

TÁJÉKOZTATÓ

3Sz, 2018 április 11.

Húvösvölgyi svéd-edzőverseny

- Vk/Cél** a Húvösvölgyi út 132/134 sorompótól induló „**Schüller**” sétaúton (Húvösvölgyi út - Csibor utca keresztezéssel szemben; 100 m)
- csomag őrzéssel, 19 óráig;
 - próbapályával, a lépésszámolás gyakorlásához
 - minta vaktérképek, 1:5000.
 - laptájéoló bérelhető (igazolvány + 200 Ft)
- Nevezés**
- FN12-ben és 75 felettieknek az első pálya 300 Ft,
 - FN14 – 70-ben az első pálya 600 Ft,
 - utána a többi díjmentes.
- Pályák**
- rövid** 900 m-es (Zöld: max. 70 m-es iránymenetek)
- közepes** 2300 m-es (Kék: max.150 m-es iránymenetek)
- hosszú** 3000 m-es (Piros: max 250 m-es iránymenetek)
- 0-idő** 15 órakor. Szűróbélyegzés.
- Rajt** a Vk-ból. A pályák a térképraajttól indulnak (a Vk-tól 110 m)
A pályákon a rajtban és a pontokon csak irányt-távot adó vaktérkép található (irányfutás ponttól pontig térkép nélkül)
Hasznos technikák:
- a rövid pálya átmenetei rövidek és egyszerűek, és a megfelelő irányba fordulva zavaró bója sincs;
 - hosszabb pályán már több idegen bója is látható, ezért az iránymenetek gyakorlását először szakaszolva, a tartott irányt többször ellenőrizve célszerű végrehajtani, csak ezután térni a folyamatos irányfutás gyakorlására