5	1:10e	2,4/3,2	70	6	1:10e
N12C	1,4	35	6	1:10e	1,9	30	5	1:10e
N14A	2	60	10	1:10e	3,1	85	6	1:10e
N15-18C	2,1	60	6	1:10e	2,5	45	6	1:10e
N16A	2,7	65	12	1:10e	4,3	115	8	1:10e
N18A	3,2	95	16	1:10e	5,3	145	12	1:10e
N21A	4,2	140	17	1:10e	7,3	200	17	1:10e
N21B	3,2	70	16	1:10e	5,6	180	13	1:10e
N21Br	2,3	70	11	1:10e	3,5	80	9	1:10e
N21C	3,2	65	10	1:10e	3,6	125	6	1:10e
N21U	2,6	60	12	1:10e	3,5	80	9	1:10e
N35Br	2,3	70	11	1:10e	3,1	70	8	1:10e
N40A	3,4	90	13	1:10e	4,8	145	10	1:10e
N45A	2,7	70	12	1:10e	3,8	105	9	1:10e
N50A	2,6	75	13	1:7,5e	3,5	100	8	1:10e
N55A	2,4	60	11	1:7,5e	3,1	70	8	1:10e
N60A	2,2	60	9	1:7,5e	2,9	65	7	1:10e
N65A	1,9	50	10	1:7,5e	2,3	45	7	1:7,5e
N70A	1,9	50	10	1:7,5e	2,3	45	7	1:7,5e
N75A	1,6	35	8	1:7,5e	2,2	30	7	1:7,5e
NyT	3,1	70	16	1:10e	4,8	150	11	1:10e
NyK	2	40	7	1:10e	2,7	70	7	1:10e
NySZ	1,4/2,4	40	5	1:10e	2,4/3,2	70	6	1:10e
FlexO	1,4/2,4	40	5	1:10e	2,4/3,2	70	6	1:10e

## FlexO plakát:

A FlexO plakátot minden esetben elkészítem nektek, a versenykiírás elkészülte után, pár napon belül. Amit annak elkészülte után visszaküldök a verseny vagy a főrendező email címére, world és pdf file-ban.



## **2023.04.22.** **XVI. NÓGRÁD NAGYDÍJ** **Salgótarján- Eresztvény**

### Gyertek, próbáljátok ki a FlexO-t

Kategória az SNI-s (sajátos nevelésű igényű) gyerekeknek, felnőtteknek kortalanul.

Könnyítésvezető szalagozással, vizuális akadálymentesítő ábrákat tartalmazó



térképpel. A  
pálya kísérelővel is  
teljesíthető.

Minden befutó  
elismerésben  
részesül. **A**  
**kategóriába a**  
**nevezés**  
**ingyenes.**

(A FlexO-ról további információ kérhető: [tdori1020@gmail.com](mailto:tdori1020@gmail.com) email címen, vagy a +36 30 7794-922 telefonszámon.)

### **Versenyközpont:**

**Salgótarján –  
Eresztvény  
Novohrad-Nógrád  
Geopark**

**A**  
**versenyközpontban**  
**a FlexO sátornál,**  
**minden segítséget**  
**megkapsz az**  
**induláshoz.**

### **Tervezett „0” idő:**

**12:00 óra**

### **Nevezés online:**

**[https://www.e-  
nevezes.hu/hu/esemeny/  
show/513](https://www.e-nevezes.hu/hu/esemeny/show/513)**

**rendszerén keresztül,**

**vagy: e-mailen:**

**[nogradgp@gmail.com](mailto:nogradgp@gmail.com)**

**Szeretettel Várunk**  
**Benneteket, és**  
**családtagjaitokat!**

Rendező: Salgótarjáni Dornyai SE  
és a Balassagyarmati Balassi Bálint  
KSE

Kérlek Benneteket, a FlexO plakátot a verseny MTFSZ esemény oldalára **töltsétek fel.**

