



Nemzeti
Sportfejlesztési és
Módszertani Intézet



Magyar
Triatlon



NAGYATÁD **E****XTREME****M****AN** **KÖZÉPTÁV VARIÁCIÓK** *Az út maga a cél*

iBio - eXtremeMan Középtáv Variációk

Nagyatád 2025

Próbáld ki a triatlont része és az Aktív Magyarország egyik állomása
Versenykiírása

A verseny célja:

Azok a versenyzők számára, akik még nem érzik magukban az erőt, hogy célba érjenek a klasszikus távon (3,8-180-42), de szeretnének egy kis ízelítőt kapni a verseny hangulatáról.

A triatlon sportág szerelmeseinek verseny lehetőség biztosítása.

Különleges kombinációkban variálható versenyszám.

Időpont: 2026.08.09.

rajt: 9:25 (egyéni)

9:30 váltók

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

Szervezőbizottság elnöke: Dr. Herr Gyula

Versenyigazgató: Szliczki József

Számítógépes adatfeldolgozás: EvoChip Hungary Sportszolgáltató Kft.

Technikai felügyelő: kijelölés folyamatban

Vezető versenybíró: kijelölés folyamatban

Műsorvezető: Péter Attila

A verseny távja:

Középtáv variációk "ÚSZÁS": 3+1+1: 69 km (3,8 km úszás, 60 km kerékpár, 5,2 futás)

Középtáv variációk "BICAJ": 1+2+1: 96,5 km (1,3 km úszás, 90 km kerékpár, 5,2 km futás)

Középtáv variációk "FUTÁS": 1+1+4: 82,4 km (1,3 km úszás, 60 km kerékpár, 21,1 km futás)

A középtáv variációk "classic" táv: 2540m úszás, 84km bringa, és 21km futás

Rajt, versenyközpont és cél:

rajt: Gyékényes, Kotró strand (<https://goo.gl/maps/LEo2v4Wrj5G2vk6e6>)

versenyközpont és cél: Nagyatád, eXtremeMan Tér

Tervezett időrend:

Augusztus 7. (péntek)

17:00 - 21:00 - a Versenyiroda nyitva a Versenyközpontban

Augusztus 8. (szombat)

8:00 - 20:00 - a Versenyiroda nyitva a Versenyközpontban

Női és gyerek futamok

Augusztus 9. (vasárnap)

7:15-8:15 bedepózás

9:15 - úszás check-in a hosszú távú váltóverseny indulóival

9:25- rajt (egyéni)

9:30 váltók

körülbelül 17:00 - eredményhirdetés

Útvonal:

Úszás: (a választott variáció szerint)

Gyékényesen – a bányatóban.

Rajt: a partról vízbe futással.

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°

Kerékpár: (a választott variáció szerint)

Gyékényes- Nagyatád bevezető "nagy kör"- 52 km

Gyékényes bányató – Porrogszentkirály – Csurgó (Csokonai domb) – Berzence (Turul domb) a 681-es úton - Nagyatád - taranyi átkötő út - Tarany (fordító) - Nagyatád (eXtremeMan tér). A bevezető kb. 52 km-es szakaszon jó és közepes minőségű aszfalton TELJES PÁLYAZÁR mellett.

Szintkülönbség: 280 m

A kis kör- 32 km

Az eXtremeMan tér - 681-es úton Hókamalom utáni fordító - taranyi átkötő út - Tarany 4 x 32km-es "kiskörökön" TELJES PÁLYAZÁR mellett, a 681-es úton közepes, a taranyi úton pedig kitűnő minőségű aszfalton.

Szintkülönbség: 240 m (4 x 60 m).

A versenypálya kettő vasúti sorompót keresztez, időjövírás lehetséges.

A kerékpározás során a KRESZ szabályait be kell tartani.

Bolyozás nem megengedett.

