

**Magyarország Fedettpályás  
Serdülő Atlétikai Bajnoksága, egyben Serdülő Magyar Liga (kivéve gyaloglások) 2019**

**A bajnokság helye és ideje:** Budapest – BOK Csarnok (volt SYMA)  
2019. február 2 - 3. (szombat – vasárnap)

**A bajnokság célja:** a fedettpályás bajnoki címek eldöntése a serdülő korosztályban.  
Versenyzési lehetőség biztosítása a téli versenyzési időszakban.

**Versenybíróóság:**

Elnök: Nagy István  
Elnökhelyettes: Machné Harkai Krisztina  
Technika: Ferenczy Zsuzsanna  
Titkár: Lohn Angéla

**Részvevők:**

Sportszervezetek érvényes versenyengedéllyel (MIR) rendelkező atlétái az alábbi korosztályban:  
**serdülő (2004-ben és 2005-ben születettek)**, ha a nevezésük a nevezési határidőig beérkezett és a versenyiroda azt elfogadta.

**Versenyszámok napi elosztása:**

Fiú: 1. nap: 300 m (2 kanyaros bevágás), 1500 m, 60 m gát (84 - 13,00 - 8,50), 3000 m gyaloglás, magasugrás, távolugrás, súlylökés  
2. nap: 60 m, 800 m, 3000 m, rúdugrás, ötösugrás, 4x200 m váltófutás (3 kanyaros bevágás)

Leány: 1. nap: 300 m (2 kanyaros bevágás), 1500 m, 60 m gát (76,2 - 12,50 - 8,00), 3000 m gyaloglás, rúdugrás, ötösugrás, súlylökés  
2. nap: 60 m, 800 m, 3000 m, magasugrás, távolugrás, 4x200 m váltófutás (3 kanyaros bevágás)

**Nevezés:** Kizárólag a MIR-ben lehetséges!  
**Nevezés indul: 2019.01.21. 00:00**  
**Nevezés zárul: 2019.01.28. 23:59**

A nevezési listát a versenyiroda január 29. (kedd) 12:00 óráig a MASZ honlapján közzéteszi.

Helyszíni nevezés nem lehetséges!

**Nevezési díj: 600 Ft/fő/versenyszám, átutalással számla ellenében, az elfogadott nevezések után.**

**Jelentkezés:** a versenyszám kezdete előtt 75 perccel lezárul.

**Figyelem! Jelentkeztetés a Körcsarnok előterében, belépés a főbejáraton.**

**Bevezetési időpontok (call room):/felső kanyar mögül/:A megjelenés - kizárás terhe mellett - kötelező!**

- síkfutások: 10 perc  
- gát: 15 perc  
- ügyességi: 25 perc  
- rúdugrás: 50 perc

### **Korlátozások:**

Ezen korosztály versenyzője két nap alatt összesen maximum három versenyszámban indulhat a váltó futással együtt, de egy nap maximum két versenyszámban lehetséges az indulása. Amennyiben a versenyző 300 m vagy annál hosszabb futószámban indult, más versenyszámban aznap már nem indulhat. Váltóban sem!

### **Díjazás:**

A versenyszámok győztesei elnyerik a „**Magyarország 2019. évi Fedettpályás Serdülő Bajnoka**” címet. Az 1-3. helyezettek érem díjazásban részesülnek.

### **Magasságemelések:**

#### **Fiú magas:**

A domb: 1.50 m - 1.55 - 1.60 - 1.65 - 1.70 - 1.74 - 1.78 - 1.82 - 1.88 - 1.90 + 2 cm

B domb: 1.30 m - 1.35 - 1.40 - 1.45 - 1.50 - és követi az A dombot

#### **Leány magas:**

A domb: 1.35 - 1.40 - 1.44 - 1.48 - 1.52 - 1.57 - 1.60 - 1.63 - 1.66 + 2 cm

B domb: 1.20 m - 1.25 - 1.30 - 1.35 - és követi az A dombot

**Fiú rúdugrás:** 2.00 m - 2.20 - 2.40 + 10 cm, majd 3.60-tól + 5 cm

**Leány rúdugrás:** 1.80 m - 2.00 - 2.20 - 2.30 + 10 cm, majd 3.10-től + 5 cm

**Ötösugrás - korlátozott nekifutásból\*** — a lendületszerzésre lányoknál 11 m fiúknál 12 m engedélyezett. A nekifutás lehetséges legtávolabbi pontját krétával keresztbe húzott vonallal kell jelölni, és egy futógátat kell elhelyezni rá. Az ugrásokat váltott lábbal kell végrehajtani. Az elugrás 20 cm széles festett gerendáról történik. **A versenyen csak edzőcipőben lehet indulni.**

**A festett gerenda távolsága a fiúknál 14 m és 16,50 m, míg a leányoknál 12 m és 14 m.**

### **Távolugrás! Ötösugrás! Figyelem!**

**A beérkezett nevezések számának ismeretében a serdülő fiú távolugrókat két csoportra, a serdülő leány távolugrókat három csoportra, a serdülő leány ötösugrókat 2 csoportra bontottuk.**

**A csoportbontásokat a MASZ honlapján az „Információk” rovatban fogjuk publikálni.**

**A csoportbeosztások a QB (2018.01.01-től a nevezési határidőig elért fedettpályás vagy szabadtéri eredmény) szerint készülnek el.**

**Három kísérlet után** a két/három csoport összesített legjobb 8 eredményt elérő versenyzője jogosult a verseny folytatására, azaz 4., 5., és 6. ugrásra. Aki(k) az 1./2. csoportból jut(nak) az összesített legjobb nyolc közé, annak(azoknak) egy próbaugrási lehetőséget biztosítunk a verseny folytatása előtt. Így a verseny várhatóan a próbaugrás(oka)t követő 5 percen belül folytatódik.