Feltöltött információk		
Név	Típus	Archív?
<b>XVI. Nógrád Nagydíj (esemény)</b>		
<a href="#">Versenykiírás</a> 29382_NND_2023_kiiras.pdf	Versenykiírás	Nem
<a href="#">Szálláslehetőségek</a> 29383_szallasok.pdf	Egyéb	Nem
<a href="#">Szálláslehetőségek (angol)</a> 29384_accommodations.pdf	Egyéb	Nem
<a href="#">Versenykiírás (angol)</a> 29386_NGP_2023_invitation.pdf	Versenykiírás	Nem
<a href="#">Versenyértésítő</a> 29671_NND_2023_ertesito_v6.pdf	Versenyértésítő	Nem
<a href="#">Pályaadatok</a> 29740_palyaadatok-vegleges-230418.pdf	Egyéb	Nem
<a href="#">Infotérképek</a> 29748_Infomaps.pdf	Egyéb	Nem
<a href="#">Versenyértésítő (angol)</a> 29759_NND_2023_InformationENG.pdf	Versenyértésítő	Nem
<a href="#">Kategóriánkénti rajtlista HTML</a> 29726_kat_0421.html	Rajtlista	Nem
<a href="#">Kategóriánkénti rajtlista PDF</a> 29727_kat_0421.pdf	Egyéb	Nem
<a href="#">Klubonkénti rajtlista/összesítő PDF</a> 29757_Sum-20230421.pdf	Rajtlista	Nem
<b>E1 középtáv (futam)</b>		
<a href="#">FlexO plakát</a> 29506_Nograd-Nagydj-Flexo-plakat.pdf	Egyéb	Nem
















## E-nevezés: (+nevezés email, nevezés a helyszínen)

Most jönnek a „piszkos” anyagiak, elnézést, hogy így fogalmaztam. Szóval a FlexO-t azért is hoztuk létre, hogy segítsünk fogyatékosággal élő sporttársainknak, egyben sportolási lehetőséget nyújtsunk. Nem szeretnék mélyen szántó társadalmi gondolatokat írni, de sajnos az sni-s gyerekeket és felnőtteket gondozó családok, a mai magyar társadalomban egyáltalán nincsenek jó anyagi helyzetben, legalábbis a nagytöbbségük.

Éppen ezért az MTFSZ tisztviselőivel úgy gondoltuk, hogy legyünk annyira emberbarátok, hogy az sni-s sportolóktól, ne kérjünk pénzt a nevezésért, magyarul a kategória legyen INGYENES, hogy ezzel is támogassuk a FlexO versenyzőket.

Az eddigi FlexO versenyek INGYENESEK voltak, tekintettel arra, hogy a kategória indulóinak száma még nem nagy, maximum 5-12 közötti létszámmal fut.

Vannak családok, akik előre neveznek, használják az E-nevezés rendszert, éppen ezért kérlek benneteket, hogy ott szerepeltessétek O ft nevezési sorral a FlexO kategóriát.

N35Br	 35 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	3 000 Ft	-	3 000 Ft	5 800 Ft
N40A	 40 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	3 000 Ft	-	3 000 Ft	5 800 Ft
N45A	 45 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	3 000 Ft	-	3 000 Ft	5 800 Ft
N50A	 50 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	3 000 Ft	-	3 000 Ft	5 800 Ft
N55A	 55 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	3 000 Ft	-	3 000 Ft	5 800 Ft
N60A	 60 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	3 000 Ft	-	3 000 Ft	5 800 Ft
N65A	 65 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	2 000 Ft	-	2 000 Ft	3 800 Ft
N70A	 70 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	2 000 Ft	-	2 000 Ft	3 800 Ft
N75A	 75 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	2 000 Ft	-	2 000 Ft	3 800 Ft
Nyílt Kezdő	  0 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	1 700 Ft	-	1 700 Ft	3 200 Ft
Nyílt Technikás	  0 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	1 700 Ft	-	1 700 Ft	3 200 Ft
Flex-O	  0 - 99	Egyéni	Ú F A V Á B K L	-	0 Ft	-	0 Ft

Példa: Gerecse Kupa e-nevezése:

<https://www.e-nevezes.hu/hu/esemeny/show/538>

Továbbá tegyétek lehetővé, hogy a kategória nevezői, email-ben is, illetve a helyszínen a FlexO sátonnál (FlexO pont) INGYENESEN nevezhessenek.



