



## MAGYARORSZÁG XI. NYÍLT HEGYIFUTÓ BAJNOKSÁGA

2019

- Időpont:** 2019. május 18. szombat, 11:00
- Helyszín:** Parádfürdő, Mátraháza, Kékestető
- Versenyközpont:** Parádfürdői Ifjúsági Tábor, 3244 Parádfürdő, Sándorrét  
(Koordináták: 47.9181, 20.0552)
- A verseny célja:** Magyarország legjobb hegyifutóinak megtalálása férfiak és nők, ifjak és szeniorok között. A verseny Magyarország Hegyifutó Bajnoksága. Nyílt kategóriákban minden természetet és terepfutást kedvelő induló részt vehet.
- Rendező:** Magyar Atlétikai Szövetség / Hegyi- és Terepfutó Bizottság, Futapest Klub  
Versenyigazgató: Koren Tamás  
Versenybírószám elnöke: Papp János  
Technikai vezető: Gerlei Tamás  
Titkár: Hakkel Tünde

### Az Országos Bajnokság távjai:

TÁV	KATEGÓRIA
5.0 km, +290m -50m	Újonc (13 éves) leány, fiú Serdülő (14-15 éves) leány, fiú Ifjúsági (16-17) éves leány Junior (18-19) éves leány
9.7 km, +850m -75m	Ifjúsági (16-17 éves) fiú Junior (18-19 éves) fiú Felnőtt női/férfi (20 -) Szenior női/férfi (35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75-79, 80+, betöltött életkor számít)

A 16-19 éves lányok választhatják a felnőtt kategóriát, de ők csak abban a kategóriában lesznek értékelve, ahová neveztek.

### Szenior Hegyifutó Országos Bajnokság:

Szenior kategóriákban – a fent megadott korosztályokban – Magyarország Hegyifutó Bajnoka címet hirdetünk egyéniben (itt is leigazolt versenyzőnek kell lenni), ők automatikusan beleszámítanak a felnőtt kategóriába is!

Felnőtt korosztályban csapatversenyt hirdetünk. Egy csapatban az első 3 legjobb helyezett eredménye számít. A férfiak esetében a felnőtt csapatot a felnőtt és szenior korosztály tagjai alkotják, a nőknél az azonos távon induló versenyzők, korosztálytól függetlenül.

Utánpótlás korosztályokban is hirdetünk csapatversenyt: „Hegyifutó kupa csapatverseny” elnevezéssel az alábbiak szerint: újonc és serdülő korosztály együtt (13-14-15 évesek) leány-fiú 3-3 fő és ifjúsági és junior korosztályú együtt (16-17-18-19 évesek) leány-fiú 3-3 fő egy egyesületből.

Vegyes csapatok nem indulhatnak, a Bajnokságban csak a MASZ egyazon tagesületébe tartozó atléták alkothatnak egy csapatot.

Az országos bajnokságban azon egyesületek és szakosztályok tagjai indulhatnak, melyek tagjai a Magyar Atlétikai Szövetségnek (MASZ).





### Nyílt futamok (Futapest verseny):

RÖVID TÁV, korcsoportok		HOSSZÚ TÁV, korcsoportok		FELVONÓ FUTÁS
	... - 10 év fiú, lány		- 17 év fiú, lány	Táv: 300m
	11 - 13 év fiú, lány		18 - 19 év fiú, lány	szint: +80 m
	14 - 15 év fiú, lány		20 - 34 év férfi, nő	Rajt: 13:30
	16 - 17 év fiú, lány		35 - 39 év férfi, nő	CSAK NŐI/FÉRFI
	18 - 19 év fiú, lány		40 - 44 év férfi, nő	ABSZOLÚT KATEGÓRIA
Táv:	20 - 29 év férfi, nő	Táv:	45 - 49 év férfi, nő	Indulás a más távokon
5.0 km,	30 - 39 év férfi, nő	9.7 km Szint:	50 - 54 év férfi, nő	kapott rajtszámmal
szint:	40 - 49 év férfi, nő	+850m	55 - 59 év férfi, nő	ingyenes,
+290m	50 - 59 év férfi, nő	-75m	60 - 64 év férfi, nő	vagy 500 Ft/fő.
-50m	60 - 69 év férfi, nő		65 - 69 év férfi, nő	
	70 - 79 év férfi, nő		70 - 74 év férfi, nő	
	80 - 99 év férfi, nő		75 - 79 év férfi, nő	
			80 - 99 év férfi, nő	

A nyílt futamok dobogószíjait a Futapest Klub érmeit és ajándéktárgyakat kapnak.

**A verseny része a multiNavigator Hegyifutó Kupasorozatnak, a hosszú táv eredményei 1,2x-es szorzóval számítanak**

**Nevezés:** Nevezés a nyílt futamokra: 2019/05/14, kedd 24:00-ig.  
Nevezés a Magyar Bajnokságra: **2019/05/13 hétfő 24:00-ig**

A versenyen csak előnevezéssel lehet indulni, helyszíni nevezést nem tudunk elfogadni!

