

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála - eseményinformáció

Táv, útvonal, váltás, frissítés | Fitness programok | Versenyközpont | Öltöző, ruhatár, WC | Szintidők | Iramfutók | **Nevezés - díjak és határidők** | Rajts Kategóriák, díjazás | Időmérés | Eredmények | Sorsolás | Rendező elérhetőségei | Egyéb tudnivalók |

20.Coca-Cola Testébresztő Női Futógála időpont, helyszín

Időpont: 2015. május 17.

Helyszín: Városliget, Napozórét

Rajt/Cél: Zichy Mihály út (Napozóréttel szemben)

Rajtok és távok:

- **10:00 - 2,1 km** (egyéni és kollektív nevezők, a 10+5+2 km indulóinak 1. rajtja a nap során!)
- **10:05 - Gyaloglás 2,1 km**
- **11:00 - 5 km** (a 10+5 km indulói is ekkor teljesítik az 5 km-t, a 10+5+2 km résztvevőnek 2. rajtja a nap során)
- **12:00 - 3x1,5 km váltó**
- **13:00 - Családi futás** (700 m)
- **13:30 - 10 km, és 10 km párban (4,2 km+5,8 km), 10+5 km, valamint a 10+5+2 km résztvevői**
 - **a tervezett tempónak megfelelő zónákból**

Teljesítsd mindkét hosszabb egyéni futótávot: 5 km + 10 km

- 5 km rajt: 11:00
- 10 km rajt: 13:30

Teljesítsd mindhárom egyéni futótávot: 2 km + 5 km + 10 km

- 2 km rajt: 10:00
- 5 km rajt: 11:00
- 10 km rajt: 13:30

Megközelítés, Parkolás

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála táv, útvonal, váltás, frissítés

Útvonal

Váltás

Frissítés

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála Fitness programok

A Napozóréten felállított nagyszinpadon 30 perces Fitness programok, valamint közös bemelegítések lesznek sztárelőadókkal, amelyeken a részvéte

- 09:40-09:50 BEMELEGÍTÉS (a 2,1 km futás és gyaloglás előtt) **Varró Gyulával**
- 10:05-10:35 **Gárdus Bence - Body Action**
- 10:40-10:50 BEMELEGÍTÉS (az 5 km-es futás előtt) **Katus Attilával**
- 11:05-11:35 **Katus Attila - Best Body**
- 12:05-12:35 **Béres Alexandra - Súlykontroll Gimnasztika**
- 12:40-12:50 BEMELEGÍTÉS (a családi futás előtt) **Katus Attilával**
- 13:10-13:20 BEMELEGÍTÉS (a 10 km-es futás előtt) **Varró Gyulával**
- 13:40-14:10 **Varró Gyula - Aerobik Performance**
- 14:40-15:00 LEVEZETÉS, NYÚJTÁS **Varró Gyulával és Katus Attilával**

Ugrás

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála versenyközpont

A versenyközpontot a Petőfi Csarnokban alakítjuk ki, bejárat a Zichy Mihály út felől

Ugrás

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála öltöző, ruhatár, WC

Az öltözőt és a ruhatárt a Petőfi Csarnokban találod.

- NYITVA TARTÁS: 8:00-15:15-IG

A Petőfi Csarnok wc-it lehet használni.

Figyelem! A ruhatárban értékmegőrzést nem vállalunk!

Ugrás

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála szintidők

- 10 km-en 1 óra 20 perc (nettó idő, az utolsó elrajtoló rajtidejéhez igazodva).
- 5 km-en 40 perc (nettó idő, az utolsó elrajtoló rajtidejéhez igazodva).

A mezőnyt egyenletes, 8 perc/km-es tempóban záróbusz követi. Akit utolér, a buszra köteles felszállni, a célterületre nem léphet be.

Ugrás

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála iramfutók

A 10 kilométeres távon, a sikeres célbaérést Coca-Cola iramfutók segítik:

Egyeztetés alatt

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála nevezés - díjak és határidők

- a családi futásra férfi családtagok nevezését is elfogadjuk
- a 3×1,5 km-es váltóra azoknak a csapatoknak a nevezését is elfogadjuk, amelyekben - legfeljebb - 2 férfi is fut

- 20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála nevezési díjak 10 km
- 20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála nevezési díjak 10 km párban
- 20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála nevezési díjak 10+5 km
- 20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála nevezési díjak 10+5+2 km
- 20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála nevezési díjak 5 km
- 20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála nevezési díjak 3x1,5 km váltó
- 20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála nevezési díjak 2,1 km futás
- 20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála nevezési díjak 2,1 km Gyaloglás
- 20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála nevezési díjak Családi Futás

**ON-LINE NEVEZEK
MOST**

Ha **COCA-COLA TESTÉBRESZTŐ PONTGYŰJTŐ KÁRTYÁVAL RENDELKEZEL**, a helyszínen található Testébresztő sátorban tudod jóváírni! [További információkért kattints ide](#)

Nevezés interneten: legkésőbb május 13-án

Nevezés személyesen:

- **előzetesen: legkésőbb május 14-én**
 - a BSI-ben (1138 Budapest, Váci út 152.) hétfőtől péntekig munkanapokon 9:00-17:00-ig
 - a nevezési iroda április 16-17-én zárva lesz!
- a **helyszínen** május 17-én 8:30-tól, legkésőbb a választott táv rajtja előtt 30 perccel

Nevezés banki átutalással: legkésőbb április 30-án

Átutalásos fizetésre kizárólag a 3 vagy annál több együttesen leadott nevezéseknél, illetve a 10.000 forintot meghaladó nevezéseknél van lehetőség.

