

Nyári Edzőtábor kiírása

Diósgyőri Tájékozódási Futó Club

Időpont: 2015. augusztus 11-14 (keddtől péntekig).

Helyszín: Bánkút, Bükk-fennsík. Magyarország talán legjobb tájfutó terepei a Főiskolás VB terepeinek szomszédságában.

Rendező: Diósgyőri Tájékozódási Futó Club. **Táborvezető:** [Várady Szilvia](#).

A tábor célja: felkészülési lehetőséget biztosítani az őszi versenyekre (köztük a bükki OB-kra: az OCSB-re és a Pontbegyűjtő CSB-re), a 2016. évi Főiskolás VB-re, valamint a kezdő tájfutók technikai felkészültségének fejlesztése.

A tábor központja: [Bánkút, Fehér Sas Panzió](#)

Részvételi díj:

Szállás (ágyon, saját felszerelés nem szükséges) **és teljes panziós ellátás** (csütörtök ebédétől vasárnap reggeliig; napi kétszeri meleg étellel): 3 X 5.000 Ft = **15.000 Ft**.

Térkép díj: 300 Ft/edzés = **3.000 Ft**.

Összesen: 18.000 Ft. *Az utazási költséget (Bánkútra és haza) az ár nem tartalmazza!*

Edzések:

Az edzések a szállás 4 km-es körzetében lesznek lebonyolítva az egyesület által javított térképeken, naponta két-három alkalommal (két nappali, egy éjszakai vagy elméleti foglalkozás). A 16–18-as korosztálynak hosszabb, nehezebb, a 10-14 éveseknek rövidebb, könnyebb nehézségi szintű pályák lesznek kitérve, edzésenként összesen 4 pálya (A, B, C, D) különböző nehézségi fokkal.

Előzetes program (a változtatás jogát fenntartjuk):

<i>Kedd</i>	délelőtt: útvonalkövetés (Bálvány) délután: irányfésű, svédpálya, memóriapálya (Huta-bérc) este: elméleti foglalkozás
<i>Szerda</i>	délelőtt: csillagpálya, domborzati fázis, sávos pálya (Nagymező) délután: váltó (Borovnyák) éjszaka: Táborbajnokság (Fodor-hegy)
<i>Csütörtök</i>	délelőtt: rövid technikai feladatok (Fekete-Sár) délután: tájékozódás hiányos / rossz térképen (Olasz-kapu) este: mikrosprint (Fehér Sas Panzió)
<i>Péntek</i>	délelőtt: pontbegyűjtő csapatverseny (Csurgó) délután: bontás a nagyoknak

A délelőtti edzések 09:30-kor, a délutáni edzések 15:30-kor, az esti/éjszakai edzések 20:30-kor kezdődnek. Aki fél kimenni éjszaka, arra elméleti edzés és egyéb feladatok várnak.

Kulturális program: kirándulások (Istálló-kő, Tar-kő, Három-kő, Nagy-mező a lipicai ménessel, Bálvány)

Jelentkezéseket lehetőleg 2015. június 30-ig e-mailen [Várady Szilvia](#) táborvezető várja. A *terep nehézsége miatt kérjük, hogy csak olyanok jelentkezzenek az edzőtáborba, akik egyedül is tudnak teljesíteni egy pályát (vagy a nagyon kezdő versenyzőkkel felnőtt kísérő is jöjjön)*. A 18 éven aluli jelentkezők, valamint a teljes programon résztvevők elsőbbséget élveznek!

A táborozást legfeljebb 50 fő részére tudjuk biztosítani.

Miskolc, 2015. április 29.

Diósgyőri Tájékozódási Futó Club