Futás:(a választott variáció szerint)

Versenyközpont – Nagyatád belvárosa – Versenyközpont

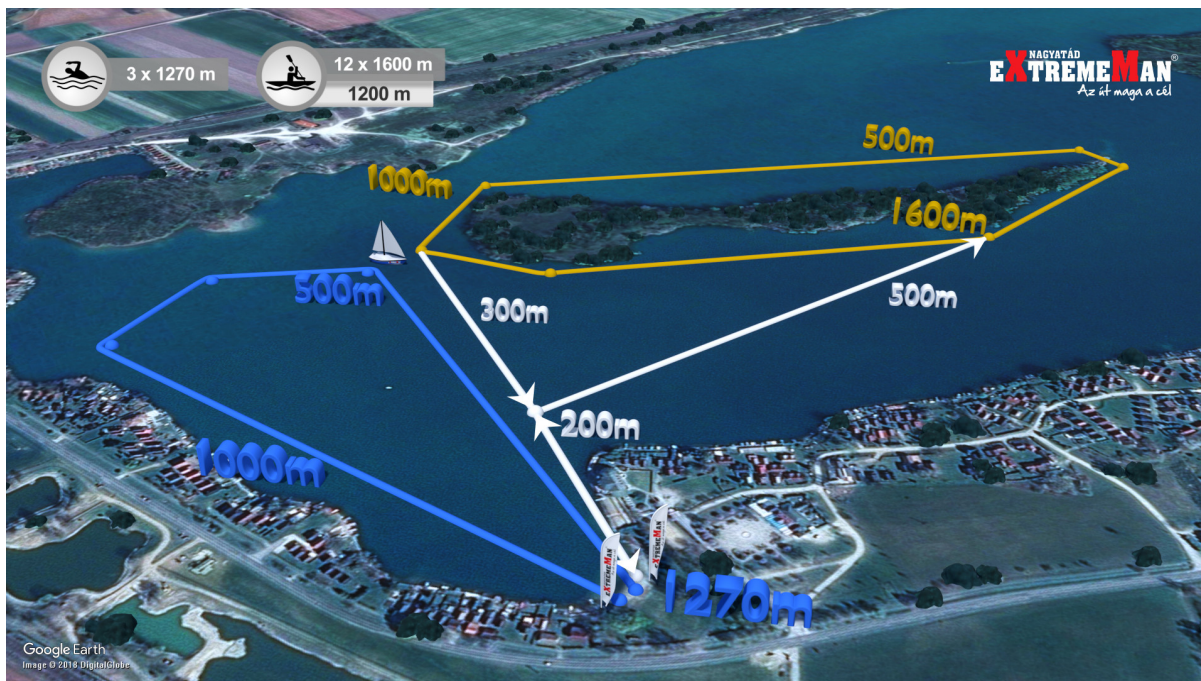
5250 m-es pályán

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

