

Göcsej Galopp 55/33/16/5 2016

Terepfutóverseny Teljesítménytúra

Rendező: Göcsej Környezetvédő, Tájékoztató és Futó Egyesület

Időpont és helyszín:

2016. március 6. Kávás, kulcsosház Iskolaköz u.
GPS(É46.860744, K16.711111)

Rajt időpontja és szintidők:

Futás:	55 km, 16 km, 5 km	10.10	
Teljesítménytúra:	55 km:	6.00 – 8.00	13 óra
	33 km	6.00 – 9.00	8 óra
	16 km:	8.00 – 10.00	4 óra
	5 km:	8.00 – 10.00	2 óra

Kategóriák:

Futás:	55 km	FN 19-40, 41-55, 56-
	16 km	FN -14, 15-18, 19-40, 41-
	5 km	FN -14, 15-18, 19-

Nevezési díj:

		Előnevezés	Helyszínen, határidő után
<u>Terepfutás:</u>	55 km:	4000,- Ft	5500,- Ft
	16 km:	1600,- Ft	3000,- Ft
	5 km:	1000,- Ft	2000,- Ft
<u>Teljesítménytúra:</u>	55 km, 33 km	1300,- Ft	1600,- Ft
	16 km	900,- Ft	1200,- Ft
	5 km	600,- Ft	800,- Ft

Kedvezmények az összes túra távhoz: MTSZ: -200,- Ft, vagy MSTSZ: -200,- Ft, vagy TTT: -200,- Ft, vagy Magyar Turista Kártya: -200,- Ft, Futáson 18 év alatt 500,- Ft kedvezmény. Az előnevezés csak akkor érvényes, ha a határidő után két napon belül a nevezési díjad megérkezik a 74000236-10016666 Bak és Vidéke számlaszámunkra. Ellenkező esetben helyszíni nevezési díjat kell fizetni. Lemondást írásban 2016. február 28-ig fogadunk el, ekkor a befizetett összeg 80 %-át visszautaljuk. Egyesületeknek minimum 10 fő egyben történő nevezése esetén 10 % kedvezmény.

Előnevezési határidő: 2016. február 28. 24.00

Nevezési lehetőségek:

gocsejktfe@gmail.com (kérjük megadni a választott távot és futás esetén a születési évet.)
(Email-ben történő nevezés esetén 48 órán belül visszaigazolást küldünk.)

<http://goo.gl/forms/pfgVskbiSw> online nevezés

Rajtszám:

A futók egyedi rajtszámot kapnak, amit a mellkason teljes terjedelemben viselni kell.

További információ:

Mézes Tibor Sólyom +3620/472-0056 gocsejktfe@gmail.com

www.gocsejtaifutas.hu

Eredményhirdetés: Csak a futáson.

Minden egész órában, a háromnegyedig beérkezőket a következő egész órában kihirdetjük.

Frissítő:

Minden induló meleg ételt kap a célban.

Futás:

55 km:

6,9 km: víz, szörp, szőlőcukor, csoki, ropi
16,2 km: víz, szörp, izo, szőlőcukor, banán, pogácsa
23,6 km: víz, szörp, izo, szőlőcukor, banán, nápolyi ropi
33,5 km: víz, szörp, tea, izo, szőlőcukor, banán, csokoládé, ropi
42,8 km: víz, szörp, tea, izo, szőlőcukor, banán, zsíros kenyér
50,1 km víz, szörp, tea, izo, szőlőcukor, banán, keksz, ropi

16 km:

6,9 km: víz, szörp, szőlőcukor, csoki, ropi
12,4 km: víz, szörp, tea, izo, szőlőcukor, banán, keksz, ropi

5 km:

A célban: tea, csoki, keksz, ropi, szőlőcukor

Teljesítménytúra:

55 km:

6,9 km: víz, szörp, csoki,
16,2 km: víz, szörp, pogácsa
23,6 km: víz, szörp, nápolyi
33,5 km: víz, szörp, tea, banán
42,8 km: víz, szörp, tea, zsíros kenyér
50,1 km víz, szörp, tea, keksz

33 km:

6,9 km: víz, szörp, csoki,
17,7 km: víz, szörp, nápolyi
20,3 km: víz, szörp, tea, zsíros kenyér
27,5 km víz, szörp, tea, keksz

16 km:

6,9 km: víz, szörp, csoki
12,4 km: víz, szörp, tea, keksz

5 km:

A célban: tea, csoki, keksz, ropi, szőlőcukor

Díjazás:

Futás:

Minden kategória dobogósainak egyedi érem. A távok nemenkénti abszolút helyezettjeinek tárgyjutalom.

Az előnevezőnek egyedi rajtszám, minden részvevőnek egyedi oklevél, kitűző.

Teljesítménytúra:

A teljesítőknak az adott évre jellemző egyedi kitűzöt biztosítunk.

Minden résztvevő névre szóló egyedi emléklapot kap.

Egyebek:

A túrán csak saját hozott pohárban/bögrében szolgáljuk ki a frissítőt, a környezeti terhelés csökkentése miatt.

Mindenki a saját felelősségére indul.

A Versenyközpontban büfé működik; öltözési és mosdási lehetőség van.

A futás szintidőn túl teljesítménytúráként folytatható.

A teljesítmény túra szintidejének lejártát követően a pályát nem biztosítjuk.

Mindenkit szeretettel vár a rendezőség!

A frissítő állomások nyitva tartása a weblapunkon lesz elérhető.

Kávási, salomvári, kustánszegi, becsvölgyei lakosok előnevezés esetén térítésmentesen indulhatnak.

Támogatók:

Kávás Önkormányzata

Salomvár Önkormányzata

Kustánszeg Önkormányzat

Becsvölgye Önkormányzat