**Versenyleírás**

Versenyrészletek: <http://budapestman.hu/>

Időpont: 2017. augusztus 27., 09:00

Helyszín és versenyközpont: Budapest, Hősök tere

Táv: Olimpiai táv,

amely 1,5 km úszásból, 40 km kerékpározásból és 10 km futásból áll

Olyan budapesti versenyt álmodtunk meg, ami méltó ünnepe lehet a hazai triatlonos közösségnek.

Ami lehetőséget teremt az összetartásra, a szakmai összefogásra.

Ahol nemzetközi szintű versenykörülmények között versenyezhetnek a profik, tehetik próbára magukat az amatőrök és kóstolhatnak bele szeretett sportágunkba a triatlonnal még csak ismerkedők.

Az úszásnak a kristálytiszta vizű, fehér-homokos parttal rendelkező Lupa-tó ad otthont, amely a nyár többi napján Budapest egyik legnépszerűbb nyíltvízi strandja a budakalászi lehajtó mellett.

A depózást követően a kerékpár útvonalat a budai és a pesti rakpart nyújtotta panoráma – az Alagút, a Lánchíd, a Vár és a Parlament – teszi felejthetetlenné.

A futópálya a zöld területben gazdag Városligeten vezet keresztül, elhaladva a Vajdahunyad vára és a Széchenyi Gyógyfürdő mellett is. A befutó pedig a Hősök terén.

A verseny dupla depós! Lupa-tónál a bicikli depó, Hősök terénél a futó depó.

A V4 esetében nem az első három, hanem az első négy helyezettet díjazzuk, utalva a visegrádi négyekre. Az első 4 női, férfi, egyéni és csoportos (váltó) befutó is pénzdíjjal térhet haza.

Pálya:

Az 1500 méteres úszókör a Lupa-tavon kerül kialakításra.

A 40 kilométeres kerékpárpálya:

*Lupa strand – Tó u. – Lupaszigeti u. – Gát u. – Királyok útja – Nánási út – Gázgyár u. – AngelSanzBriz út – Slachta Margit rkp. – AngeloRotta rkp. – Szethlo Gábor rkp. – Halász u. – Bem rkp – Jégverem u. – Fő utca – Clark Ádám tér – Alagút – FORDÍTÓ- Alagút – Clark Ádám tér – Lánchíd u. – Ybl Miklós tér – Várkert rkp. – Döbrentei felhajtó – Friedrich Born rkp. – Raoul Wallenberg rkp. – Valdemar és Nina Langlet rkp. – Budai alsó rkp. – FORDÍTÓ – Budai alsó rkp. – Valdemar és Nina Langlet rkp. – Raoul Wallenberg rkp. – Friedrich Born rkp. – Döbrentei felhajtó – Várkert rkp. – Ybl Miklós tér – Lánchíd u. – Clark Ádám tér – Lánchíd – Eötvös tér – Jane Haining rkp. – Id. Antall József rkp. – Carl Lutz rkp. – Fordító (Dráva u.) – Carl Lutz rkp. – Id. Antall József rkp.- Jane Haining rkp. – Pesti alsó rakpart – FORDÍTÓ (Fővám tér) – Pesti alsó rakpart – Jane Haining rkp. – Eötvös tér – József Attila u.– Bajcsy Zsilinszky út – Felüljáró – Váci út – Ferdinánd híd aluljáró – Lehel u. – Dózsa György út – Hősök tere*

10 kilométeres futás a Városligetben:

*Hősök tere – OlofPalme sétány – Fordító – OlofPalmes sétány – Hősök tere – Kós Károly sétány – Fordító – Kós Károly sétány – Hősök tere*

Szintidő: 4 óra 30 perc

Időmérés: A versenyen chipes időmérés történik.

A bolyozásra vonatkozó szabályok:

A kerékpározás során a bolyozás nem engedélyezett! A szabály megszegéséért a versenybírók 2 perces időbüntetést szabnak ki, amelyet a kerékpározás végén, a depóból kifelé kell a BÜNTETŐ ZÓNÁBAN letölteni. Aki a büntetését nem tölti le, a versenyből kizárásra kerül!

**A versenyfelszerelésre vonatkozó szabályok:**

**Úszni bármilyen fürdőruhában lehet. Úszósapkát a szervezők biztosítanak.**

**Kerékpározni országúti, triatlon vagy trek kerékpárral lehet.**

**Futni bármilyen cipőben lehet.**

A kerékpáros fejvédőt kicsatolni csak a kerékpár, kerékpártartóra történő visszahelyezése után lehet!

Az úszás során a kompressziós zokni csak akkor használható, ha neoprén használata engedélyezett. A rajt előtti check-in kötelező, aki elmulasztja, kizárásra kerül a versenyből.