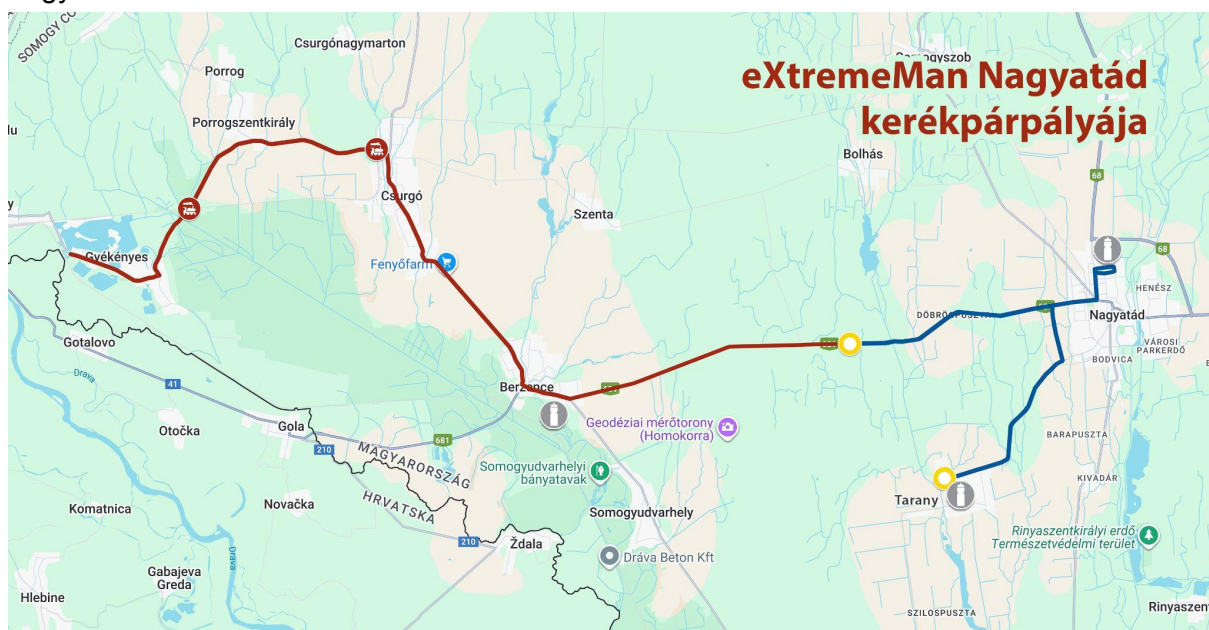
Szintkülönbség: elhanyagolható. A futás során a versenyzők követése tilos.

Egyéni frissítésre a Zrínyi utca mentén van lehetőség.

Pályarajz:



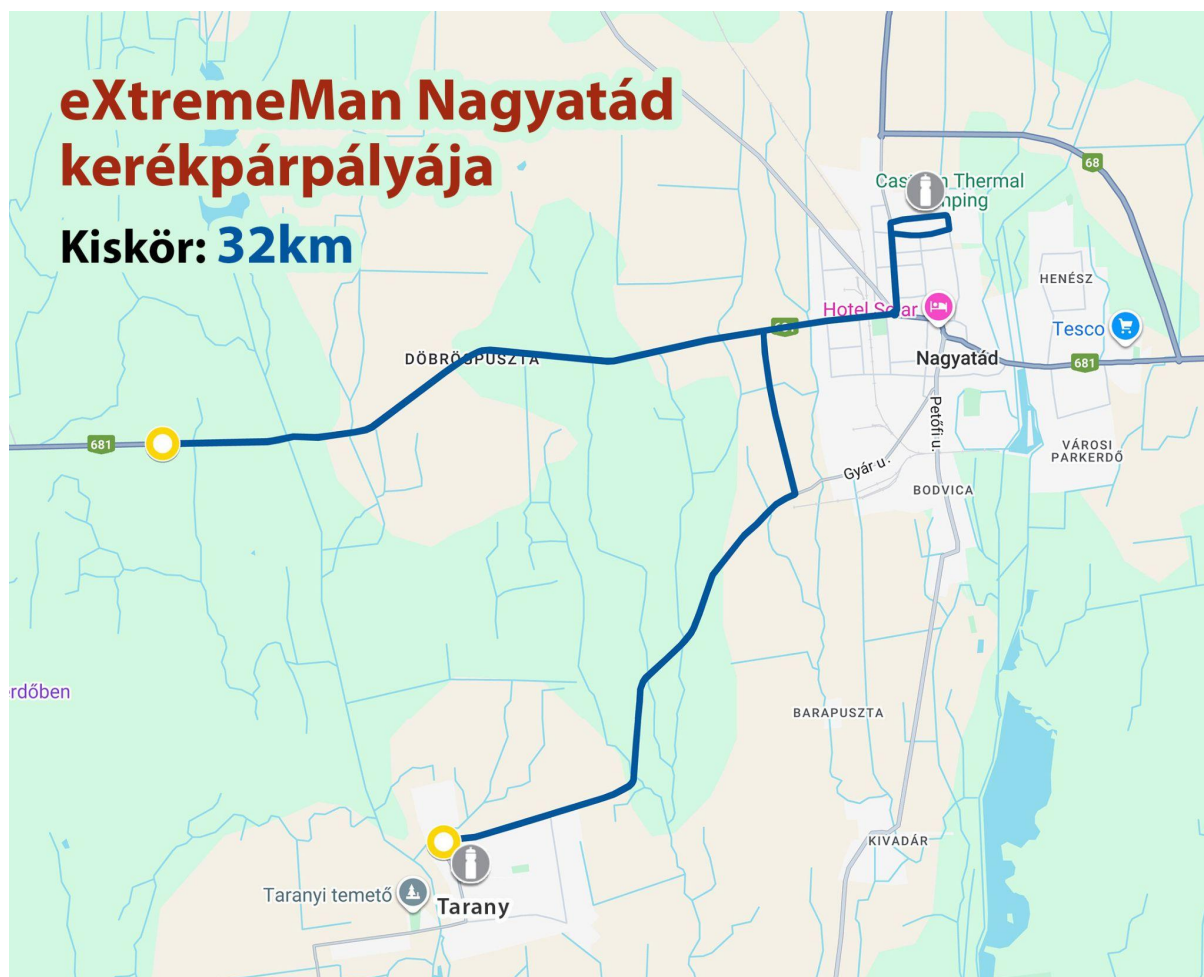
Nagy kör:

