

Kelt: Budapest, 2024.03.25.

Felnőtt és U23 Összetett Atlétikai Magyar Bajnokság 2024

1. A bajnokság helye és ideje:

Lantos Mihály Sportközpont
1146 Budapest, Rákospatak utca 13-17.

2024. május 25- 26. (szombat-vasárnap)

2. A bajnokság rendezője:

Magyar Atlétikai Szövetség és a Magyar Testgyakorlók Köre Budapest

3. A bajnokság célja:

Magyarország szabadtéri összetett egyéni és csapatbajnoki címeinek eldöntése Felnőtt és U23 korosztályban.

4. Díjazás:

A versenyszámok győztesei elnyerik a „**Magyarország 2024. évi Felnőtt és U23 Összetett Atlétikai Bajnoka**” címet.

A bajnokság 1-3. helyezettjei éremdíjazásban részesülnek.

Az csapatverseny első három helyezett csapatának tagjai éremdíjazásban részesülnek.

Amennyiben a csapat tartalék versenyzője érvényes összetett eredményt ér el, szinten érmes lesz.

5. Versenybíróság:

Elnöke:

Irányítója:

Technikai vezető:

Titkára:

6. Részvevők:

Azon atléták, akik a MIR-ben érvényes versenyengedéllyel és sportorvosi igazolással rendelkeznek, valamint az egyesületük a nevezési határidő lejártáig benevezte őket.

7. A bajnokság versenyszámai:

Férfi:

Abszolút tízpróba egyéni – Dr. Nyerges Mihály emlékverseny,

Abszolút tízpróba 3 fős csapatbajnokság,

U23 tízpróba egyéni,

U23 tízpróba 3 fős csapatbajnokság:

1. nap: 100 m, távolugrás, súlylökés, magasugrás, 400 m

2. nap: 110 m gát, diszkoszvetés, rúdugrás, gerelyhajítás, 1500 m

A férfi U23 tízpróba külön egyéni és csapatbajnokság, de az elért eredmény a felnőtt egyéni és csapatbajnokságba is beleszámít.

Női:

Abszolút hétpróba egyéni – Szekeres Sándor emlékverseny,

Abszolút hétpróba 3 fős csapatbajnokság,

U23 hétpróba egyéni,

U23 hétpróba 3 fős csapatbajnokság,

1. nap: 100 m gát, magasugrás, súlylökés, 200 m

2. nap: távolugrás, gerelyhajítás, 800 m

A női U23 hétpróba külön egyéni és csapatbajnokság, de az elért eredmény a felnőtt egyéni és csapatbajnokságba is beleszámít.

8. Nevezés:

A nevezés módja:

Kizárólag előnevezéssel a MIR-ben lehetséges!

Nevezés indul: **2024.05.13. 00:00**

Nevezés zárul: **2024.05.20. 23:59**

Helyszíni nevezés nem lehetséges!

Nevezési díj:

Abszolút, U23: 2.000 Forint / Fő

A nevezési díj megfizetésének módja:

Átutalással számla ellenében, az elfogadott nevezések után.

Nevezési tudnivalók:

A versenyzőket egyénileg és csapatban is kell nevezni.

A csapatban egy tartalék versenyzőt lehet nevezni.

Amennyiben a szakosztály a csapat létszámánál több versenyzőt kíván indítani, meg kell jelölni a négy, illetve három csapattagot.

Egy egyesületből több csapat is indítható.

A férfi U23 tízpróbában, valamint női U23 hétpróbában indulni kívánó versenyzőknek a MIR felületen **elegendő az abszolút versenyszámba nevezni.**

9. Jelentkezés és rajtszámátvétel:

Helye: A Lantos Mihály Sportközpont előcsarnokában.

A versenyzőket **mindkét napon** az első versenyszám kezdete előtt **90 perccel** le kell jelentkezteni.

