

SILVANUS SE TÉLI VASÁRNAPI  
EDZÉSSOROZATA FEBRUÁR 23-IG

## **ÉRTESÍTŐ**

**Időpont: Január 26-tól február 23-ig minden vasárnap 10-13-óraig.**

**JANUÁR 19-ÉN NEM LESZ !!!!**

**RIPSZÁM HENRIK EMLÉKVERSENY !!!!**

**Helyszín: KFKI Sporttelep , Konkoly Thege Miklós út végén**

**GPS: 47.4858972973 , 18.9535148987**

**Megközelítés : 21-es autóbusz Moszkva térről 20 percenként**

**Rendező: Silvanus Sportegyesület**

**Edzés kezdete:** 10:00 utolsó rajt 12:45. Rajtolás egyénileg tetszés szerint.

Bontás: 13:00 – tól

Térkép: János-hegy, Kakukk-hegy 1:7500

**Pontmegnevezés:** Térképen.

Időmérés: SPORTident rendszerrel , dugóka bérelhető a helyszínen.

**Pályaadatok : Hosszútávú futó edzéslehetőség állandó időméréses pályákkal.**

**Mindig változó tájfutó edzőpályák a Kakukk hegyen .**

**Önálló futás.**

**Öltözés: fűtött , őrölt öltözőben , fürdési lehetőséggel.**

**Frissítő minden célbaérkezőnek ( üdítő, zsíros kenyér , stb. )**

**Díj: Öltözőhasználat 400 Ft/ alkalom.**

**Pályák térképpel 500 Ft/ alkalom.**

**Kontrollkörök időméréssel : 200 Ft/ alkalom .**

**Információk: Hegedűs Béla 06-30-233-5256, hbfort@gmail.com**