

## „Őszi hosszútávú verseny” 2000 m-es úszás

Tisztelt Sportbarátaim!

2004 óta veszünk részt a „Fedettpályás” Öbölátúszás, „Fedettpályás” 2000 m-es úszás és MellúszOB, idén az „Őszi hosszútávú verseny” nevet viselő úszóakciókban, Hajdúszoboszlói, Újkerti, Debreceni Sportuszodai és egyéb helyszíneken. 2006 októberében a Debreceni Sportuszoda lakossági próbaüzeme alatt a Smaragd Delfin Úszóiskolával közösen rendezve ez volt az első időméréses verseny a Sportuszodában.

Az idei „postaverseny”-t (a beküldött eredményekből az idei versenyt kiíró Magyar Szenior Úszók Országos Szövetsége, személy szerint klubtársunk, a fővárosban élő Miklós Attila állítja össze a korosztályos ranglistákat) szintén komoly novemberi úszópróbának tekintjük.

2014. november 15. óta eddig 45-en úsztuk le időmérés mellett a távot, főként szeniorok, egyetemisták és lakossági úszók. Kérésemre néhány élvonalbeli sportoló is csatlakozott eredménye közzétételével.

Az úszási időszak november 30-áig, tehát még négy napig tart.

Úszási lehetőségek szervezésünkben a Debreceni Sportuszodában, részvételi díj 650 Ft/fő/alkalom:

2014. november 27., csütörtök: szenior edzés 20.00-tól, gyülekező 19.45-kor, legfeljebb 5 főnek mérek.

2014. november 28., péntek: szenior edzés 19.00-tól, gyülekező 18.45-kor, igény esetén 2x5 főnek mérek. Utána 20 órától klubbérlettel belépő néhány sporttársnak lakossági pályán mérek.

2014. november 29., szombat: 7.30-tól be lehet lépni klubbérletünkkel a Sportuszodába. Első rajt 7:40-kor a 25 m-es medencében, lakossági úszás keretében. Javaslom, hogy „kerek órák” rajtokra gyertek! (8-kor, 9-kor és 10-kor tervezek néhány fős rajtot, de folyamatosan lehet egy-két főnek csatlakozni. Hangsúlyozottan lakossági pályás körülmények a 25 m-es medencében, közben 9.30-tól 13.00-ig vízilabda esemény (OB/IB mérkőzések) az 50 m-es medencében.

2014. november 30., vasárnap: 8.00-tól pályabérlettel 12 főnek az 50 m-es medencében mérek. Első rajt 8.30-kor (max. 6 főnek), második rajt 9:15-kor, 45 percen belüli úszókra számítok (elsősorban). A második rajtot tervezők 9.00 előtt érkezzenek meg!

10.00-11.00 között a 25 m-es medencében két bérelt pályán mérem az utolsó futamot.

Aki lassú (1 órán felüli időre számít), úszóbérletes belépéssel 11-kor rajtolhat.

Javaslom, hogy az, aki már úszott egyszer (vagy többször) és javítani szeretne, az pénteken 20 órától vagy a szombati-vasárnapi alkalomra jöjjön! Parti segítséget elfogadok a részidőzéshez!

Aki máshol és máskor ússza le a 2000 m-t november 30-áig, küldje el eredményét nekem e-mailben! (Név, szül. év, egyesület, ennek hiányában lakhely, az úszás helye, a medence

hossza, az időeredmény mp pontossággal) Akár „időmérés nélkül úsztam”, kb. .... perc alatt jelzést is elfogadok, egy perc pontosságú idő meghatározása fali óráról is kivitelezhető.

Kérem együttműködésüket!

Debrecen, 2014. november 27.

Tisztelettel Dr. Rentka László  
a Debreceni Szenior Úszó Klub elnöke

Előzetes jelentkezés javasolt e-mailben (legalább egy nappal a rajt előtt) vagy mobilon!  
e-mail: [rentkaszenior1@gmail.com](mailto:rentkaszenior1@gmail.com) mobil: 06 30 742 52 44