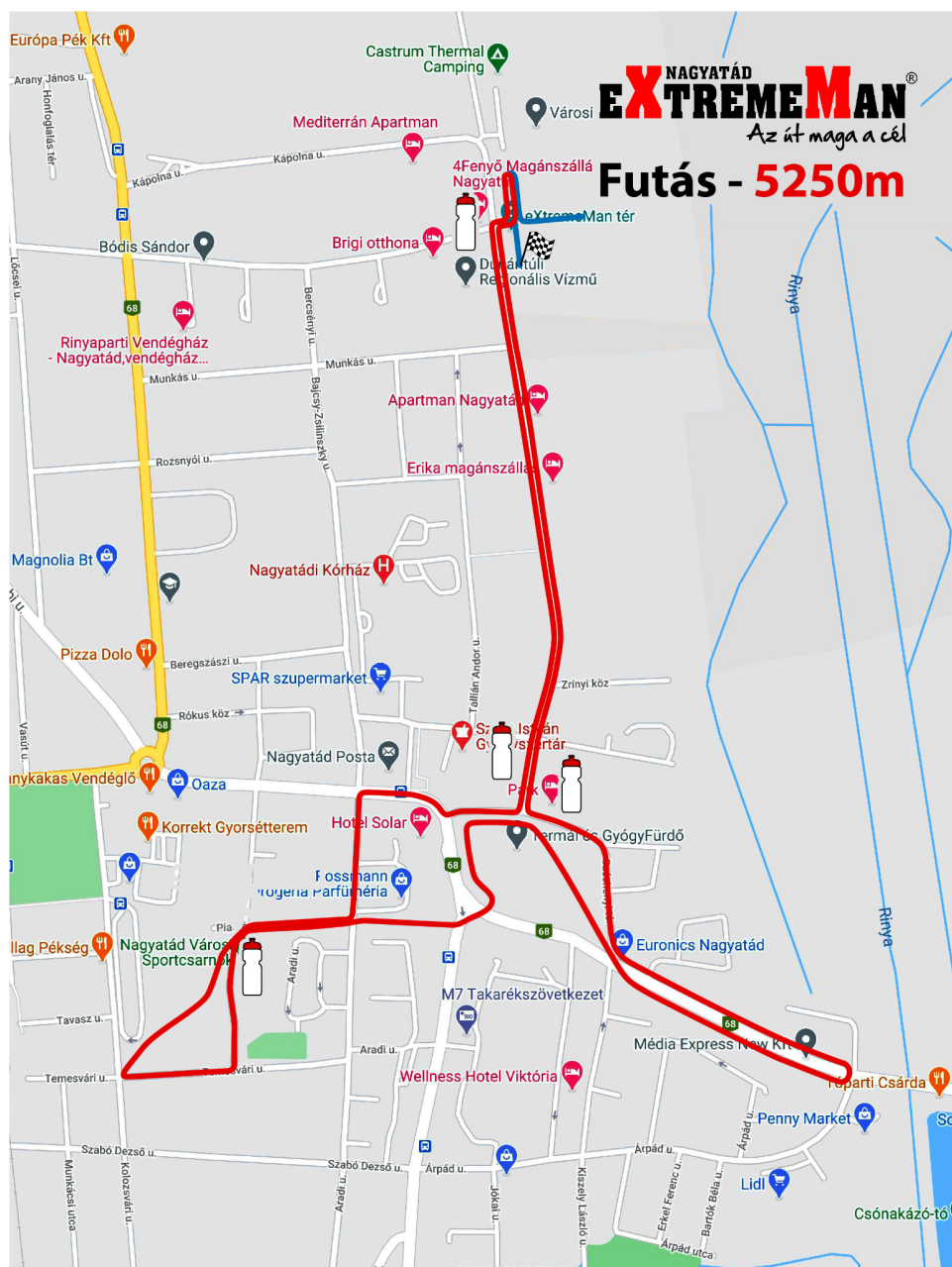


kis kör:

eXtremeMan Nagyatád kerékpárpályája

Kiskör: 32km





Szintidő:

Limitidő: 8 óra

Úszás vége (mindenkinek): 11:00

Résztvevők:

18 évnél idősebb versenyzők. Próbáld ki a triatlon esemény is! Kérlek itt regisztrálj!

<https://probaldkiatriatlont.hu/probald-ki-a-triatlont/>

Nevezés:

A versenyeken a nevezési díj tartalmazza mindazokat a szolgáltatásokat, melyet mindenkinek javaslunk igénybe venni a verseny során (ezek egy része kötelező is a szabályos versenyzéshez): a rajtszámot, a chipet, az etiketteket, a frissítőállomások szolgáltatásait, a célban kapott érmet és befutó csomagot (az azonnali frissítéshez), szükség esetén az Eü. ellátást.

Az eXtremeMan Nagyatád versenyén ezeken felül a strandbelépőként is szolgáló versenyzői karszalagokat, a váltásokhoz szükséges BIKE - RUN - AFTER RACE szatyrokat, a relax team (masszázs) szolgáltatásait, sőt nevezéskor mindenki kap sorsjegyeket is, mellyel részt vehet az eredményhirdetésen tartott sorsoláson.