## A FlexO sátor vagy FlexO PONT:

A FlexO kategóriát külön FlexO ponttal szervezzük, egyrészt azért, hogy a versenyrendezők válláról levegyünk néhány terhet, másrészt azért, mert a FlexO-val kapcsolatos dolgok, mint: Jelentkezés, Útbaigazítás, Önkénes-pont, Pihenő-zóna (az autista versenyzőknek) SI dugókák kiosztása és visszavétele, Helyszíni nevezés, A verseny utáni Oklevelek és díjak átadása, Csomagmegőrzés, Öltözés, szóval minden, ami VK, az itt történik.

**Éppen ezért a FlexO versenyt rendezőket, kérjük, hogy biztosítsanak nekünk egy rendezvény sátrat, illetve egy sörpadot és egy asztalt. Ha nincs az utóbbi egy camping asztal és két camping szék is megteszi.**

A kora tavaszi, illetve az őszi FlexO versenyeken, nagyon köszönnénk, **ha zárt oldala lenne a sátnak, az sni-s gyerekek pihenő zónája miatt. A FlexO zászló az MTFSZ szponzorációja, kérlek, ha tudtok zászlórudat biztosítsatok hozzá, ha nincs, ad a Szövetség a versenyre.**

FlexO sátor a Spartacus Kupán:



Sátor belső, a Spartacus Kupán:



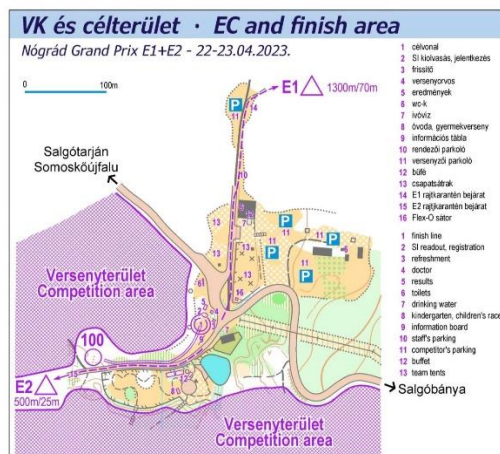
FlexO sátor a Nógrád Nagydíjon:



Önkéntes pont Nagy Zsófival (SPA) és FlexO asztal a Nógrád Nagydíjon:



HA! a versenyértesítőben készül a nagy VK területéről infó térkép, kérlek Benneteket a FlexO sátor helyét jelöljétek. Így mint a Nógrád Nagydíjon.



## Oklevél, díjak:

A koncepciónk az, hogy minden FlexO kategória indulót, aki eredményesen teljesíti a pályát, jutalmazunk a FlexO Ponton, a befutás után.

A versenyrendezőtől erre a célra Oklevelet és „versenycsokit” kapunk, szintén felajánlásként. Nehogy nagy dologra gondoljatok, ez általában, apró csoki, müzli szelet, gyümölcs szelet. Az Okleveleket Tóth Eszter el tudja készíteni ugyanúgy, ahogy a térképet. Amennyiben nem vállaljátok, akkor a Máthé család szívesen kinyomtatja azt a pár darabot, és én viszem a versenyre, ha nem vállaljátok a versenycsokit, akkor azt a mi családuknak szponzorálja meg. Körülbelül 10 -15 db apró csokiról van szó.

