



X. Évindító Nemzetközi Szenior Összetett Sprint Úszóverseny és Országos Bajnokság az 1500 méteres gyorsúszásban Szentés, 2025. 01. 25. szombat

- A verseny rendezője:** Szentesi Delfin Egészségmegőrző Sport Club
Szentesi Sport- és Üdülőközpont Nonprofit Kft
- A verseny támogatói:** Magyar Szenior Úszók Országos Szövetsége
Szentés Város Önkormányzata
- A verseny helye:** Szentés, Üdülőközpont, Dr. Rébéli-Szabó József Városi Sportuszoda, Csallány Gábor part 4. Fedett, 50m-es, 10 pályás, elektromos időmérés (Colorado Time Systems)
Víz hőmérséklet: 26,2-27,0 Celsius fok
- A verseny célja:** A felnőtt lakosság rendszeres testmozgásának elősegítése, az egészség fenntartása, megőrzése, az úszás népszerűsítése, a hazai és nemzetközi kapcsolatok ápolása, versenyzési, felkészülési lehetőség biztosítása a szenior korú versenyzők számára.
Országos bajnokság az 1500 méteres gyorsúszásban
Szintidő úszás lehetősége a Masters Világbajnokságra az 50 méteres számokban, valamint 200 méteres hátúszásban. Világsúcs kísérlet a 4x200 méteres női gyorsváltóban
- Sportorvosi vizsgálat:** **Nem kötelező, de erősen ajánlott. Mindenkinek saját felelőssége, hogy csak megfelelő fizikai és egészségi állapotban vállalja a versenyzést.**

A délelőtti verseny várható kezdési időpontja és lebonyolítási rendje:

A nevezések számától és a nevezési időktől függően 9³⁰ - 10⁰⁰ óra körül várható. A beérkezett nevezések után tudjuk a délelőtti versenyek kezdési idejét pontosan közölni. A verseny napja előtt legalább 2 nappal a szenior úszók és az Üdülőközpont facebook oldalára feltesszük a kezdés időpontját és a tervezett futambeosztást, hogy mindenki előre megtervezhesse az érkezésének időpontját.

Az 1500 méteres gyorsúszásban a legjobb időt úszó, az MSZÚOSZ-nél regisztrált versenyző minden korosztályban magyar bajnoki címet kap.

A legjobb nevezési idővel nevezett 10 férfi és női úszónak tudjuk biztosítani azt, hogy egyedül úszik egy pályán, s idejét elektromos időméréssel mérjük. A többi versenyzőnek valószínűleg osztoznia kell a pályán még egy úszótársával, idejüket kézi időméréssel mérjük.

Fontos, hogy azok, akik várhatóan országos csúcsot fognak úszni 1500 m gyorson, (vagy váltóban), a futam indítása előtt a vezető időmérőnek jelezzék csúcsváltozási szándékukat (formanyomtatvány kitöltésével és leadásával), hogy a hitelesítéshez szükséges kézi időmérők számát is biztosítani tudjuk. Kérjük, azokat az úszókat, akik csúcsot döntöttek bármelyik számban, jelezzék a versenybírósnak elnökénél, hogy megkönnyítsék a jegyzőkönyv vezetését. (1500 m közben a résztávokon csúcsot döntők is, formanyomtatvány kitöltésével!)

Az 1500 méteren leggyengébb idővel nevezett férfi és női versenyzők együtt úsznak időtakarékoság miatt. A vegyes nemű futam a legjobb férfi futam után és a női

futamok előtt kerül lebonyolításra. Kérjük, hogy mindenki valós idővel nevezzen! A versenytávozt végig gyorsúszásban kérjük teljesíteni!

Versenypogram:

Melegítés: kb. 9⁰⁰ órától, az első 1500 méteres futam kezdési ideje előtt 30 perccel

1. 1500 m férfi gyorsúszás
2. 1500 m női gyorsúszás
3. 4x100 m női gyorsváltó
4. 4x100 m férfi gyorsváltó
- Melegítés kb. 13¹⁵-től 13⁴⁰-ig.*
- Ünnepélyes megnyitó 13⁴⁵*
- Délutáni verseny kezdése 14⁰⁰*
5. 50 m férfi gyorsúszás
6. 50 m női gyorsúszás
7. 50 m férfi mellúszás
8. 50 m női mellúszás
9. 50 m férfi hátúszás
10. 50 m női hátúszás
11. 50 m férfi pillangóúszás
12. 50 m női pillangóúszás
13. 200 m férfi hátúszás
14. 200 m női hátúszás
15. 4x100 m mix vegyes váltó
16. 4x100 m női vegyes váltó
17. 4x100 m férfi vegyes váltó
18. 4x200 m női gyors váltó

Korcsoportok:

I. kcs	25-29	1996- 2000
II. kcs	30-34	1991- 1995
III. kcs	35-39	1986- 1990
IV. kcs	40-44	1981 -1985
V. kcs	45-49	1976 -1980
VI. kcs	50-54	1971 -1975
VII. kcs.	55-59	1966- 1970
VIII. kcs	60-64	1961 -1965
IX. kcs	65-69	1956- 1960
X. kcs	70-74	1951- 1955
XI. kcs	75-79	1946 -1950
XII. kcs	80-84	1941- 1945
XIII. kcs	85-89	1936-1940

Díjazás, különdíj:

Az 1–3. helyezett érdíjazásban részesül minden korcsoportban, valamennyi versenyszámban. A négy sprint versenyszámban a relatív százalékos értékek pontszámát összesítve a legtöbb pontot elérő férfi és női versenyző az összetett sprintverseny győzteseinek járó kupát veheti át.

Nevezés:

Elektronikusan: http://delfin_esc.athlondia.hu oldalon 2025. január 05-től.

Információ:

Pólyáné Téli Éva e-mail: te.li.eva13@gmail.com +36-63-314 998 este és hétfvégén.

Nevezési határidő:

2025. január. 15. (Az 1500 méteres gyorsúszás időfutamainak beosztása és időrendjének közzététele miatt szükséges a korai lezárás. Későbbi nevezéseket csak a helyszínen, és csak az üres pályákra tudunk elfogadni.)

Nevezési díj:

50 méteres egyéni számok: 1500,- Ft / szám. A 70 év felettieknek és fogyatékkal élőknek egy sprint szám ingyenes. Az 1500 méteres gyorsúszásban a nevezési díj 2000 Ft/rajt minden induló versenyző részére. A nevezési díj befizetése kizárólag a helyszínen, készpénzben 2025. 01. 25-én 9:00–15:00 óráig. Váltók nevezése a helyszínen történik, 15 óráig kérjük leadni.

Szentes, 2024. november 9.

Szabó Zoltán Ferenc
Szentés Város Polgármestere

Szabó Imre
A Szentési Delfin ESC elnöke

Pólyáné Téli Éva
A verseny szervezője