

## Az 1200 méteres Hajós Alfréd emlékúszás

Hajós Alfréd 129 éve, 1896. április 11-én, Athénban nyert olimpiai bajnoki címet 100 és 1200 méteres úszásban. Az 1200 m-es úszótávon 1993 óta rendeznek a beküldött eredmények értékelésén alapuló „postaverseny”-t. Debrecenben a volt úszók elevenítették fel a hagyományt, majd 1995-től a Debreceni Szenior Úszó Klub, a Magyar Marathon Klub és 2014-től a Magyar Szenior Úszók Országos Szövetsége a verseny kiírója és szervezője.

Hajós Alfrédra emlékezve a Magyar Szenior Úszók Országos Szövetsége az 1200 m-es távon „postaversenyt” hirdet. A versenyt Magyarország bármely uszodájában és külföldi helyszíneken is meg lehet rendezni, szabadon csatlakozhat bárki az emlékúszáshoz, edzésen is leúszható.

A versenyen indulhatnak korosztálytól függetlenül, igazolt és amatőr úszók egyaránt. A fiatalabb versenyzők esetében: 8–19 évek között éves, 20 évtől öt éves korcsoportokban. Külön értékeljük a férfi és női versenyzőket.

### Korcsoportok:

Születési év	Kor	Születési év	Kor
2007-2018 között évente	8-19 -ig évente	1967-1971	55-59
2002-2006	20-24	1962-1966	60-64
1997-2001	25-29	1957-1961	65-69
1992-1996	30-34	1952-1956	70-74
1987-1991	35-39	1947-1951	75-79
1982-1986	40-44	1942-1946	80-84
1977-1981	45-49	1937-1941	85-89
1972-1976	50-54	1936 és előtt	90 fölött

**Az emlékúszáson mindenki saját felelősségére indul. A sportorvosi ellenőrzés ajánlott! A kiskorú, 14 év alatti versenyzők csak felnőtt felügyelete mellett (szülő, edző, szülő által megbízott kísérő) vehetnek részt a versenyen.**

A postaversenyen 1200 métert kell teljesíteni bármilyen úszásnemben, de az értékelés úszásnemtől függetlenül történik.

**A verseny időpontja:** 2026 április 03-tól május 10-ig.

Az időeredményeket korcsoportok szerint értékeljük, minden versenyhelyszínen elért eredményt összesítve. Mivel a versenyt különböző hosszúságú medencékben rendezhetik, ezért az értékelésnél a következő időt növelő korrekciót használjuk: a 25 méteres medencében 21,6 mp, 33 1/3 méteres medencében 10,8 mp. Ezek az idők a fordulók száma alapján számított tapasztalati értékek.

A táblázat az <http://www.dszuk.hu/hajosalfred/hajosalfred.xls> honlapról letölthető le és a következő adatokat tartalmazza:

Helység:		Medence hossza:		Adatgyűjtő neve:	
				E mail cím:	

Sorszám	Versenyző neve	Neme	Születési év	Úszott idő	Egyesület	Úszás dátuma
1	Példa Péter	F/N	éééé	<b>pp:mm,ss</b>	<b>pl. Egyéni Bp</b>	éééé.hh.nn
2						

A nem a megadott formátumban küldött eredményeket nem áll módunkban értékelni. Az eredményeket tartalmazó állományt kérjük az [amattila56@gmail.com](mailto:amattila56@gmail.com) címre küldeni.

Az excel tábla itt érhető el (amennyiben nem indul a link a böngészőbe másoljátokát a linket): [http://www.dszuk.hu/hajosalfred/hajos\\_alfred.xls](http://www.dszuk.hu/hajosalfred/hajos_alfred.xls)

**A verseny díjazása:** Minden kategória első három versenyzője oklevelet kap. Az okleveleket a magyar Szenior Úszók Országos Szövetsége készíti el Király Balázs segítségével és letölthető a honlapról.

A verseny és az emlékszám eddigi eredményei és az idej eredmények feltöltés sorrendjében a következő honlapra kattintva kérdezhetők le:

[http://dszuk.hu/hajosalfred/hajos\\_emlek.htm](http://dszuk.hu/hajosalfred/hajos_emlek.htm)

A postaverseny a „fair play” szellemében kerül megrendezésre, ahol a résztvevők sportszerű magatartását feltételezzük.

Budapest, 2026.03.26.

Katona Zsolt  
MSZÚOSZ elnöke