

XVIII. DUNA MENTI ZÖLDSPORT FESZTIVÁL



Vác
2014. március 8-9. szombat-vasárnap

Versenyszámok, rajt időpontok és nevezési díjak:

2014. március 8.

35 km gyalogtúra	7:30 – 9:00	1000 Ft	Vác – Naszály – Török-rét – Katalinpuszta – Naszály – Vác
Szintemelkedés: 950 m, indulás 8:00 után, szintidő: 9 óra			
15 km gyalogtúra	7:30 – 10:00	800 Ft	Vác – Naszály – Vác
Szintemelkedés: 450 m, indulás 8:00 után, szintidő: 5 óra			
84 km kerékpártúra	7:30 – 10:00	1000 Ft	Vác – Verőce – Nagymaros – Szob – Letkés – Szob – Nagymaros – Verőce – Vác
Szintemelkedés: 100 m, indulás 8:00 után, szintidő: 6 óra			
40 km kerékpártúra	7:30 – 11:00	800 Ft	Vác – Verőce – Nagymaros – Verőce – Vác
Szintemelkedés: 50 m, indulás 8:00 után, szintidő: 5 óra			

2014. március 9.

	február 28-ig	III.1-től
300 m futás	9:30 ingyenes	ingyenes
2 km futás	10:00 500 Ft	700 Ft
5 km futás	10:30 1000 Ft	1500 Ft
10,5 km futás	10:30 1500 Ft	2000 Ft
21,1 km futás	10:30 2000 Ft	2500 Ft
30 km futás	10:30 3000 Ft	3500 Ft
Szintidő: 4 óra		
42,2 km futás	10:30 4000 Ft	4500 Ft
Szintidő: 5 óra		



Szakaszos triatlon	8:45	2500 Ft	helyszíni nevezésre nincs lehetőség
Kerékpár (20 km)	8:45		
Futás (5 km)	10:30		
Úszás (750 m)	12:00		
Bukósisak használata kötelező!			
Szakaszos aquatlon	10:30	2500 Ft	helyszíni nevezésre nincs lehetőség
Futás (5 km)	10:30		
Úszás (750 m)	12:00		

Versenyközpont: Piarista Gimnázium tornaterme
2600 Vác, Konstantin tér 6. (megközelítés a Szentháromság tér felől a Piarista utcából)



www.zoldgomb.hu

Információ:

Zöldgömb Sport Klub

Cím: 1075 Budapest, Rumbach Sebestyén u. 3.

Mobil: 06-20-542-0727, 06-30-465-9662

E-mail: reck.szilvia@zoldgomb.hu, balazs.eliza@zoldgomb.hu

Honlap: www.zoldgomb.hu



[www.facebook.com/
ZoldgombSportKlub](https://www.facebook.com/ZoldgombSportKlub)

Nevezés:

Előnevezés: 2014. III. 6-ig a www.zoldgomb.hu oldalon az **Éves program** menüpont alatt a táv melletti ceruza ikonra kattintva lehetséges.

Nevezési díj befizetése: 2014. III. 5-ig átutalással a Zöldgömb Sport Klub Erste Banknál vezetett 11991102-02164609-00000000 sz. számlaszámára, vagy III. 8-9-én a versenyközpontban.
Közlemény

Helyszíni nevezés: III. 8-án 7:30-10:30 óráig, III. 9-én 8:00-11:00 óráig a versenyközpontban.

Kedvezmények:

- Legalább **3 fős családok** nevezése esetén **1 fő ingyenes!**
- A hallássérültek és látássérültek, illetve kísérőik ingyenesen indulhatnak.

Frissítés:

Futás: Víz, szörp, izotóniás ital, tea, édes és sós keksz, szőlőcukor, gyümölcs, csokoládé

Túra: Víz, szörp, tea, édes és sós keksz, szőlőcukor, zsíros kenyér a célban (és Katalinpusztán)

Csomagmegőrzés:

A rajt-cél helyszínén

Korosztályok (minimum 3 induló esetén kerülnek értékelésre) és eredményhirdetés:

300 m: ovis	10:00
2 km: 6-10 év, 11-14 év	10:30
5 km: 11-14 év, 15-18 év, 19-39 év, 40-49 év, 50 év fölött	11:30
10 km: abszolút, 15-18 év, 19-39 év, 40-49 év, 50 év fölött	12:00
21 km: abszolút, 15-18 év, 19-39 év, 40-49 év, 50 év fölött	13:00
30 km: abszolút, 19-39 év, 40-49 év, 50 év fölött	14:00
42 km: abszolút, 19-39 év, 40-49 év, 50 év fölött	15:00
Triatlon: abszolút, 15-18 év, 19-39 év, 40-49 év, 50 év fölött	13:30
Aquatlon: abszolút, 15-18 év, 19-39 év, 40-49 év, 50 év fölött	13:30

Díjazás:

Futás: minden távon minden kategória 1.-3. helyezettje (fiú – lány, férfi – nő) érmet és oklevelet kap.

Túrák: kitűző, oklevél

Térkép:

A Cserhát turistatérképe (Cartographia 8., 2010) vagy Naszály (1:20000, kiadó: Vác város önkormányzata, 2007). A rajtban fekete-fehér itinert adunk térképvázlattal.

**Környezetünk megóvása érdekében és a felesleges hulladék keletkezését megelőzendő, kérjük a túrázókat, hogy hozzanak saját bögrét/kulacsot/poharat!
A rajtnál lehetőség lesz kemény műanyag pohár vásárlására 150 Ft/db áron.**



www.zoldgomb.hu

Információ:

Zöldgömb Sport Klub

Cím: 1075 Budapest, Rumbach Sebestyén u. 3.

Mobil: 06-20-542-0727, 06-30-465-9662

E-mail: reck.szilvia@zoldgomb.hu, balazs.eliza@zoldgomb.hu

Honlap: www.zoldgomb.hu



[www.facebook.com/
ZoldgombSportKlub](https://www.facebook.com/ZoldgombSportKlub)