**A rövid távra maximum 160 fő, a hosszú távra maximum 240 fő nevezését fogadjuk el. További nevezéseket és helyszíni nevezést csak kivételes esetben fogadunk el.**

Az Országos Bajnokságra nevezésnél az egyesület megadása kötelező. Az előnevezés abban az esetben érvényes, ha a nevezési díj a rendezőszerv számlájára 2019. május 17-ig megérkezik, vagy valamelyik Futapest versenyen készpénzben befizetik.

**Nevezési díj:** Felnőtteknek: 2500,- Ft; diákoknak és fogyatékkal élőknek: 1200,- Ft,  
Futapest klubtagoknak ingyenes  
Sífelvonó futás 500,- Ft

Átutalási adatok:

Számlatulajdonos: Futapest Klub Egyesület

Számlaszám: Erste Bank, 11600006-00000000-60043782

Közleményben: versenyző(k) neve(i), számlázási név és cím.

További infók: [info@hegyifutas.hu](mailto:info@hegyifutas.hu) , [www.atletika.hu](http://www.atletika.hu) , [www.hegyifutas.hu](http://www.hegyifutas.hu) , [www.futapest.hu](http://www.futapest.hu)

Hegyifutó Bajnoksággal kapcsolatban:

Gerlei Tamás: +36 20 594 7800, Berendi Antal: +36 30 466 5080

Nyílt versennyel (Futapest) kapcsolatban:

Koren Tamás +36 20 824 3698, [futapestklub@gmail.com](mailto:futapestklub@gmail.com)

**Díjazás:** A Magyar Bajnokság egyéni és csapat 1-3. helyezettjei elnyerik a Magyarország Hegyifutó Bajnoka címet, az 1-3. helyezettek a MASZ egyedi bajnoki érmeit kapják.





### Egyéb tudnivalók:

Nyílt kategóriában bárki indulhat, aki a kiírásnak megfelelően a versenyre benevez. Az országos bajnokságban azon egyesületek és szakosztályok tagjai indulhatnak, melyek tagjai a Magyar Atlétikai Szövetségnek és rendelkeznek érvényes versenyengedéllyel (MIR), ha a nevezésük a nevezési határidőig beérkezett és a versenyiroda azt el is fogadta. A MASZ / Hegyi- és Terepfutó Bizottsága a szenior versenyzők nevezését is a MIR adatbázis alapján bírálja el, a Magyar Bajnokságra kékkönyves nevezést nem tudunk elfogadni. A további kérdéskörökben a MASZ mindenkorai Versenyszabályzata a mérvadó.

Versenyszabályok és helyezések eldöntése: a MASZ versenyszabályai szerint.

A versenyen külföldi sportolók is részt vehetnek a nyílt futamban.

**A MASZ szakbizottságaként a Hegyi- és Terepfutó Bizottság is elkötelezett híve a tiszta, doppingmentes sportnak, így a testület által rendezett vagy rendeztetett versenyeken a MASZ Dopping Szabályzata teljeskörben hatályosak a résztvevő sportolókra, ezzel eleget téve az IAAF és a WMRA törekvéseinek és előírásainak.**

A szinte végig emelkedő pálya, a technikás, köves szakaszok komoly felkészülést és jó erőbeosztást igényelnek. Ne terheld túl a szívedet, figyelj a pulzusodat!

### Időtábla

2019. május 18. szombat

7:45 menetrend szerinti Volán busz indulása Budapest, Stadion busz pályaudvarról Parádfürdőre és Mátraházára

8:15 menetrend szerinti Volán busz indulása Budapest, Stadion busz pályaudvarról Mátraházára

9:00 - 10:30 rajtszámok átvétele a parádfürdői versenyközpontban, vagy a rövidtáv rajtjában (Mátraháza, Veronika-rét)  
Kékestetőre küldendő csomagok leadása Parádfürdőn

**11:00 RAJT, egyszerre két helyszínen:  
hosszú táv: Parádfürdő, Mária-képoszlop  
rövid táv: Mátraháza, Veronika-rét (Déli sípálya alja)**

12:00 - 14:00 ebédszünet (pl. Tető önkiszolgáló étterem)

13:30 Sífelvonó futás rajtja

14:00 eredményhirdetés Kékestetőn

15:00 külön busz indulása Kékestető, Szanatórium megállóból Parádfürdőre

15:15 menetrend szerinti Volán busz indulása Mátraházáról Parádfürdőre

15:30 menetrend szerinti Volán busz indulása Mátraházáról Budapestre

15:43 menetrend szerinti Volán busz indulása Mátraházáról Budapestre

16:30 menetrend szerinti Volán busz indulása Kékestetőről Budapestre

Térképek:





[Áttekintő térkép](#)

[Hosszú táv a GPSIES.COM-on](#) [Hosszú táv a Google Föld-höz](#)

[Rövid táv a GPSIES.COM-on](#) [Rövid táv a Google Föld-höz](#)

### **Szálláslehetőség**

A [Parádfürdői Ifjúsági Táborban](#)  
[vagy máshol a közelben](#)

### **Különbusz:**

Kékestetőről Parádfürdőre: 400,- Ft/fő, indulás kb. 15:00 (eredményhirdetés után) Kékestető Szanatóriumtól  
Az előnevezéseket naponta egyszer dolgozzuk fel és frissítjük a [www.futapest.hu](http://www.futapest.hu) honlapon.