A versenyző a versenyen való további részvételből (beleértve azokat a versenyszámokat is, amelyekben egyidejűleg versenyzik, és a váltószámokat is) kizárásra kerül, amennyiben:

- nem indul el egy versenyszámban, amelyre jelentkezett, vagy magasabb futamba került és azon fordulóban már nem indul el;
- nem jelenik meg a Call Room-ban a megadott legkésőbbi megjelenési időpontig azon versenyszám előtt, amelynek a rajtlistáján szerepel a neve;
- megjelenik a Call Room-ban, de végül nem tesz kísérletet ügyességi számban vagy nem rajtol el futó- vagy gyalogló szám esetén;
- nem becsületesen, jóhiszeműen („bona fide”) versenyzik.

Többnapos verseny esetében a kizárás az újabb versenynap(ok)ra is vonatkozik és érvényben marad.

Azonban elfogadható a versenyző vizsgálatán alapuló orvosi igazolás a szervezők által kijelölt orvostól arról, hogy a versenyző a jelentkezés, vagy egy korábbi forduló után nem tudja vállalni a versenyzést, de a verseny egy következő napján már rajthoz tud állni (kivéve a többpróba versenyek egyéni számait).

10. Bemelegítés:

A hosszú egyenes mögötti füves pályán, a patakparton, illetve rossz idő esetén az emeleti fedett futófolyosón.

A melegítést az ügyességi versenyszámok helyszínén a következő táblázatban foglaltak szerint lehet megkezdeni:

Versenyszám:	Melegítési idő:
Síkfutások:	10 perc
Gátfutások:	15 perc
Ügyességi számok (kivéve lent. felsorolt:)	30 perc
Gerelyhajítás:	40 perc
Rúdugrás:	60 perc

11. Öltözési lehetőség:

A munkacsarnok épületében a folyosóról nyíló kijelölt öltözőkben.
Az öltözőben hagyott értéktárgyakért a rendezők felelősséget nem vállalnak.

12. Call room:

Helye: 300 m rajtjánál felállított sátorban.

Megjelenés a Call room-ban a megadott legkésőbbi megjelenési időpontig és az onnan történő versenybíró általi bevezetés - **kizárás terhe mellett** - **kötelező!**

A második nap kezdetén is kötelező a megjelenés az első versenyszám előtt!

Call Room megjelenési és bevezetési időpontok táblázata 2024.05.25., szombat

Call Room nyit:	Call Room zár (Legkésőbbi megjelenés)	Kezdési időpont:	Versenyszám:		
12:55	13:00	13:45	100 m	férfi tízpróba	U23, felnőtt
13:35	13:40	14:00	100 m gát	női hétpróba	U23, felnőtt

2024.05.26., vasárnap

Call Room nyit:	Call Room zár (Legkésőbbi megjelenés)	Kezdési időpont:	Versenyszám:		
13:05	13:10	13:30	110 m gát	férfi tízpróba	U23, felnőtt
14:05	14:10	14:45	Távolugrás	női hétpróba	U23, felnőtt

Call roomra vonatkozó egyéb információk

- A Call Room-ban szűrőpróbaszerű cipőellenőrzést végzünk a Word Athletics honlapján található legfrissebb lista alapján (<https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/technical-information>). Amennyiben egy versenyző olyan cipőben szeretne versenyezni, amely nincs rajta a listán, kérjük, hogy a modell pontos megnevezését és egy fényképet küldjön meg a versenyiroda@atletika.hu e-mailcímmre a nevezési határidőig.

- A Call Room-ban nem kerülnek elvételre a segítségnek minősülő, a versenyterületen nem használható elektronikus eszközök (pl. fülhallgató, rádió, mobil telefon vagy más hasonló készülék), azonban minden versenyző figyelmét felhívják, hogy tegyék el a táskájukba és a versenyterületen nem engedett elővenni és/vagy használni, mert az figyelmeztetést/kizárást vonhat maga után.

13. Dobószámokra vonatkozó előírások

Saját dobószere:

Használata hitelesítés után megengedett.

Leadás és visszavétel a Szerhitelesítés számára kialakított helyen.

Szerhitelesítés:

Helye: Főépület oldalán, a bejárat mellett felállított sátorban.

A saját dobószereket hitelesítésre legkésőbb **75 perccel** a versenyszám kezdete előtt le kell adni.

