

Őszi hosszú távú postaverseny versenykiírása 2000 méter

A tavasszal megrendezett Hajós Alfréd emlékúszáshoz és a tavalyi évhez hasonlóan a Magyar Szenior Úszók Országos Szövetsége úgynevezett „**Őszi hosszútávúszó postaversenyt**” hirdet. A versenyt Magyarország bármely uszodájában meg lehet rendezni, szabadon csatlakozhat bárki az úszáshoz. A táv teljesítése történhet edzésen vagy erre az alkalomra kiírt versenyen. **Ha valaki ilyen verseny szervezését (időmérés, eredmények összegyűjtése és elküldése) vállalja, kérjük közölje, hogy a honlapunkon (www.mszuosz.hu) közzé tegyük, ezáltal minél többen csatlakozhassanak az úszáshoz.**

A versenyen indulhatnak korosztálytól függetlenül, igazolt és amatőr úszók egyaránt. A fiatalabb versenyzők esetében: 8–19 évek között éves, 20 évtől öt éves korcsoportokban. Külön értékeljük a férfi és női versenyzőket.

Korcsoportok:

Születési év	Kor	Születési év	Kor
1996- 2008 között évente	8-19 évenként	1956-1960	55-59
1991-1995	20-24	1951-1955	60-64
1986-1990	25-29	1946-1950	65-69
1981-1985	30-34	1941-1945	70-74
1976-1980	35-39	1936-1940	75-79
1971-1975	40-44	1931-1935	80-84
1966-1970	45-49	1926-1930	85-89
1961-1965	50-54	1926 előtt	90 fölött

A versenyen mindenki saját felelősségére indul. A sportorvosi ellenőrzés ajánlott! A kiskorú, 14 év alatti versenyzők csak felnőtt felügyelete mellett (szülő, edző, szülő által megbízott kísérő) vehetnek részt a versenyen.

A versenyen 2000 métert kell teljesíteni bármilyen úszásnemben, de az értékelés úszásnemtől függetlenül történik.

A verseny időpontja: 2015 november 14-től december 05-éig.

Az időeredményeket korcsoportok szerint értékeljük, minden versenyhelyszínen elért eredményt összesítve. Mivel a versenyt különböző hosszúságú medencékben rendezhetik, ezért az értékelésnél a következő időt növelő korrekciót használjuk: a 25 méteres medencében 36 mp, 33 1/3 méteres medencében 18 mp. Ezek az idők a fordulók száma alapján számított tapasztalati értékek.

A verseny eredményeket egy excel táblázatban e mailben kérjük a következő címre szenioruszas@gmail.com. A táblázat az www.mszuosz.hu honlapról letölthető és a következő adatokat tartalmazza:

Helység:		Medence hossza:		Adatgyűjtő neve:	
				E mail cím:	

Sorszám	Versenyző neve	Neme	Születési év	Úszott idő	Egyesület	Úszás dátuma
1	Példa Péter	F/N	éééé	pp:mm,ss	pl. Egyéni Bp	éééé.hh.nn
2						

Aki többször teljesíti a fenti időszakban kérjük a legjobb eredményét küldje el.

A nem a megadott formátumban küldött eredményeket nem áll módunkban értékelni.

A verseny díjazása: Minden kategória első három versenyzője oklevelet kap. Az okleveleket a magyar Szenior Úszók Országos Szövetsége készíti el és a honlapról letölthető lesz.

A postaverseny a „fair play” szellemében kerül megrendezésre, ahol a résztvevők sportszerű magatartását feltételezzük.

Versenyrendezők jelentkezését várjuk!

A postaversennyel kapcsolatos bővebb információért a szenioruszas@gmail.com címre írhatnak.

Budapest, 2015.11.10.

dr. Nagy Norbert
az MSZÚOSZ elnöke