Figyelem! Az utalásnak az adott sávos nevezési határidőig be kell érkeznie, de legkésőbb a megjelölt időpontig, hogy a nevezés elc legyen dolgozva. Az esemény hetében már nem fogadjuk el átutalásos előnevezést!! Ha ennek ellenére átutalással rendezed a nevez esemény helyszínén a versenyközpontban, a probléma asztalnál, az átutalási bizonylat bemutatásával és új nevezési lap kitérésével végeztetését véglegesíteni!!!!

Amennyiben az online felületen vagy átutalással történt nevezésről **ÁFA-s számla** igényed van, azt a teljesítést követő 5 napon belül jelezd a nevezési email címen. A levél tartalmazza a verseny nevét, nevezési módját és időpontját valamint a fizetés összegét. A számlázási név és cím mellett kérjük címet is megjelölni, amennyiben ez eltér a számlázási adatoktól! A számlát postán küldjük.

Nevezési akciók, egyedi kedvezmények

Nevezési díj tartalma

Nevezési módjai

Ugrás

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála rajtszám átvétel

- **ELŐZETESEN személyesen a BSI-ben:**
 - május 5-8-ig, 9:00-17:00 között
 - csak a gyaloglás és a 2 km-es távra
 - május 11-14-ig 9:00-17:00 között
 - minden távra

május 17-én a helyszínen a versenyközpontban 08:30-tól, legkésőbb az adott futam rajtja előtt 30 perccel.

A nevezési iroda a verseny előkészületei miatt május 15-án zárva tart. Sem nevezni, sem rajtszámot átvenni nem lehet!

Ugrás

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála kategóriák, díjazás

A 10 km-en és a 10 km párban távokon 1-3. helyezett

A többi táv díjazása egyeztetés alatt

Ugrás

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála VÁLTOZÁS időmérés

Időmérés a 10 km, a 10 km párban, az 5 km, a 10 + 5 km, a 10+5+2 km és a 3×1,5 km távokon, chippel történik.

Az időmérés szolgáltatója egyeztetés alatt.

Ugrás

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála eredmények

Az eredménylista a www.futonet.hu oldalon, az esemény napján, május 17-én, este tekinthető meg.

Ugrás

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála sorsolás

Minden induló részt vesz az eredményhirdetés utáni sorsoláson, melyen a támogatók ajándékait sorsoljuk ki.

Ugrás

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála további információ

- BSI 1138 Budapest, Váci út 152.
- tel.:
 - BSI szervezés: 273-0939
 - Nevezési iroda: 220-8211, 06 20 965-1966
- fax: 273-0936
- internet: www.futanet.hu
- e-mail: info@futanet.hu

[Ugrás](#)

20. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála egyéb tudnivalók

- **A 700 méteres családi futáson és a 3×1,5 km-es versenyen férfiak is indulhatnak. A 3×1,5 km-es csapatban legfeljebb 2 férfi lehet!**
- **A verseny többi távján csak nők indulhatnak.**
- A versenyen minden felkészült futó és kerekese székesek is rajthoz állhatnak, akik elfogadják a versenykiírásba foglalt feltételeket.
- A kerekese és handbike-os versenyzők a mezőny elejéről rajtolhatnak, de a rajtszeméllyel egyeztetniük kell, hogy a felvezető járműv megelőzhetik meg.
- 10 perc időbüntetést kaphat az a versenyző, aki a rajtszámát összehajítja, letakarja nem elől jól láthatóan viseli a verseny ideje alatt.
- Kizárásra kerülhet az a versenyző, aki többszöri figyelmeztetés ellenére is megszegi a rajtszám viselésére vonatkozó szabályt (A rajtszámot kérünk, ügyelj rá, hogy mindig jól látható legyen, és ne hajtsd össze), továbbá aki nem teljesíti a verseny - szervezők által kijelölt - teljes távját vagy lapot pontatlanul nem a valóságnak megfelelő adatokkal illetve hiányosan tölti ki, továbbá a chipet nem rendeltetésszerűen használja.
- *** TILOS a futóknak futás közben bármilyen zene- vagy egyéb lejátszót egyszerre mindkét fülükbe dugva hallgatni, használni. A szabályt megszegőket 10 perces időbüntetéssel sújthatjuk.**
- ◦ A versenyen a mezőnyben dolgoznak a kerékpáros és motoros szervezők, illetve szükség esetén a mentő autók.
- ◦ A fülhallgató elnyomja a külső zajokat, így a futó akadályozhatja az előző futótársakat és a munkájukat végző szervezőket, orvosi csapat időbüntetés akkor is jár, ha a szervezők nem vesznek észre vagy nem tudnak beazonosítani minden szabály szegő futót.
- A versenyen görkorcsolyázni, kerékpározni, rajtszám nélkül futni, kutyával futni tilos. A kerékpáros, görkorcsolyás kíséreléssel induló futót a versenyen kizárhatjuk
- A versenyen értékmegőrzést nem vállalunk
- A esemény helyszínén bármilyen kereskedelmi- és reklámtevékenység csak a BSI előzetes engedélyével, egyeztetett formában és módon végezhető
- A BSI szervezési okok miatt fenntartja a jogot, hogy a résztvevők számát korlátozza, a nevezést bármikor lezárja.
- A BSI fenntartja az útvonal-, program- és időpont változtatás jogát.

Hasznos információk

[Ugrás](#)