

eXtremeManQ135

Nagyatád 2024

Versenykiírása

A verseny célja:

A Quadrathlon sportág kedvelőinek hosszútávú versenye.

A triatlon és a kajak szerelmesei számára versenyzési lehetőség biztosítása egy számukra új sportágban, egyéni és váltóverseny formájában.

Időpont:

2024. augusztus 10. szombat

Rajt: 7:00

A verseny rendezője: az eXtremeMan Kft. (extrememan@extrememan.hu)

Szervezőbizottság elnöke: Dr. Herr Gyula

Versenyigazgató: Péter Zsófia

Számítógépes adatfeldolgozás: EvoChip Hungary Sportszolgáltató Kft.

Technikai felügyelő: Molnár Jenő

Vezető versenybíró: Rónai Ferenc

Műsorvezető: Péter Attila

A verseny távja:

összesen: 135 km

3800m úszás, 20 km kajak, 90 km kerékpár és 21,1 km futás

Rajt és cél:

Rajt: Gyékényes, Kotró, Szabadstrand

(<https://goo.gl/maps/QHgwQkeBacLBDj1P9?coh=178571&entry=tt>)

Cél: Nagyatád, eXtremeMan Tér

(<https://goo.gl/maps/CFm8BWmex8bRhzeC9?coh=178571&entry=tt>)

Tervezett időrend:

Augusztus 8. (csütörtök)

17:00- 20:00 - a Versenyiroda nyit a Versenyközpontban

Augusztus 9. (péntek)

8- 20 - a Versenyiroda nyit a Versenyközpontban

Augusztus 10. (szombat)

6:00- 6:45 kajak és kerékpár depo nyitva, kerékpár check in Gyékényes

6:30 Úszás check-in, Gyékényes

6:45 eligazítás - "last minute information"

7:00 Rajt

15:00 célbaérkezések

eredményhirdetés- az első célba érkezése után, a színpadon

24:00 pályazárás

Útvonal:

3800 m úszás: Gyékényesen – a bányatóban.

Rajt: a partról vízbefutással. A versenypálya három 1270 m-es kör teljesítéséből áll. Az első és a második kör teljesítése után a versenyzőknek ki kell jönniük a vízből, majd a szárazföldön kb. 10 métert futva kezdik meg az úszás következő körét.

Neoprén ruha használata 24 foknál hidegebb víz esetén engedélyezett. Hivatalos víz hőfok a rajt előtt egy órával. Várható víz hőfok: 21-25 C°

Limitidő: 2 óra 00 perc (CET 9:00) a kajak megkezdéséhez !

20 km kajak:

12 kör a sziget körül, mindegyik kör 1600 m hosszú + rá és kivezető kajakozás

Limitidő: 4 óra 00 perc (CET 11:00) a kerékpározás megkezdéséhez !

90 km kerékpár:

Gyékényes bányató – Curgó – Iharosberény – Böhönye - Nagybajom - Kutas - Beleg - Ötvöskónyi - Segesd - Nagyatád Városi Strand

az útvonal biztosítással, közepes minőségű aszfalton.

A versenypálya három vasúti sorompót keresztez, időjöv írás lehetséges.

A kerékpározás során a KRESZ szabályait be kell tartani.

Szintkülönbség 640 m

Bojzás nem megengedett.

21,1 km futás:

Versenyközpont – Nagyatád belvárosa – Versenyközpont

5250 m-es pályán négy kör, a versenyzők minden körben áthaladnak a Versenyközponton.