**Hogy miért szükséges ez? Az sni-s gyerekeket, a jutalmazás óriási erővel motiválja.** Van, aki az Oklevelet gyűjti, van akit a csoki motivál, és van akit a Levi kavics hoz lázba. (A kavicsokat a legkisebb gyermekem, aki autista, Tóth Levente (Típo TKE) festi.) **Mindenesetre MOTIVÁCIÓ a FlexO-hoz, és ez a lényeg!**

Oklevél, Típo Kupa



## OKLEVÉL

részére  
a Típo kupa 2023



pálya sikeres teljesítéséért.

Nagykovácsi, 2023.03.04.



## OKLEVÉL

részére  
a Típo kupa 2023



pálya sikeres teljesítéséért.

Nagykovácsi, 2023.03.05.



# Oklevél

részére

a Postás kupa sikeres  
teljesítéséért  
és a tájfutásban tanúsított  
szorgalmadért!



*Táboralva - Gödörállás*  
2023. április 7-8.



Levi kavicsok:



## A Rajt:

A Rajt lehetőség szerint a NYILT rajtból történjen, ha van. A nagyobb versenyeken általában van, és ha lehet a Rajt személyzete tudjon, a FlexO kategóriáról.

A speciális kérés a kategóriával kapcsolatban annyi, hogy a FlexO versenyzőket ne állítsátok be a NYILT sorba, hanem várakozás nélkül, - amennyiben jelzik azt, hogy FlexO versenyzők-, indulhassanak. Indulás: Rajtdoboz. A térképet lehetőség szerint adjátok a versenyző vagy a KÍSÉRŐ kezébe. Térképet, a kísérő is kapjon lehetőség szerint.

Rajt akadálymentesítés, kérlek ezt a két ábrát tegyétek ki a kordon elé. Pdf-ben tudom küldeni, a versenyrendezők kérésére.



## Cél:

A Céllal kapcsolatban, **egyéb teendő nincs, a kategória a normál nagy célba fut be,** a kiolvasást a FlexO Ponton minden versenyzővel megbeszéljük.



Tóth Levente- TTE FlexO versenyző. Fotó: Máthé István

## SI, Időmérés, Dugókák, Eredmény:

A FlexO ugyanúgy Sport Ident időméréssel zajlik. Az e-nevező illetve a helyszínen nevező versenyzőknek, az eddigi FlexO versenyt rendezők, ingyenesen biztosítottak dugókákat, remélem a továbbiakban is így lesz. A dugókákat a FlexO Pontot vezető rendező, (az eddigiekben én), veszi fel az SI sátorban, osztja ki a versenyzőknek, és a Célba futás után, veszi vissza a kategória indulóitól és adja le egyben, a verseny végén.

Dugókákat, egy pár darabot, a helyszíni nevezőknek is biztosítatok, én általában 5-6 db-t viszek el pluszban. Helyszíni nevező eddig minden versenyen volt, a FlexO kategóriában. A törzs FlexOzók tudják a dugókákat használni, az először indulóknak a FlexO Ponton elmagyarázzuk a használatát.

**Minden esetben felhívjuk a figyelmüket, hogy NEM SZABAD elveszteni a dugókát!**

Eredmény a FlexO kategóriában.

17:20 ⚡



60. Tavaszi Spartacus Kup...  
admin.mtfsz.hu

60. Tavaszi Spartacus Kupa - 2023  
Eredmények - 1. nap - középtáv

Szo 2023. 03. 18. 15:00

készítette: OE12 © Stephan Krämer SportSoftware 2023

FLEXO (12)		3,8 km 55 m	8 ep	
Hely	Név	Klub	Idő	Kül.
1	Demeter Zalán		30:04	0:00
2	Devich Boldizsár		32:03	+1:59
3	Tóth Levente	TTE Típo TKE	39:07	+9:03
4	Demeter Barnabás		45:02	+14:58
5	Deák-Kántor Dániel István		52:09	+22:05
6	Deák Dávid		56:14	+26:10
7	Hillier Júlia	ARA Alba Regia Atlétikai k	56:31	+26:27
8	Németh Virág	ARA Alba Regia Atlétikai k	56:47	+26:43
9	Bencze Virág		71:46	+41:42
10	Fodor Boróka	ARA Alba Regia Atlétikai k	72:59	+42:55
	Eszter Vörös			n.i.
	Vörös Márton			n.i.