Választhatsz kiegészítő termékeket és nevezhetsz ezzel egyidejűleg más versenyekre is nagy kedvezménnyel. Egyes kiegészítő termékeink csak a jövőben jelennek meg a listán (pl. Finisheres póló, kulacs, úszósapka). Az iBio - eXtremeMan Nagyatád Középtáv Variációk verseny nevezőit is megkérjük majd egy nyári pontosításra, akkor kell majd választaniuk, hogy pontosan melyik távon szeretnének indulni.

A nevezési űrlap bal felső sarkában részletes információval szolgálunk a nevezési és a lemondási díjról. A jobb felső részen az aktuális nevezési díjról és a választott kiegészítő termékek áráról, az elérhető kedvezményekről és a folyószámla egyenleg esetleges felhasználásáról tájékoztatunk. Így alakul ki a fizetendő összeg. Ha valamely kedvezményt nem találsz, akkor még fizetés előtt járj utána az okának. Utólag sajnos nem tudunk módosítani.

A nevezési díjat csak bankkártyával lehet rendezni. A képernyő utasításait követve válik sikeressé a nevezés.

Sikertelen nevezés esetén egyszerűen meg kell ismételni a nevezést. A korábbi sikertelen nevezéssel nincs további teendő. (Sikertelen lesz a fizetés, ha a vissza gombra kattintunk, ha idő előtt becsukjuk a böngészőt, ha nem megfelelő kártyával próbálunk fizetni vagy nincs elegendő fedezet a kártyán.)