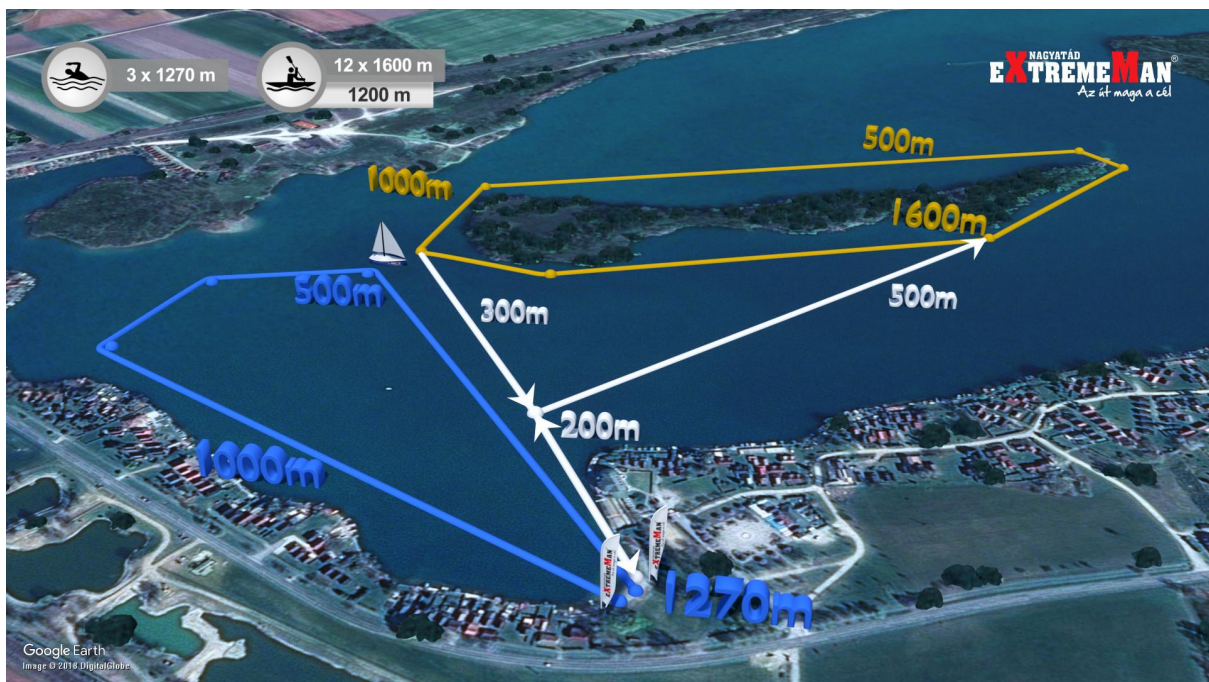
A futás forgalomtól zárt pályán, jó minőségű aszfalton, ill. műkövön van kijelölve.

Szintkülönbség: elhanyagolható. A futás során a versenyzők követése tilos.

Egyéni frissítésre a Zrínyi utca mentén van lehetőség.

Pályarajz:

<https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1eoX1tYRg4yg6AnUrJMospjqkkv95G6M&usp=sharing>





Szintidő:

úszás limitidő 2:00 óra a kajak megkezdéséhez

kajak limitidő 4:00 óra a kerékpár megkezdéséhez

kerékpár limitidő 8:00 óra a futás megkezdéséhez

Részvevők:

Egyéni versenyben a 2006 idősebb nő és férfi vehet részt, aki fizette a nevezési díjat és elfogadta a versenyszabályzatot és a verseny feltételeit.

Kategóriák:

- Abszolút 1-3 nő, férfi - Elit, Master, U23, Senior
Váltó- abszolút 1-3 női- férfi/vegyes

Nevezés:

Kizárólag interneten, az extrememan.nevezo.hu oldalon, az ott leírtak szerint. A nevezési díjat csak bankkártyával lehet rendezni.

Nevezés lemondása:

A regisztráció a nevezési felületen mondható le, az ott **megjelölt határidőig és kezelési költség** ellenében.

2 lehetőség közül lehet választani. A már megszokott módon visszakereshető a nevezési díj vagy jóváírható a fiókban és a következő nevezéskor felhasználható. Ez utóbbi esetben kedvezőbb a kezelési költség.

A lemondáshoz a Nevezéseim fülön a megfelelő versenyt kiválasztva a választott lemondási opció gombra kell kattintani.

A határidők lejártával nem tudjuk elfogadni a lemondásokat.

Időmérés:

Chipes időmérés.

Frissítés:

Úszáson és kajakon nincs.

Kerékpáron: High5 izotóniás ital, High5 szelet vagy gél, felezett banán, víz

Futáson: víz, sótabletta, High5 isogél, keksz, Coca-cola, dinnye

Díjazás:

- Abszolút 1-3 nő, férfi - Elit, Master, U23, Senior
Váltó- abszolút 1-3 női- férfi/vegyes

Szabályzat:

A versenyen a Quadrathlon Világszövetség (WQF) szabályrendszere érvényes. Minden résztvevőt kérünk ezeknek a szabályoknak a betartására.

A szabályok a következő linken érhetőek el:

<https://www.quadrathlon-online.de/wqf/WQF-Sport-Order.pdf>

Egyebek:

- Bármit kérdezni akarsz, írd egy e-mailt: zsofiapeter@extrememan.hu
- A verseny folyamán képeket, videókat készítünk, amit a verseny után felhasználunk.
- A változás jogát fenntartjuk!