



SZENIOR ATLÉTÁK 2012. ÉVI SZABADTÉRI ORSZÁGOS BAJNOKSÁGA

1. A bajnokság célja: Az országos szenior, szabadtéri bajnoki címek eldöntése, versenyzési

lehetőség biztosítása a SZAMOSZ Tagok, igazolt atléták és nemzetközi versenyzők részére.

2. A bajnokság időpontja: **2012. július 28. szombat**

Helye: Budapest, Ikarus Atlétika pálya, XVI. kerület, Bányos utca 1. / Rendezője: SZAMOSZ

3. A verseny résztvevői: - A versenyen részt vehet minden veterán korú, /1982. július 28. előtt született/ atléta, aki az éves tagdíjat (5,000 Ft) befizette és aláírásával vállalja, hogy a versenyen saját felelősségére vesz részt.

-Azok az igazolt atléták, akik érvényes verseny és orvosi engedéllyel rendelkeznek.

- Az igazolt atléták részére a versenyt felnőtt feltételekkel rendezzük, de indulhatnak a 15 éves serdülő korcsoporttól felfelé az idősebb korú versenyzők is, azokban a számokban, melyeket a korosztályra vonatkozó szabályok megengednek. Az igazolt versenyzők részére távolugrásban és súlylökésben, nyolcnál több induló esetén, a legjobb nyolc részére döntőt tartunk.

4. Nevezés: Előnevezési határidő: 2012.július 15. e-mail:

gyozo.nagy@chello.hu és herczeg07@yahoo.com

Az előnevezésnél kérjük megjelölni a korcsoportot! Az előnevezettek helyszíni regisztrációja kötelező, a nevezési díj befizetésével együtt.

5. Jelentkezés A helyszínen történik, a versenyszámok előtt 75 perccel.

Nevezési díj: előnevezettek esetén 2,000 Ft/versenyszám

helyszíni nevezés esetén 2,500 Ft/versenyszám

Nem szenior korú versenyzők részére 1,500 Ft/versenyszám

A 70 év feletti versenyzőknek az első versenyszám ingyenes.

6. Díjazás: A szenior OB 1-3. helyezettek érem díjazásban részesülnek.

(M35 és W35 évtől felfelé 5 éves korcsoportonként)

7. Öltözés: A helyszínen biztosított öltözőkben. Az öltözőben hagyott

értéktárgyakért felelősséget nem vállalunk.

Vendéglátás: Büfé és automaták



30. Magyar Szenior Atlétika Országos Bajnokság

30. Hungarian Senior Track&Field Championship

2012. július 28. szombat / July 28, 2012. Saturday

Ikarus Atlétika Pálya, 1165 Budapest, Bányos utca 1.

- 10:00** 5 km gyaloglás női és ffi, szenior / 5km race walk man and woman senior
Súlylökés ffi M60 felett / Shot Put man M60 and above
Magasugrás női, ffi, szenior / High Jump- – man & woman senior
Diszkoszvetés női W60 felett / Discus throw woman senior W60 and above
- 11:00** 80-100-110m gát női, ffi, / 80-100-110m hurdles man and woman senior
Súlylökés ffi M60 alatt / Shot Put man to M60
- 11:15** Diszkoszvetés női W55 alatt / Discus throw woman senior W55 and under
- 11:30** 100m női szenior / 100m senior
- 11:40** 100m ffi szenior / 100m man senior
- 12:00** diszkoszvetés ffi M60 és felett / Discus throw M60 and above
súlylökés női / shot put W
800m női szenior / 800m woman
- 12:15** 800m ffi szenior / 800m man
- 13:00** Gerelyhajítás női / Javelin Throw woman
diszkoszvetés ffi M55 és alatt / Discus throw M55 and under
- 13:30** távolugrás női, ffi / Long Jump M & W
- 14:00** 400m női szenior / 400m W
gerelyhajítás ffi M60 és felett / Javelin Throw M60 and above
Kalapácsvetés ffi / Hammer throw man
- 14:15** 400 m ffi szenior / 400m M



- 15:00** gerelyhajítás ffi M55 és alatt / Javelin Throw M55 and under
Kalapácsvetés női / Hammer throw woman
rúdugrás női, ffi / Pole Vault M&W
- 15:30** 1,500m szenior női / 1,500 W
- 15:30** 1,500m szenior ffi / 1,500 m M
- 16:00** hármassugrás női, ffi / Triple jump W&M
Nehézkalapács férfi / Heavy throw M
- 16:10** 400m gát ffi / 400m hurdles M
- 16:15** 400m gát női / 400m hurdles W
- 16:30** 300m gát ffi / 300m hurdles M
- 16:35** 300m gát női / 300m hurdles W
- 17:00** 200m női szenior / 200m W
Nehéz kalapács női / Heavy hammer W
- 17:10** 200m ffi szenior / 200m M
- 17:20** 3,000 akadályfutás ffi / 3,000m steeple chase M
- 17:40** 2,000 akadályfutás női / 2,000m steeple chase W
- 18:00** 4 x 100 m ffi és női szenior / 4 x 100m relays M&W
- 18:10** 5,000 m ffi és női szenior / 5,000m M&W