Versenyzés közben mobiltelefon, zenelejátszó és egyéb hangtechnikai eszköz használata fülhallgatóval TILOS! Aki ezt megszegi, a versenyből azonnal kizárásra kerül.

A versenyen a Magyar Triatlon szövetség versenyszabályzata érvényes.

Frissítés:

A versenyen teljes frissítést biztosítunk, a High5 közreműködésével. Ennek részleteiről ide kattintva olvashatsz: <http://budapestman.hu/budapestman-triatlon-olimpiai-tav/high5-sports-nutrition/>

Étkezések:

A versenyen indulókat szombaton a Hősök terén tésztapartival várjuk, a célba érkezők az AthletsGarden szolgáltatásait igénybe vehetik.

Kiegészítő sportprogramok:

BudapestRun 10K Rádió1 Futam futóverseny szombat napközben a Városligetben

BudapestRun JUNIOR gyermek futóverseny szombat délelőtt a Városligetben

BudapestRun LADIES futóverseny szombat napközben a Városligetben

A Magyar Triatlon Szövetség 2017 évi versenyszabályzata értelmében a versenyen való indulás regisztrációhoz/versenyengedélyhez kötött. Az egyéni regisztráció 4000 forintba kerül, de az MTSZ a V4 indulóknak, országonként (lengyel, cseh, szlovák, magyar) az első 75 fő nevezéséig ingyenesen biztosítja a versenyengedélyt [v4n43c@triatlon.hu](mailto:v4n43c@triatlon.hu).

Rajtcsomag felvétele:

Előzetesen az MTSZ-el egyeztetve, illetve a verseny előtti nap, augusztus 26-án szombaton, a versenyközpontban, a Hősök terén lesz lehetőség átvenni a rajtcsomagot.

A chip bérleti díja 1000 Ft.

Ha nincs saját chipje, akkor 1000 Ft letétért cserébe, a rajtszám felvételnél kölcsönözhet.

A rajtszám hátán megtalálható a versenyen ügyeletes kerékpár szerviz és mentő telefonszáma!

Kerékpárok kiadása a verseny után:

A verseny végén a kerékpárok kiadása 12:00-tól, érkezési sorrendben történik a depóban (Hősök tere). Kerékpárt kizárólag rajtszám ellenében tudunk kiadni; kérjük, legyen türelemmel!

Kerékpár szerviz:

A verseny előtt és közben szervizelést a Bike Art Center kerékpáros bolt biztosítja. Kerékpározás közben bárkinél adódhat bosszantó technikai probléma, defekt. A versenyt megelőző napon ne mulaszd el a kerékpárodat a központi szervizben átvizsgáltatni a szerelőkkel, amit ingyenesen megtehetsz.

A verseny ideje alatt a központi szerviz szintén nyitva van, de ha menet közben technikai probléma adódik, akkor hívd a mobil szervizt, akik a biciklis körön segítik a versenyzőinket.

A szerviz nyitva tartása:

Szombaton 12:00-tól 20:00-ig, a versenyközpontban, a Hősök terén

Vasárnap 07:00-tól 09:00-ig, az úszás helyszínén, a Lupa tónál

Masszázs:

A masszázs sátrakat már szombaton, illetve a rajt előtt is érdemes felkeresni, mert sportmasszőrjeink ingyenes kinesio tapaszok felrakását vállalják, az OriolusMed jóvoltából. A kinesio tapasz növeli a teljesítményt, segít a regenerálódásban és kisebb sérülések gyógyítására is használható.

A versenyt követően az egyéni célba érkezők – érkezési sorrendben – aAthletesGarden-ben felállított sátorban ingyenesen vehetnek igénybe egy gyors, maximum 10 perces frissítő masszázst.

Parkolás:

Az úszás helyszínén, a Lupa-tónál őrzött parkoló áll rendelkezésre. A verseny célterületénél, a Hősök terénél, az Ötvenhatosok térén lehet parkolni.

Kísérők és versenyzők belépése az úszás helyszínére:

A kísérők az úszás időtartamára díjmentesen léphetnek a strand területére, ott az úszás végéig tartózkodhatnak díjtalanul.

**Nevezési díj:**

**A V4 verseny indulói nem fizetnek nevezési díjat.**

**Magyar Triatlon Szövetség liszenszdíj:**

**A V4 verseny indulói nem fizetnek liszenszdíjat.**

**Regisztrációhoz szükséges adatok:**

* **Név**
* **Születési dátum**
* **Anyja neve**
* **Lakcím**
* **Munkahely pontos megnevezése**
* **Mez méret (fakultatív – igény szerint segítünk)**
* **női: XS, S, M, L, XL, XXL**
* **férfi: S, M, L, XL, XXL**