**Váltók!** A benevezett versenyzők csak abban a váltóban indulhatnak, ahová nevezve vannak, több benevezett váltónál nem lehet a tagokat cserélni csak váltón belül, másik váltóba áttenni nem lehetséges!

## Összesített (MASZ nyílt is) tájékoztató időrend 2019.02.02. szombat

### 11:55 Megnyitó

12:00	3000 Gyaloglás	Döntő	fiú	serdülő	
12:00	Magasugrás		fiú	serdülő	
12:00	Rúdugrás		leány	serdülő	
12:20	Távolugrás 1. csop.		fiú	serdülő	
12:30	súlylökés		leány	serdülő	3 kg
12:40	3000 Gyaloglás	Döntő	leány	serdülő	
13:15	60 m gát	ief.	leány	serdülő	76,2-12,5-8
13:45	60 m gát	ief.	fiú	serdülő	84-13-8,5
13:50	Távolugrás 2. csop.		fiú	serdülő	
14:05	60 m gát	ief.	női	abszolút	84-13-8,5
14:15	60 m gát	B - A Döntő	leány	serdülő	76,2-12,5-8
14:25	súlylökés		fiú	serdülő	4 kg
14:30	60 m gát	ief.	leány	ifjúsági	76,2-13-8,5
14:45	60 m gát	B - A Döntő	fiú	serdülő	84-13-8,5
15:00	60 m gát	Döntő	női	abszolút	84-13-8,5
15:10	60 m gát	ief.	fiú	ifjúsági	91,4-13,72-8,8
15:20	60 m gát	ief.	férfi	junior	99-13,72-9,14
15:30	Rúdugrás		női	abszolút	
15:30	Ötösugrás 1. csop.		leány	serdülő	
15:30	60 m gát	ief.	férfi	abszolút	106-13,72-9,14
15:45	60 m gát	Döntő	leány	ifjúsági	76,2-13-8,5
16:00	60 m gát	Döntő	fiú	ifjúsági	91,4-13,72-8,8
16:10	60 m gát	Döntő	férfi	junior	99-13,72-9,14
16:20	60 m gát	Döntő	férfi	abszolút	106-13,72-9,14
16:30	Súlylökés		férfi	abszolút	
16:35	300 m	if.	leány	serdülő	
16:50	Ötösugrás 2. csop.		leány	serdülő	
17:00	Magasugrás		férfi	abszolút	
17:35	300 m	if.	fiú	serdülő	
18:00	Súlylökés		női	abszolút	
18:00	Rúdugrás		férfi	abszolút	
18:20	1500 m	if.	fiú	serdülő	
18:30	Távolugrás		női	abszolút	
18:40	1500 m	if.	leány	serdülő	
18:50	1500 m	if.	női	abszolút	
19:00	1500 m	if.	férfi	abszolút	
19:15	400 m	if.	férfi	abszolút	
19:30	400 m	if.	női	abszolút	

**Összesített (MASZ nyílt és SzL 3 próba is) tájékoztató időrend 2019.02.03. vasárnap**

10:00	Ötösugrás		fiú	serdülő	
11:00	60 m	ief.	fiú	serdülő	
11:00	Rúdugrás		fiú	serdülő	
11:15	Távolugrás 1. csop.		leány	serdülő	
11:30	60 m	ief.	leány	serdülő	
12:00	60 m	ief.	női	abszolút	
12:15	60 m	ief.	férfi	abszolút	
12:35	60 m	B - A Döntő	fiú	serdülő	
12:40	Távolugrás 2. csop.		leány	serdülő	
12:50	60 m	B - A Döntő	leány	serdülő	
13:05	60 m	B - A Döntő	női	abszolút	
13:15	60 m	B - A Döntő	férfi	abszolút	
13:35	60 m gát		férfi	abszolút	3 próba
13:45	800 m	if.	fiú	serdülő	
14:00	Súlylökés		férfi	abszolút	3 próba
14:05	800 m	if.	leány	serdülő	
14:05	Távolugrás 3. csop.		leány	serdülő	
14:30	60 m gát		női	abszolút	3 próba
14:45	800 m	if.	női	abszolút	
14:55	800 m	if.	férfi	abszolút	
15:00	Magasugrás		leány	serdülő	
15:10	200 m	if.	női	abszolút	
15:30	Rúdugrás		férfi	abszolút	3 próba
15:35	200 m	if.	férfi	abszolút	
15:45	Távolugrás		női	abszolút	3 próba
16:20	4 x 200 m	if.	fiú	serdülő	
16:40	3000 m	if.	fiú	serdülő	
16:50	Súlylökés		női	abszolút	3 próba
16:50	Hármasugrás		férfi	abszolút	
17:05	3000 m	if.	leány	serdülő	
17:35	4 x 200 m	if.	leány	serdülő	
18:05	3000 m	if.	női	abszolút	
18:25	3000 m	if.	férfi	abszolút	

**Az időrend tájékoztató jellegű, a nevezések függvényében változhat!**