A szereket a versenybírószág szállítja a verseny helyszínére.

Azokat a verseny után ugyanitt – a szerhitelesítő helyen – lehet visszavenni.

Kérjük ennek tiszteletben tartását a versenyzőktől.

14. Ugrószámokra vonatkozó előírások

Kezdőmagasságok és magasságemelések:

A kezdőmagasságokat és az emeléseket a verseny helyszínén az indulók függvényében állapítjuk meg.

15. Parkolás:

A környező utcákban díjmentesen

16. Egyéb:

Minden olyan kérdésben, amelyben ez a versenykiírás nem rendelkezik, a MASZ versenyszabályai a mérvadók.

A versenyző csak az arra kijelölt helyen, kizárólag bevezetéssel léphet be a pályára és csak a kijelölt helyen keresztül hagyhatja el azt.

Az öltözőben vagy az atlétikai pályán bárhol őrizetlenül hagyott értéktárgyakért felelősséget nem vállalunk!

Büfé üzemel a helyszínen.

A Felnőtt és U23 Összetett Atlétikai Magyar Bajnokság tájékoztató időrendje

1. nap, 2024. 05. 25., szombat

10:45	100 m gát	női hétpróba	U23, felnőtt	83,8cm; 13,00-8,50-10,50
11:00	100 m	férfi tízpróba	U23, felnőtt	
11:40	Távolugrás	férfi tízpróba	U23, felnőtt	
11:45	Magasugrás	női hétpróba	U23, felnőtt	
13:10	Súlylökés	férfi tízpróba	U23, felnőtt	7,26 kg
13:30	Súlylökés	női hétpróba	U23, felnőtt	4 kg
14:20	Magasugrás	férfi tízpróba	U23, felnőtt	
14:30	200 m	női hétpróba	U23, felnőtt	
16:20	400 m	férfi tízpróba	U23, felnőtt	

2. nap, 2024. 05. 26., vasárnap

10:30	110 m gát	férfi tízpróba	U23, felnőtt	106,7cm; 13,72-9,14-14,02
11:00	Távolugrás	női hétpróba	U23, felnőtt	
11:20	Diszkoszvetés	férfi tízpróba	U23, felnőtt	2 kg
12:30	Gerelyhajítás	női hétpróba	U23, felnőtt	600 gr
13:00	Rúdugrás	férfi tízpróba	U23, felnőtt	
14:30	800 m	női hétpróba	U23, felnőtt	
16:00	Gerelyhajítás	férfi tízpróba	U23, felnőtt	800 gr
17:30	1500 m	férfi tízpróba	U23, felnőtt	

Versenyszámok szerinti és napi bontott időrend

NŐI FELNŐTT, U23 HÉTPRÓBA

1. nap – 2024. 05. 25. - szombat

10:45	100 m gát	női hétpróba	83,8cm; 13,00-8,50-10,50
11:45	Magasugrás	női hétpróba	
13:30	Súlylökés	női hétpróba	4 kg
14:30	200 m	női hétpróba	

2. nap – 2023. 05. 26. – vasárnap

11:00	Távolugrás	női hétpróba	
12:30	Gerelyhajítás	női hétpróba	600 gr – A pálya
14:30	800 m	női hétpróba	

FÉRFI FELNŐTT és U23 TÍZPRÓBA

1. NAP – 2024. 05. 25. - szombat

11:00	100 m	férfi tízpróba	
11:40	Távolugrás	férfi tízpróba	
13:10	Súlylökés	férfi tízpróba	7,26 kg
14:20	Magasugrás	férfi tízpróba	
16:20	400 m	férfi tízpróba	

2. NAP – 2024. 05. 26. – vasárnap

10:30	110 m gát	férfi tízpróba	106,7cm; 13,72-9,14-14,02
11:20	Diszkoszvetés	férfi tízpróba	2 kg – C pálya
13:00	Rúdugrás	férfi tízpróba	Munkacsarnokban
16:00	Gerelyhajítás	férfi tízpróba	800 gr – B pálya
17:30	1500m	férfi tízpróba	