Kérlek Benneteket, hogy a FlexO eredményeit ugyanúgy kezeljétek az MTFSZ felé, mint a normál kategóriáikat.

# Adatbank

## Személy adatok: Tóth Levente, 2010, TTE

Alapadatok **Eredmények** Térképek

Elérhetőségek Képek Tisztségek, edzői tev.

### Szűrési feltételek

Év

2023

Szűrés

### Ranglista, minősítés 2023

Ranglista	Helyezés	Kcs. hely.	Átlagpont	Minősítés
A 2023. évben egyik ranglistán sem szerepel!				

### Eredmények

Időpont	Futam	Kategória	Táv	Helyezés	Ranglista	Rangso
2023-03-05	<a href="#">Típo Kupa - Típo Kupa hosszútáv</a>	Flex-O	Hosszútáv (2020-ig Normáltáv)	1/4	-	-
2023-03-04	<a href="#">Típo Kupa - Típo Kupa középtáv</a>	Flex-O	Középtáv	3/13	-	-

## Önkéntesek:

Az Önkéntes Tájéfutó segítők, a legnagyobb segítség a FlexO kategóriának.

### Hogy miért van rájuk szükség??

A FlexO kategória teljesen új a magyar tájfutásban, így a kategória indulói, most ismerkednek a sporttal, mind a gyerekek, mind a szüleik. Illetve van 2-3 család, ahol magas támogatási szükségletű a fogyatékossgal élő gyerek, és a kísérő mellé elfér még egy szakavatott segítő. Nem, nem kell feltétlenül, hogy gyógypedagógus legyen, csak nagyon türelmes. Van rendszeresen FlexO induló lányunk a kategóriában, aki minden egyes versenyen legyőzi az óriási gátakat, amit az autizmusa okoz, és ez által fejlődik. Teszem hozzá azt is, hogy IMÁD versenyre járni.

Szóval van, ahol a család mellé elkel a terepi támogatás, pluszban, illetve a kísérőt is tanítja tájékozódni az önkéntes, illetve a FlexOzó gyereket is.

Az lenne a kérésem, hogy akik rendeznek FlexO-t, legalább egy önkéntest biztosítsanak a terepi kíséréshez. Persze ez csak egy opció, és egy nagy kérés...

### **Akik eddig ÖNKÉNTESKEDTEK:**

Tamás Bianka (DVTK)



Goldmann Kata (Salgótarjáni Dornyai SE)



Barta Gábor (SPA)



Kiss Máté Zalán (Típo TKE)



Illetve akikről nincs verseny közbeni fotóm: Nagy Zsófi (SPA ) és Verebélyi Tibor (Salgótarjáni Dornyai SE) Debnár Zsuzsanna ( DVTK)

**Tulajdonképpen ennyi lenne a FlexO KISOKOS és mi mind akik a FlexO-t szervezzük, köszönjük a versenyrendezőknak, hogy teret engednek a kategóriának versenyeken.**

A FlexO háttértechnikai asszisztense: Tóth Szabolcs (Típo-s szülő, FlexO kísérő.)

A FlexO Pont mindenese: Tóth-Turgonyi Dóra (Típo TKE)

(Elehetőség, minden kérdésben: [tdor1020@gmail.com](mailto:tdor1020@gmail.com) , tel: +36 30 7794-922)

A technikai felelős: Tóth Eszter szakedző (Típo TKE) [eszter@tipotke.hu](mailto:eszter@tipotke.hu)

**Az MTFSZ részéről: Sárközy Zsófia, Mihácz Zoltán és Kovács Balázs**

A FlexO Facebook oldala: <https://www.facebook.com/groups/3466025350324948>