

2025

Őszi hosszú távú postaverseny versenykiírása

2000 méter

A Magyar Szenior Úszók Országos Szövetsége úgynevezett „**Őszi hosszútávúszó postaverseny**” hirdet. A versenyt Magyarország bármely uszodájában és külföldön is meg lehet rendezni, szabadon csatlakozhat bárki az úszáshoz. A táv teljesítése történhet edzésen vagy erre az alkalomra kiírt versenyen. **Ha valaki ilyen verseny szervezését (időmérés, eredmények összegyűjtése és elküldése) vállalja, kérjük közölje, hogy a honlapunkon (www.mszuosz.hu) közzé tegyük, ezáltal minél többen csatlakozhassanak az úszáshoz.**

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
2006- 2017 között évente	8-19 évenként	1966-1970	55-59
2001-2005	20-24	1961-1965	60-64
1996-2000	25-29	1956-1960	65-69
1991-1995	30-34	1951-1955	70-74
1986-1990	35-39	1946-1950	75-79
1981-1985	40-44	1941-1945	80-84
1976-1980	45-49	1936-1940	85-89
1971-1975	50-54	1935 és előtt	90 fölött

A versenyen 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 versenyen 2000 métert kell teljesíteni bármilyen úszásnemben, de az értékelés úszásnemtől függetlenül történik.

A verseny időpontja: 2025. október 20-tól - november 30-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 36 mp, 33 1/3 méteres medencében 18 mp. Ezek az idők a fordulók száma alapján számított tapasztalati értékek.

A verseny eredményeket egy excel táblázatban helysége és medence méretre (25m, 33 1/3m, 50m) külön táblázatban vagy, ha ugyanaz az adatközlő külön munkafüzetbe (a korrekciók miatt így egyszerűbb feldolgozni) e mailben kérjük a következő címre amattila56@gmail.com . A táblázat az www.mszuosz.hu honlapról letölthető és a követ-

kező 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	pp:mm:ss	pl. Egyéni Bp	éééé.hh.nn
2						

Aki többször teljesíti a fenti időszakban kérjük a legjobb eredményét küldje el.

A nem a megadott formátumban küldött eredményeket nem áll módunkban értékelni.

Az excel tábla innen letölthető (ha rákattintva nem tölti le akkor másold be a böngészőbe a linket):

http://www.dszuk.hu/oszihosszutav/oszi_hosszutav.xls

Az eredményeket ezen a linken lehet lekérdezni: <http://dszuk.hu/ered/ered.htm> illetve közvetlenül itt <http://dszuk.hu/oszihosszutav/oszivers.htm>. Elkészült a név szerinti lekérdezési lehetőség a Hajós Alfréd (1200 m) és az őszi hosszútáv (2000 m) is: <http://dszuk.hu/oszihosszutav/hossznev.htm>

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

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

A postaversennyel kapcsolatos bővebb információért amattila56@gmail.com címre írhatnak.

Budapest, 2025.10.19.

Dr. Nagy Norbert
az MSZUOSZ elnöke