A **nevezési listába** csak a sikeres nevezések kerülnek, a sikertelen nevezésekkel nincs további teendő.

A **Home** felület a felhasználónévre kattintva a lenyíló listából érhető el. Itt táblázatban található meg az egyes versenynevezéseid (bal oldali oszlop) és az azokhoz kapcsolódó termékek nevét és darabszámát (jobb oldali oszlop) a rendelési azonosítókkal együtt. A jobb oldali oszlopban szereplő versenyek olyan versenyek, melyeket egy másik verseny nevezéséhez kapcsolódóan, kedvezményesen vásároltál. Zöld pipa jelzi a sikeres nevezéseket, termékvásárlásokat, piros vonal és áthúzás jelöli a sikertelen vagy lemondott tételeket.

A leadott rendelések a **Rendelésem** részen tekinthetők át részletesen. A zöld szín jelzi a sikeres rendeléseket.

Ha benevezel egy versenyre és ugyanazon rendelésen belül nevezel kedvezményes áron egy vagy több másik versenyre is, illetve egyéb kiegészítő terméket vásárolsz, akkor ezeket egy rendelésként, a fő verseny (alapnevezés) neve alatt rögzítjük. Az ablak bal alsó sarkában található a rendelési azonosító. Az ablakra kattintva láthatóvá válnak a tranzakció tételei is. **Már a nevezés során érdemes tudni róla, hogy lemondás csak az alapnevezés ablakából indítható és azzal együtt minden kapcsolódó termék és kapcsolódó versenynevezés lemondásra kerül.** Az itt feltüntetett lemondási díj a teljes lemondásra vonatkozik.

Bármely versenyhez, melyre korábban beneveztél, tudsz később is kiegészítő terméket, akár kedvezményes díjú egyéb versenynevezést vásárolni. Csak kattints a Nevezés részen az adott versenyre és válassz a termékek közül. A rendszer felismeri, hogy az adott versenyre már neveztél, így a nevezési díjat nem számolja fel külön, csak azt a terméket, amit bejelölsz. Sikeres rendelés esetén a Rendelésem részen egy újabb zöld ablak jelenik meg. Neve Rendelés kiegészítés lesz és a közepén található kék gomb mutatja, melyik fő rendeléshez (alapnevezéshez) kapcsolódik. A Rendelés kiegészítés külön nem mondható le.

Nevezés lemondása:

A nevezések lemondásának határidejét, annak kezelési költségét az egyes versenyek nevezési lapján feltüntetjük, nevezést követően megtekinthetők a Rendelésem részen.

Lemondás esetén 2 lehetőség közül lehet választani. Visszakérhető a nevezési díj vagy akár jóvá is írható a fiókban és a következő nevezéskor felhasználható. Ez utóbbi esetben kedvezőbb a kezelési költség.

A lemondáshoz a Rendelésem fölön a megfelelő versenyt kiválasztva a választott lemondási opció gombra kell kattintani.

Figyelem! Lemondás esetén egy adott versenyhez kapcsolódó minden kiegészítő termék és vásárolt versenynevezés is törlődik, akár egy időben, akár később vásároltad. A feltüntetett lemondási díj a teljes lemondásra érvényes.

Sikeres lemondás esetén a Home felületen az adott tételek áthúzza szerepelnek.

A határidők lejártával nem tudjuk elfogadni a lemondásokat.

Időmérés:

Chipes időmérés.

Frissítés:

Úszáson nincs.

Kerékpáron: High5 izotóniás ital, High5 szelet vagy gél, felezett banán, víz
Berzencén és Nagyatádon
Futáson: víz, sótabletta, High5 isogél, keksz, Coca-cola, dinnye

Díjazás:

Abszolút 1-3 férfi, női

Szabályzat:

[Általános Résztvételi Szabályzat](#)

Egyebek:

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