

**Magyarország 2016. évi Fedett Pályás Atlétikai Bajnoksága (kivéve súlylökések),  
egyben Atlétikai Magyar Szuper Liga**

**A bajnokság célja:**

Magyarország 2016. évi fedett pályás bajnoka címek eldöntése.

**A bajnokság helyszíne és ideje:**

Budapest – SYMA Csarnok, 2016. február 20-21. (szombat-vasárnap)

**A bajnokság versenybírósa:**

Elnök:	Rados Lászlóné
Elnökhelyettes:	Lohn Angéla
Technika:	Ferenczy Zsuzanna
Titkár:	Hubacsek Dóra

**Résztevők:**

Azok az érvényes versenyengedéllyel (MIR )rendelkező versenyzők, akiket sportszervezetük a nevezési határidőig benevezett és a MASZ a nevezését elfogadta.

Csak olyan versenyző nevezése fogadható el, akinek 2015. évi szabadtéri, vagy 2016. évi fedett pályás versenyeredménye van.

Fiatalkorúak a rájuk vonatkozó versenyzési szabályok szerint állhatnak rajthoz.

**Hármasugrás** versenyszámban a férfiaknál 13.00 a **nőknél 10.00** és 11.00 m- es gerendatávolság lesz.

**Nevezés:** Kizárólag a MIR-ben lehetséges!

**Nevezés kezdete:** 2016.02.08., 00:00

**Nevezés lezárása:** 2016.02.15., 23:59

A nevezési listát a versenyiroda február 16. (kedd) 12:00 óráig a MASZ honlapján közzéteszi.

**Helyszíni nevezés nem lehetséges!**

**Jelentkezés:** a versenyszám kezdete előtt 75 perccel lezárul.

**Bevezetési időpontok:** / a felső kanyar mögül/:

- síkfutások: 10 perc	ügyességi: 25 perc
- gát/váltó: 15 perc	rúdugrás: 50 perc

**Díjazás:** A versenyszámok győztesei elnyerik a "**Magyarország 2016. évi fedett pályás bajnoka**" címet.

A bajnokság 1-3. helyezettjei éremdíjazásban részesülnek.

**A nevezéshez elvárható tudásszintek:**

	Férfi		Női	
	2016 fedett	2015 szabadtéri	2016 fedett	2015 szabadtéri
60 m	7.15	10.90	8.05	12.60
200 m	22.90	22.30	26.30	25.50
400 m	50.10	49.40	59.50	58.50
800 m	1:57.00	1:55.00	2:19.00	2:18.00
1500 m	4:05.00	3:58.00	4:50.00	4:45.00
3000 m	8:50.00	15:00.00	10:25.00	10:20/17:55
<b>60 m gátfutás</b>	<b>9.20</b>	<b>15.70</b>	9.50	15.30
magasugrás	190	200	160	170
rúdugrás	400	440	300	320
távolugrás	680	710	550	565
<b>hármassugrás</b>	13.80	14.25	<b>11.25</b>	<b>11.80</b>
<b>gyaloglás</b>		1:40:00/20 km		54:00/10 km
		<b>23:32</b> /5000m/5km		<b>15:20</b> /3000m/3km
				<b>26:14</b> /5000m/5km

**Magasságemelések:**

Magasugrás:

férfi: 190 – 195 – 200 – 205 – 209 – 212 – 215 – 218 – 220 + 2 cm

női: 160 – 165 – 169 – 173 – 176 – 179 – 181 + 2 cm

Rúdugrás:

férfi: 400 – 420 – 440 – 460 – 470 – 480 – 490 – 500 – 510 + 5 cm

női: 300 – 320 – 330 – 340 – 350 – 360 – 370 – 380 – 390 – 395 + 5 cm

## Időrend

### 2016. február 20. szombat, 1. nap

15:00	60 m	női	ief
	rúdugrás	női	
	hármassugrás	férfi	
15:15	60 m	férfi	ief
15:35	5000 m gyaloglás	férfi	
16:10	60 m	női	döntő B-A
16:20	60 m	férfi	döntő B-A
16:35	1500 m	női	if.
	távolugrás	női	
16:45	1500 m	férfi	if.
	magasugrás	férfi	
17:00	400 m	női	if.
17:20	400 m	férfi	if.

### 2016. február 21. vasárnap, 2. nap

13:30	60 m gát	női	ief.
	rúdugrás	férfi	
	hármassugrás	női	
13:45	60 m gát	férfi	ief
14:00	3000 m gyaloglás	női	
14:30	60 m gát	női	döntő
14:45	60 m gát	férfi	döntő
15:00	200 m	női	if.
15:10	távolugrás	férfi	
15:15	200 m	férfi	if.
	magasugrás	női	
15:35	800 m	női	if.
15:45	800 m	férfi	if.
15:55	3000 m	női	if.
16:10	3000 m	férfi	if.
16:25	4x400 m	női	if.
16:35	4x400 m	férfi	if.