

Ússz az EGÉSZségért!

I. Sóstói Szenior Úszófesztivál

HOZD MAGADDAL a CSALÁDTAGJAIT IS!
Dr. Varga István Nyílt Amatőr Szenior Úszó Emlékverseny

Nyíregyháza – Sóstógyógyfürdő, 2019. február 10.

Az esemény felkért védnöke: Dr. Szabó Tünde sportért felelős államtitkár

A verseny rendezője:

Az egészségfejlesztési sportágválasztó nap szervezője a **Nyírseñior 97' SE, - a Pelikán SE megbízásából** - és amely az **EFOP-1.8.6-17-2017-00034** azonosítószámú projekt támogatásával valósul meg.

A verseny ideje: 2019. február 10. 11. 00 óra

A eseményt kézi időméréssel rendezzük meg, amely **nyílt** felkészülési, ill. sportágválasztó verseny.

A verseny helye:

Nyíregyháza - Sóstógyógyfürdő, Aquarius Élmény- és Parkfürdő 50 m-es, 8 pályás fedett versenymedencéje.

A verseny célja:

A felnőtt lakosság rendszeres testmozgásának elősegítése, az egészség fenntartása, megőrzése, az úszás népszerűsítése, a kapcsolatok ápolása; elősegítése, teszt és felkészülési lehetőség biztosítása a szenior korúak számára.

Nevezési díj nincs!

A nevezők és a klubok nevezését az alábbi címre kérjük elküldeni - e-mail: nyirsenior97@gmail.com ; vagy postán: Nyírseñior 97' SE 4400 Nyíregyháza Korányi Frigyes út. 127.

Nevezési határidő: 2019. január 31.

Egyéni korcsoportok: 0. KORCSOPORT INDUL KÖZKÍVÁNATRA!

20-24 (0. kcs. :)25 - 29, 30 - 34, 35 - 39, 40 - 44, 45 - 49, 50 -54,
55 - 59, 60 - 64, 65 - 69, 70 - 74, 75 - 79, 80 - 84, 85-

A versenyszámok a korcsoportok összevonásával kerülnek lebonyolításra, de külön korcsoportonként kerülnek értékelésre.

Váltó korcsoportok:

100-119, 120-159, 160-199, 200-239, 240-279, 280 -

Program/Versenyszámok: 2019. február 10. vasárnap
11.00 óra.

Bemelegítés: 10.00 - 10.45. Ünnepélyes megnyitó: 10.50.

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

A versenyszámok és azok sorrendje, amelyek között Fit -Ball és SUP bemutatók EGÉSZség teszt programelemek és próbák követik egymást:

- 1./ 200 m ffi gyorsúszás
- 2./ 200 m női gyorsúszás
- 3./ 50 m ffi gyorsúszás
- 4./ 50 m női gyorsúszás

- 5./ 50 m ffi mellúszás
- 6./ 50 m női mellúszás
- 7./ 50 m ffi pillangóúszás
- 8./ 50 m női pillangóúszás

- 9./ 50 m ffi hátúszás
- 10./ 50 m női hátúszás
- 11./ 200 m ffi vegyesúszás
- 12./ 200 m női vegyesúszás

- 13./ 4x50 m MIX gyors váltó
- 14./ 4x50 m ffi vegyes váltó
- 15./ 4x50 m női vegyes váltó

Indítás: A verseny során az „egy rajtos” szabály érvényes.

A verseny díjazása: Az egyéni versenyszámok első három helyezettje éremdíjazásban -; a váltók esetében és a teljesen kezdőknél oklevél díjazásban részesülnek korcsoportonként a versenyzők, csapatok.

Figyelem! A résztvevők további jutalma: frissítő ital és egy energia szelet!

MINDEN legalább 2 számban RAJTHOZ álló résztvevő jutalma: térítésmentes **élményfürdő jegy!** (a verseny napján) és részvétel **a balatoni Pelikán sporthétvégére szóló sportutalvány-sorsolásokon!**

Mindenki saját felelősségére vesz részt a versenyen. Sportorvosi igazolás nem szükséges. Szeretettel várunk mindenkit!

Sporttársi üdvözlettel:

Greiz Péter ügy.elnök
Pelikán SE

Dr. Podlovics Roland vezérigazgató
Sóstó - Gyógyfürdők Zrt.

Vasváry Zoltán
főszervező

További információ:

Vasváry Zoltán +36 30 32 28 638.

vasvaryloltan@gmail.com

Nyíregyháza, 2019. január 18.

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE