

4 NAP ALATT A BALATON KÖRÜL! 8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

2015. MÁRCIUS 19-22.



Üdvözlünk Balatonon!
Welcome to the Lake Balaton!



facebook.com/szupermaraton

PROGRAMFÜZET/GUIDE



FUTÁS • BARÁTSÁG • BULI • CSODA
RUNNING • FRIENDSHIP • PARTY • MIRACLE



POWERADE



A FELÚJÍTÁSOK ÉS ÉPÍTKEZÉSEK ÉVE

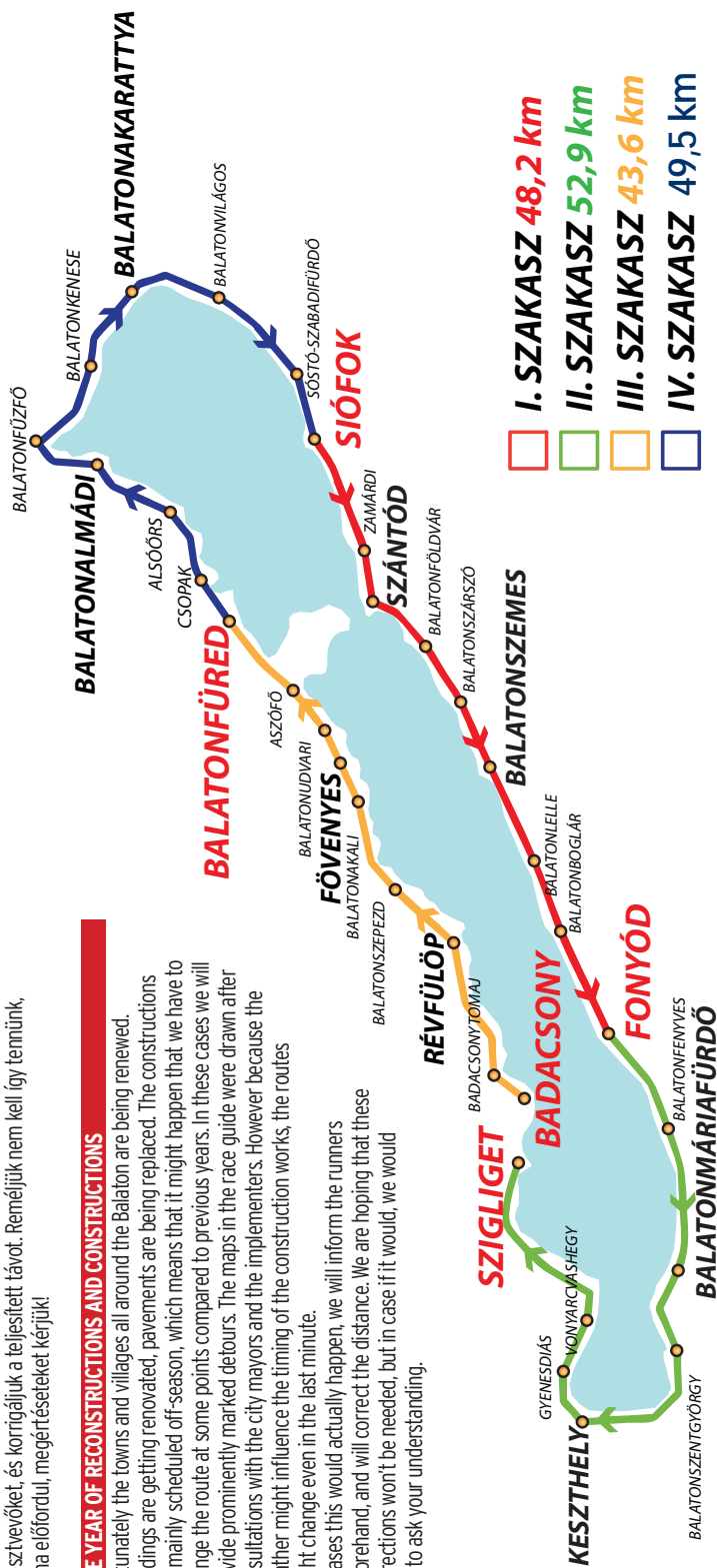
Szerencsére a Balaton környéki települések is megújulnak, épületek szépülnek, útburkolatok cserélődnek. A beruházások a balatoni szezonhoz igazodva készülnek el, így lehet, hogy a verseny eddigi útvonalát más, általában jól láthatóan jelölt területen vezetjük. A fűzetbe a kivitelezőkkel és az önkormányzatokkal történt egyeztetés alapján készült térképek kerültek. Miatán az időjárás is jelentősen befolyásolhatja a kivitelezést, az utolsó pillanatban is változhatnak ezek. Minden ilyen esetben tájékoztatjuk a résztvevőket, és korrigáljuk a teljesített távot. Reméljük nem kell így tennünk, de ha előfordul, megértésüket kérjük!

THE YEAR OF RECONSTRUCTIONS AND CONSTRUCTIONS

Fortunately the towns and villages all around the Balaton are being renewed. Buildings are getting renovated, pavements are being replaced. The constructions are mainly scheduled off-season, which means that it might happen that we have to change the route at some points compared to previous years. In these cases we will provide prominently marked detours. The maps in the race guide were drawn after consultations with the city mayors and the implementers. However because the weather might influence the timing of the construction works, the routes might change even in the last minute. In cases this would actually happen, we will inform the runners beforehand, and will correct the distance. We are hoping that these corrections won't be needed, but in case if it would, we would like to ask your understanding.

TELEJS TÁV/TOTAL DISTANCE: **194,2 KM**

FÉLBALATON TÁV/HALFBALATON DISTANCE: **93,1 KM**



NEKÜNK 8!

Ez a kifejezés elvileg azt jelenti, hogy nekünk „tök mindegy”. De nem, ez most teljesen mást jelent. Azt, hogy nekünk, a BSI szervezőinek ez már a nyolcadik tavasz, amikor megke-
rüljük a Balatont. Több mint húszan vagyunk, akik minden évben ott voltunk, és emlékszünk a részletekre. Na, jó, kicsit keverjük az éveket, lehet, hogy nem pontosak a dátumaink. De jól emlékszünk arra az évre, amikor virágba borultak a fák, amikor óriási pelyhekben esett a hó Szigligeten, amikor a Balaton homokos medréből rajtoltunk, mert majdnem kiszáradt. Egy év múlva meg kerülőutakat kellett találni, mert több helyen előntötte a kerékpárat. Emlékszünk a fonyódi hegy leomlására, a mínusz 3 fokok, jeges füredi rajtra. Emlékszünk az első, családias évre, amikor még csak 4 napos egyéni és váltón, versenyen lehetett indulni és 400-an sem voltunk. Tavaly már 12 féle lehetőség volt a nevezésre és 1700 futó csatlakozott.

Én minden évben motorral megyek a mezőny mellett és igyekszem mindenhol ott lenni, mindent látni. Jól emlékszem, hogyan változott a BSZM futóversenyből igazi futóbulivá. Az évek során egyre több kerékpáros és autós kísérő csatlakozott és velük együtt a hangulat is exponenciálisan növekedett. Az elején még csendesen körbefutottuk a tavat, ma már alig van szakasz, ahol ne szurkolnának a kísérők. És fontos, hogy itt mindenki szurkol mindenkinek! Gondolom, nem lesz ez másképp az idén sem.

A nyolcszoros szervezők mellett ott lesz a rajtnál – legalábbis az előjelentkezések alapján – 20-nál több olyan futó is, aki minden évben elindult. Én törzsgárdának tekintem azt a több, mint 120 futót is akik csak egyszer vagy kétszer „hiányoztak” eddig. A törzsgárda futók és szervezők bizonyítják, hogy a BSZM egy nagyon kellemes és szerethető esemény. Minden évben élményekkel gazdagodva, a fárasztó 4 nap elenére is feltöltődve megy mindenki haza. Aki itt van, annak már jól indul az év.

A benevezettek közel fele most indul először valamelyik távon. Nekik kívánom, hogy gyorsan járja át őket a BSZM-érzés. Kívánom, hogy élvezzék a Balaton csodálatos arcát, épp azt, amit nekik a saját futásuk alatt mutat majd.. A tavaszi Balaton arca lehet napos, jeges, szeles, esős, havas, meleg, és még ki tudja, milyen. Na, az időjárásra tényleg mondhatom, hogy nekünk 8, azaz tök mindegy, mert mindegyik jó futóidő. Legyen bármilyen, mi futunk vagy szervezünk.

Persze, ha az időjárásra szavazni is lehetne...

Sérülésmentes, kellemes célba érkezést kívánok minden futónknak!

Kocsis Árpád
versenyigazgató

THE 8TH!

This spring will be the eighth time for us, the organizers to run around the Balaton. We are more than twenty people who were there every year and we all can remember every detail. Well, maybe we can't recall the exact dates sometimes. But we do remember that year when all the trees burst into flower, when it was snowing at Szigliget, or when the Balaton almost dried up so we had to start the race from its sandy watercourse. Then one year later we had to find bypasses because the lake washed all the cycle paths. We do remember when Fonyód hill fell, or the race start at Füred in 3-degree weather and freezing cold. We do remember the first year when we were like a big family: less than 400 participants who could only choose between a 4-day individual race or relay. Last year there were 12 options and 1700 runners.



I accompany the runners by motorcycle every year, and I'm trying to be everywhere and not to miss anything. I do remember how the Balaton Supermarathon has turned into a real running party from a regular running race. During the years more and more people have joined us on bicycle or car and so the atmosphere was getting better and better. At the beginning we were just running around the lake quietly, but now there are so many supporters all along the road! And most importantly, everyone cheers for everyone. And it's going to be the same this year too, I guess.

Beyond the organizers there will be more than 20 runners at the start – based on the pre-registration information – who participated the race every year. I personally consider regulars those 120 people too who missed only one or two races.

All the regulars and organizers are the proof that the Balaton Supermarathon is a really pleasant and enjoyable event. Despite the four tiring days everybody returns back home filled up and with full of experiences every year. The year starts good for those who are here with us.

Roughly half of the registered runners are participating this race for the first time. I wish them to be mesmerized by the feeling of the Balaton Supermarathon and to enjoy the beautiful lake. The weather at the Balaton in the spring can be sunny, chilly, windy, rainy, snowy, hot, and who knows what else. Well, whatever the weather is, it's perfect for running. Whatever it can be, we will be running or organizing.

If only we could vote for the weather...

I wish a pleasant finishing without injuries to all our runners!

Árpád Kocsis
Race Director

Kedves Sportolók! Tisztelt Résztevők!

Nagy örömmre szolgál, hogy a 8. Spuri Balaton Szupermaraton nemzetközi versenylét idén az előző éveket is meghaladó, különleges érdeklődés övezi. A jelentkezők több ezres nagyságrendű és évről évre növekvő számú részvétele azt jelzi, hogy a mozgás, a sport jelentősége ma is alapvető jelentőséggel bír, a határon innen és határon túl élők számára.

A hosszú távú futás rendkívüli teherbírást és állóképességet igényel, amit hónapokig tartó és elszánt felkészülés előz meg. A versenyen történő részvétel az egyéni indulók és csapattagok számára is nagy kihívást jelent. Emellett azonban, az egyező motiváció, a közös célok elérése új közösségeket teremt, személyes kapcsolatokat és ismeretségeket hoz létre.

Az erőpróbán a szervezők által biztosított útvonalon a futók számára tiszta levegőt, könnyebb koncentrációt biztosít a tavaszi Balaton háborítatlan természeti környezete.

A verseny fővédnökeként szeretném kifejezni köszönetemet a szervezők munkájáért, a versenyzőknek pedig a nyolcadik alkalommal megrendezésre kerülő szupermaratonra kitartó felkészülést, erőt és sikeres eredményt kívánok!

dr. Lengyel Róbert
Siófok polgármestere



Dear Sportsmen! Dear Participants!

I am pleased about that special interest what is surrounding 8. Spuri Balaton Supermarton. Number of candidates, which is growing yearly means that moving and sport are important for people in and outside the country.

The long-distance running need strength and physical fitness what must be overtaken more months training. Taking part of maraton means challange for individual and group participants. Same destination and new relationships can be motivating for runners.

Organizers helps with fresh air on the way next to Lake Balaton. As patron of maraton I have to express thanks to organizers for work. I wish hard training period, strong and good results to runners.

dr. Róbert Lengyel
mayor of Siófok



Kedves sportolók!

Néhány éve Keszthely is felrajzolta magát az ország „futótérképére”: a Keszthelyi Kilométerekkel immár saját versenyünk van, mely egyre népszerűbb. Az a város látványait fűzi fel útvonalára, a 8. Spuri Balaton Szupermaraton indulói pedig páratlan természeti környezetben, csodás közös kincsünk, a Balaton partján róhatják a kilométereket. A keszthelyi futóknak nap mint nap megadatik ez az élmény, aki viszont az ország távolabbi tájairól vagy külföldről érkezik a versenyre, azt is garantáltan magával ragadja a varázslatos táj és a kivételes hangulat!

Ruzsics Ferenc

Keszthely város polgármestere

Dear athletes,

A few years ago Keszthely also sketched its name to the country's 'running map'. We already have our own race the 'Keszthelyi Kilométerek' which becomes more and more popular. Our race attaches together the town sights while the participants of the 8th SPURI BALATON SUPERMARATHON have the chance to run in a unique natural environment in our common treasure on the shore of the Lake Balaton. For local runners are given the chance to experience this pleasure every day however the visitors are also amazed by this unique atmosphere and magic landscape.

Ferenc Ruzsics

The Mayor of Keszthely

Kedves Sportbarátok!

A sport mindig is fontos szerepet játszott az életem során. Talán ennek is köszönhető, hogy tudom értékelni azokat a sportembereket, akik számára nem jelenthet akadályt a BSI-Balaton Szupermaraton 194,2 km-es távjának teljesítése. Egy ilyen verseny nemcsak a futásról szól, hanem az emberről, aki hónapokat, éveket készül a versenyre és felül tud kerekedni a fáradtságon, az időjárás viszontagságain. Ők azok, akik példaképpé válhatnak a felnövő nemzedék számára. A Balatonról is szól, hiszen fontos tudatosítani az emberekben, hogy a Balaton és térsége egy olyan egészséges élettér, mely alkalmassá teszi ilyen és más jellegű sportrendezvények megtartására. A Balaton Régió a természeti adottságainak, az infrastrukturális feltételek meglétének és az itt élő emberek vendégszeretetének is köszönhető, hogy hagyománnyá vált ez a futóverseny. Idén már nyolcadik alkalommal fogadhatjuk Szigligeten a vár lábánál a futókat.

Hiszem, hogy ez a rendezvény is öregbíti a térségünk jó hírét. Kívánom a résztvevőknek, hogy teljesítsék a maguk számára kitűzött célokat, mely célok elérése sok embert inspirál majd a következő évek versenyein való indulásra.

Nagy megtiszteltetés számomra, hogy a szervezők méltónak találták a rendezvény védnöki feladatainak ellátására. Ez a felkérés nemcsak nekem szól, hanem Szigliget lakosságának, akik büszkék arra, hogy részesei lehetnek ennek az évek óta nagyszerű nemzetközi futóversenynek.

Balassa Balázs

Szigliget polgármestere
Balatoni Szövetség elnöke

Dear Sports Fans!

Sport has always played an important role in my life. Perhaps, this is the reason why I can appreciate the athletes for whom the Lake Balaton Supermarathon with its 195.4 kilometer distance is not a difficulty. A competition like this is not only about running, but also about the people who prepared for months or for years for this event and who can overcome his or her own exhaustion and the adversity of the weather. They can become role models for the next generations. The event is also about the Lake Balaton, since it is important to emphasize that the area is a healthy environment which makes it suitable for the Lake Balaton Supermarathon and similar sports programs to keep. Due to the natural facilities of the Lake Balaton Region, the infrastructural background and the hospitality of the inhabitants, this event became a tradition. This is the eighth time that we welcome the runners at the castle of Szigliget.

I firmly believe that this program helps to make our region's reputation wider. I wish for the participants to carry out their aims, with which they can inspire others to enter for the next year's events.

It is a great honor to be nominated for the role of patron of this event. It is not just about me, but about the habitants of Szigliget, who are proud of taking part in every year of this well-known international race.

Balázs Balassa

Mayor of Szigliget
President of Lake Balaton Association



SPURI BALATON SZUPERMARATON

HŐSÖK FALA/WALL OF HEROES

7x TELJESÍTŐK/FINISHERS



Kiss Péter (1986-2013)



Farkas László (1967)



Kollár Zoltán (1965)



Simon Zoltán (1970)



Pók János (1963)



Salamon István (1962)



Séra István (1960)

6x

TELJESÍTŐK/
FINISHERS

Szőke Tamás (1970)

Czaltig Zsolt (1974), Klam Csaba (1970), Kreszta Zoltán (1970),
Láng István (1957), Lukovics Béla (1953), Máténé Varjú Edit (1971),
Papp Sándor (1970), Pintér Sándor (1975), Tigyi László (1960)

GRATULÁLUNK! / CONGRATULATIONS!

CSODÁLKOZÁSBÓL KÖZÖS SÖRÖZÉS

*Ez az egyetlen verseny, ami valóban a szívemhez nőtt – állítja **SZŐKE TAMÁS**, aki 2008 óta minden alkalommal részt vett a balatoni idénynyitón. A székesfehérvári ultrafutó határozott szándéka, hogy 14-es rajtszámát még hosszú évekig megőrizze. Ismeretes, a 100-as alatti, első évben kiosztott rajtszámokat csak azok kapják meg, akik minden évben rajthoz állnak. – Miután télen több időm van a felkészülésre, sosem hagynám ki az idénynyitót. Fantasztikus élmények kötnek a Balatonhoz, szinte már mindenkit ismerek arcról vagy névről. Még a nyelvi nehézségek sem okoznak kommunikációs problémát. A jókedvhez és egy kacsintáshoz pár mozdulat is elég. Néhány éve például egy svéd házaspárt szűrtam ki magamnak. Első este még láttam az arcukon a megrökönyödést, hogy a mi bolyunk nevetgélve és beszélgetve rőtta az 5:20-as ezreket.*

Az utolsó nap azonban már annyira felengedtek, hogy futás közben csatlakoztak hozzánk egy kis sörözésre. Hihetetlen, milyen változáson mentek keresztül egy hosszú hétvége alatt. Az ilyen egymásra találásokért érdemes kilátogatni a Balatonhoz. Tavaly például egyik futótársamnak, Adriennek segítettem, aki kisebb sérülése ellenére vágott neki a versenynek. Az elmúlt 7 évben voltak szenvedéseim és könnyebb futásaim is, de egy biztos, rengeteg embert láttam elvégezni az idénynyitón. Szóval, óvatosan! Nem egy nappól áll ez a megmérettetés.



TOLÓKOCITÓL AZ ULTRAFUTÁSIG

14 évesen olyan balesetet szenvedett **CSÚZDI-HACK ZSANNET**, hogy néhány hétre toló kocsi kényyszerült. Az orvosi diagnózis szerint még a lábra állás is kétséges volt. A gyógyulás folyamata azonban elkezdődött, 18 évesen már maratont futott és a Balaton Szupermaraton első két évében egyedüli 25 év alatti nőként teljesítette a 194,5 kilométeres távot. – *A baleset után elkeveredtségemben úgy döntöttem: futás közben fogok meghalni. Ameddig csak visz a lábam, futni fogok. Ebben a szellemben készülök a Balaton Szupermaratonokra is, ahol egészen fiatalon már ultrafutóvá váltam. 23-24 évesen büszkeséggel töltött el a tudat, hogy rajtam kívül senki sem mert nekivágni ennek a kihívásnak. Azóta is mindig szívesen térek vissza tavasszal ide. Rengeteg közös rajtélmény, frissítés kavarodás kavarog bennem, de azokat a perceket is imádtam, mikor még a biciklis kísérfő is elmaradt tőlem és teljesen egyedül lehettem a parton. Ilyenkor szeretek elmerülni a Balaton hullámzásában és figyelni a természet apró rezdüléseit. De leginkább a változatosságát szeretem: egyik évben 3 réteg ruhában, hóesésben futottam az egyik szakaszon, a következő alkalommal pedig ugyanott vörösré égette a hátam a nap. Éjszaka tejfőllel kellett kenegetni, hogy másnap bírjam az iramot...*

NYÍREGYHÁZI HÍRVERÉS

Két csapat és három egyéni induló vág neki Nyíregyházáról március közepén a Balaton Szupermaratonnak **CSERPÁK TAMÁS** versenybeszámolójának köszönhetően. – *Kemény hosszú hétvége volt a tavalyi. Annak ellenére, hogy felkészülten érkeztem a helyszínre, az első nap kifejezetten nehéz volt. Az izmaim bemerevedtek, de az esti gyúrásnak köszönhetően a folytatás már jól sikerült. A második felvonásban sikerült a táv felét együtt futottam egy sráccal, akivel szinte végig beszélgettünk a napot. Azóta is mindig örülünk egymásnak, ha valamilyen versenyen meglátjuk egymást. Különösen tetszett a szervezés. A szállás tökéletes volt, minden este kihasználtuk az extrákat. A szauna mellett a jakuzziban regenerálódtunk, az pedig külön öröm volt, hogy még arra is figyeltek a szervezők, hogy hozzanak, vigyenek minket a szállásra. Számomra váratlan volt a meleg időjárás, ezért a folyamatos frissítésre oda kell figyelni, de ha nem futod el magad, és elég kilométer van a lábadban, nem lehet gond. A zárónapon az utolsó ötezer métert élveztem a legjobban, még engem is meglepett, milyen jó tempóban zártam a versenyt. Remélem idén a nyíregyházi ismerősökkel egy hasonló jó hangulatú hosszú hétvégében lesz részünk!*





CIVIL A PARTON!

Az első két évben kishitúsége miatt nem nevezett a Balaton Szupermaratonra **AJKAY ANTAL**, aki miután legyőzte félelmeit, idén már sorozatban a hatodik idénynyitóját, és egyben 65. születésnapját is ünnepelheti a magyar tengernél.

– *Ahogy a szerelemben, úgy egy ilyen verseny esetében is az első az igazán örök emlék. Emlékszem, micsoda elégtétel volt, hogy 60 évesen sikerült legyőzőm a távot. Rádásul az izomzatom és az ízületeim is remekül bírták a megpróbáltatásokat. Jó érzéssel hangolódok az idei megmérettetésre is. Mi, ultrafutók a közösségi oldalakon tartjuk ugyan a kapcsolatot, ám az év első közös találkozósa mindig a siófoki hotel aulájában van. A téli alapozás után ünnep számunkra együtt nekivágni a kilométereknek. Az egyéni futók már név szerint ismerik egymást, az újakban pedig tartjuk a lelket. Szinte minden szakaszhoz kötődik egy-egy kedves emlékem, de ami elsőként beugrik, az a 4. Balaton Szupermaratonhoz kötődik. Rendkívül rossz időben rajtoltunk el, erősen esett az eső. Ilyen esetekben teljesen kihalt szokott lenni a Balaton-part, Szántódnál azonban nagy meglepetésre az egyik nyaraló kerítését egy középkorú úr festszegette. Szinte minden futó egyenként köszönt neki, és közöttünk még másnap is téma volt, hogy egy civilt láttunk a Balatonnál. Ezért szeretem ezt a versenyt, mert még 50 kilométer után is tudunk nevetni valamin.*

SÉRÜLTEN IS NÉZŐ

SÍPOS SÁNDOR az elmúlt hat évben ötször egyéniben teljesítette a 194,5 kilométeres távot a Balaton körül. Amikor pedig sérülés miatt vissza kellett vonnia nevezését, akkor a helyszínen szurkolta végig a négy napot. – *Hiányzott az élmény, sosem hagynám ki az idénynyitót – érvelt. – Monspart Sarolta edzéstervét rendíthetetlenül betartva, 1300-1400 kilométerrel a lábamban álltam rajthoz 2009-ben először Siófokon. Magam sem tudtam még, mire leszek képes. Kíváncsi voltam, hogy erre a rettenetes sorozatterhelésre hogyan fogok reagálni. Az adrenalin pedig napról napra nőtt bennem, és vitt előre. Az pedig végképp büszkeséggel töltött el, hogy olyan versenyzőket tudtam magam mögé utasítani, akik komoly futóműtáttal rendelkeztek. Az esti gyűrások helyre rakták a fáradt izmokat, és reggelenként úgy éreztem, nem lehet gond. És sosem volt. Emlékszem, mikor első alkalommal pillantottam meg a befutót, olyan örömet még sosem éreztem. Rádásul egy sráccal az utolsó 300 méteren akkora hajrát vágtunk ki, hogy még Péter Attila is rácsodálkozott, hogy négy nap után még ennyi energia maradt bennünk. De ilyen közegben, ennyi fanatikussal között lehetetlen nem 100 százalékot kiadni magadból. Éppen ezért szeretem annyira a Balaton Szupermaraton!*



KÖZÖS BEFUTÓ A GYEREKEKKEL

Egy futós fórumon ismerte meg csapattársait **GÜNTHER ANITA**. A trió érdekessége, hogy mindhárman 1975-ös születésűek. Az ultrafutó lányok az elmúlt három évben csak hétvégén csatlakoztak a mezőnyhöz, idén azonban már mind a négy napon rajthoz állnak. – *Most tavasszal újabb taggal bővült a váltónk, ezért már nem 3X75-ös néven neveztünk, hanem Mosolykommandóként. Imádom visszatérni az idénynyitóra, hiszen teljesen egyedül a hangulata. Nem sok olyan versenyt ismerek, ahol esténként egy közös vacsorára össze tudnak gyűlni a versenyzők. De említhetném Péter Attilát is, aki nemcsak fantasztikus hangulatot varázsol a rajthoz és a befutóhoz, de arra is volt már példa, hogy segített orvosolni egy technikai problémát a váltónál. Az időjárás*

pedig olykor ellenünk van. Néhány éve kínunkban azon neveltünk, hogy Füreden mínusz 4 fokra ébredtünk, miközben tavaly egy szál pólóban vártuk a reggeli rajtot. Sokat jelent számomra, hogy a családom is elkísér a Balatonhoz. A befutó például már rendszerint közös, két gyerekem is csatlakozik hozzánk az utolsó méterekre, a férjem pedig a pálya mellől szurkol. Idén keményebb dolgunk lesz, komolyabban is vettem a felkészülést. Négy nap a Balatonnal. Már most nagyon várom!



HÉTBŐL HÉT

SÍPOS ÁDÁM BENCE két alkalommal csapatban, ötször pedig párosban teljesítette a Balaton Szupermaratont. Ez a szám nemcsak idén fog emelkedni, hanem a jövőben is, ugyanis az egyik pénzügyetnél dolgozó futó hamarosan egyéniben is szeretné kipróbálni magát a távon.

– A SPAR Maraton mellett ez a másik kedvenc versenyem. Elsősorban azért nőtt a szívemhez, mert a remek légkör mellett természetközeli az élmény. Ráadásul olyan arcát mutatja meg nekünk a Balaton, amellyel egyébként nem nagyon találkozunk. Futottam már hóban, zivatarban és verőfényes napsütésben is. Küszködtem a mínuszokkal, máskor pedig a leégés ellen kellett védekezni. Pedig az időpont nem változik, egyedül az időjárás szélsőségeit ismerhettük meg. A szervezés is elsőrangú: minden váltópontnál szpiker felel a hangulatért, érződik, hogy mi vagyunk a középpontban, minden adott ahhoz, hogy csak a futásra kelljen koncentrálnunk. A legkedvesebb emlékem az északi parthoz köt, amikor egy árnyas erdei részen egyik pillanatban erdei gombák illata csapta meg az orrom. Teljesen magával ragadt, és bár már alig éltem, erőt tudtam meríteni belőle. Érdekes, hogy se előtte, se azóta nem láttam azon a helyen gombát. De mikor ott futok, mindig felidézem azt a néhány percet. Felejthetetlen élmény volt!

SZÜLETÉSNAP A BALATONON

Egy füredi maratonnak köszönheti évek óta tartó párkapcsolatát **DR. VIDOSI NOÉMI**, aki **GÁL ZSOLT**ot először a rajtnál pillantotta meg. Az első kilométereket együtt futották, majd a verseny után az interneten vették fel a kapcsolatot. A duó idén harmadik közös Balaton Szupermaratonjára készül.

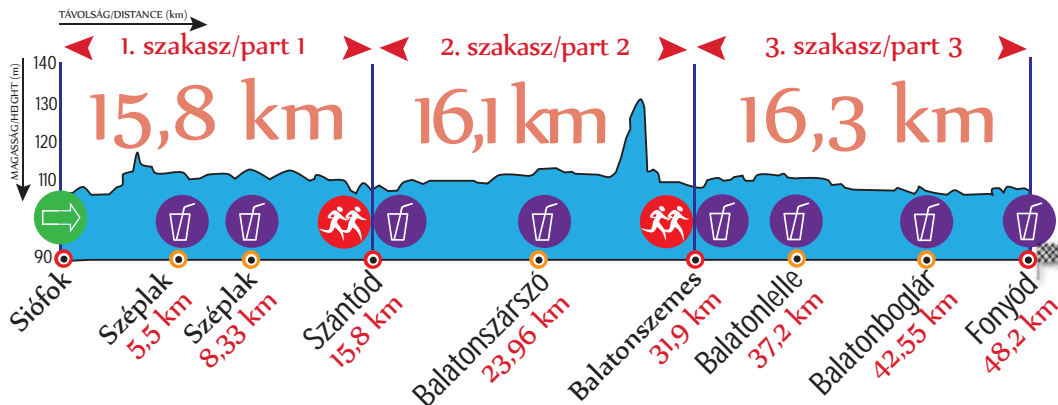
– Az első két év alkalommal még külön zajlott a felkészülés, ám mióta együtt élünk, már az edzéseket is össze tudjuk hangolni. Imádjuk ezt a versenyt, egészen más a hangulata, mint a városi megmérettetéseknek. Összeszokott a társaság, családias a hangulat, elsősorban ezért vagyunk visszatérő vendégei az idénnyitónak. Külön öröm, hogy a csapatunkból idén már több mint tízen adták le a nevezésüket, már ez a tény önmagában óriási lökést fog adni nekem. Ráadásul tapolcaiként számomra a Balaton északi partja hazai pálya, ismerem a kanyarokat és az emelkedőket is. A leosztás is megszokott: a páratlan napokon Zsolt fut két szakaszt, a párosokon én. Talán éppen ezért szenvedem meg annyira a fenékpusztai részét a versenynek. Alapvetően nem az órát nézzük, de kissé lelombozott minket, hogy a tavalyi időnk gyengébben sikerült a 2013-asnál. Motiváltak vagyunk, szeretnénk javítani, és még egy apró meglepetéssel is készülök, ugyanis a párom a verseny idején tölti be a 45. születésnapját!



PÁRJÁVAL PÁRBAN

3-4 évvel ezelőtt kezdett futni barátja hatására **BÓDIS ESZTER**. Sikerei hamar jöttek: már fél év után félmaratonra nevezett, és miután **BÍRÓ GÉZA** korábban egyéniben és csapatban is rajthoz állt a Balaton Szupermaratonon, Eszter 2014-ben elhatározta: kipróbálja magát a tavaszi idénnyitón.

– Életem legszebb élménye és legmeghatározóbb élménye volt a tavalyi megmérettetés. Rengeteg pozitív emberrel találkoztam, és a szurkolók is kihozták belőlünk a maximumot. Még sosem futottam az északi parton, egyszerűen lebilincselő volt Füred környéke. Erős drukkk volt bennem, hiszen korábban sosem futottam egyhuzamban 30 kilométert, ráadásul másnap még egy húszast is hozzá kellett tennem. A rajt előtt úgy éreztem, az első nap fog jobban megviselni, de valahogy az adrenalin vitt előre, és az esti pihenőnek köszönhetően a másnapi záró szakaszra is maradt erőm. Az izomzatom jól reagált, egy kicsit ugyan lelassultam, de ilyen megterhelés után ez a legkevesebb. Különleges helyszínen, nem mindennapi teljesítményekkel ismerkedhettem meg és a családias hangulat végig kísért bennünket a 19,5 kilométeren. Idén sajnos ausztriai munkám miatt nem lehetek jelen, de számomra egy pillanatig sem kérdés, hogy visszatérek máskor is a Balaton Szupermaratonra!

1. NAP - 2015. március 19., csütörtök / Day 1: 19th March 2015, ThursdaySiófok ➤ Fonyód **48,2 km****VERSENYIRODA NYITVA/RACE CENTRE OPEN:**

Siófok, Hotel Magistern

- szerda/Wednesday 16:00-18:00,
- csütörtök/Thursday 8:00-10:30 és 17:00-19:00

RAJT/START

Siófok, Hotel Magistern, tó felőli oldala/Hotel Magistern, side of the lake

- 11:00, tömegrajtos indítás/mass start

**EGYÉNI FRISSÍTŐ LEADÁSA/
PERSONAL REFRESHMENT**Egyéni frissítő leadása a versenyközpontban 10:30-ig/
Personal refreshments can be provided until 10:30 in the race centre.**ÖLTÖZŐ/DRESSING ROOM**

- rajt/start: Siófok, Hotel Magistern
- cél/finish: Fonyód, sátrakban/in tents

Maraton+ rajt/Marathon+ start:tömegrajtos indítás a Szupermaraton
mezőnyével együtt/mass start together with
the Supermarathon runners**SZINTIDŐ/ TIME LIMIT**

- Szintidő táblázat a programfüzet 49. oldalán/
Time limits on the 55. page

CÉL/FINISHFonyód, vasútállomás tó felőli oldalán lévő parkoló/
Fonyód, railway station, parking place on the side of
the lake**GYÚRÁS/MASSAGE****kizárólag az egyéni indulók számára/
only for individual runners!
14:00-17:30 Fonyód, Mátyás Király Gimnázium**Légy Te is SPURI Aranykártya-tulajdonos!**

Vegyél részt 2015-ben legalább 5 BSI eseményen (bármilyen sportágban) vagy gyűjts össze a BSI eseményein legalább 75 „futókilométert”, és 2016-ban Te is Spuri Aranykártyás leszel. Gyűjtsd futással, túrázással, kerékpározással, úszással vagy akár fitnesszel a futókilométereket a 2016-os, kb. 20%-os BSI nevezési és 6% Spuri Futóbolt vásárlási kedvezményhez. A BSZM 4 napos egyéni és páros célba érkezői, valamint a FÉIBSZM egyéni teljesítői a verseny után azonnal Spuri Aranykártyássá válnak már 2015-re is! Részletek: **www.futonet.hu**

8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

1. napi útvonal térképázlatok/1st day maps



I/1. SIÓFOK

RAJT/START
Siófok, parti sétány, Hotel Magistern
(Beszédes J. sétány 72.) mögött
GPS koordináták:
É:46°55'16,77, K:18°04'51,20

Hotel Magistern
Beszédes József sétány
Darnay tér
Szent László utca
Lóczy Lajos utca
Hotel Aranypart
Perényi Sándor u.
Szent László utca
Ady Endre utca
Siófok
VASÚTI ÁTKELŐ/
RAILWAY CROSSING

Rajt megközelítése autóval: 7-es úton Szabadifürdő vasútállomás után (kb. 1,5 km) jobbra át a vasúton (Darnay K. tér)

Parkolás: Siófok, Darnay tér murvás parkoló

Getting to the start by car: on road number 7 after the railway station of Szabadifürdő (cca. 1,5 km) turn right through the railway (Darnay K. Square).

Parking: Siófok, Darnay square, shingly parking place

I/2. SIÓFOK-ÚJHEGY

FRISSÍTŐ/ REFRESHMENT
Deák F. stny - Tihany u. sarok
GPS koordináták:
É:46°54'12.63", K:18° 01'32.48"

FRISSÍTŐ/
REFRESHMENT
5 KM
Deák Ferenc sétány
Tihany utca
Újhegy
Marx tér
Vinczola utca
Kandó Kálmán utca
Simmelweis utca
Fokihegy
Balatonszéplak
Széplak
Liszt Ferenc sétány
Hungária u.
Oktober 23. u.
Babits M. u.
Klára u.

I/3. BALATONSZÉPLAK

FRISSÍTŐ/ REFRESHMENT
Balatonszéplak
Rózsa u. - Orgona u. sarok
GPS koordináták:
É:46°53'41.98", K:17°
59'28.71"

FRISSÍTŐ/
REFRESHMENT
Balaton
Bimbó utca
Hungária utca
Akácfa utca
Babits M. utca
Rózsa utca
Orgona u.
Tudósné utca
Németi

I/4. ZAMÁRDI

Balaton
Zámardi
Kiss Ernő utca
Balaton part
Kiss Ernő utca
Damjanich u.
Aradi u.
Knežich Károly u.
Szőfői utca
Vasút utca
Kiss Ernő utca
Miksa Kálmán u.
Töröcskai u.
Károlyi u.
Zsuzsanna u.
Gábor Áron u.
Jugoszláv tér
Σ10 KM
E71
M7

Orvos/Doctor:
+36/70/442-7000
Szervezők/Organisers:
+36/20/965-1966

1. napi útvonal térképábrázlatok/1st day maps



Az 1. váltóhely megközelítése autóval:

A 7-es útról Zamárdiban a Szent István útra kanyarodva, ezen végig egészen a RÉV felé vezető Tihany utcáig (kb. 3 km).

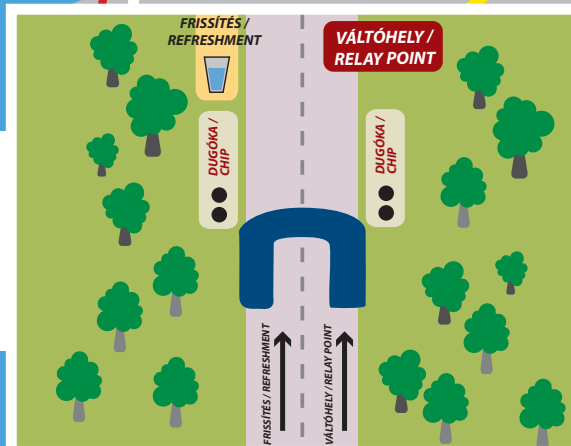
Parkolás: a Tihany utca kereszteződése után tovább a Móricz Zs. utca két oldalán.

Getting to the relay point by car: from road number 7 in Zamárdi turn to Szent István Street, straight on this ahead to the Tihany Street (cca. 3 km) leading to the ferry.

Parking: after the intersection with Tihany Street straight ahead at the two sides of Móricz Zs. Street.



A váltóhely rajza/
plan of the relay point



I/6. BALATONFÖLDVÁR



Orvos/Doctor:
+36/70/442-7000
Szervezők/Organisers:
+36/20/965-1966

I/7. BALATONSZÁRSZÓ

FRISÍTŐ/REFRESHMENT:
Balatonszárszó
Jókai-Szabolcs u. sarok
GPS koordináták:
É:46°49'56.96", K:17° 49'46.93"

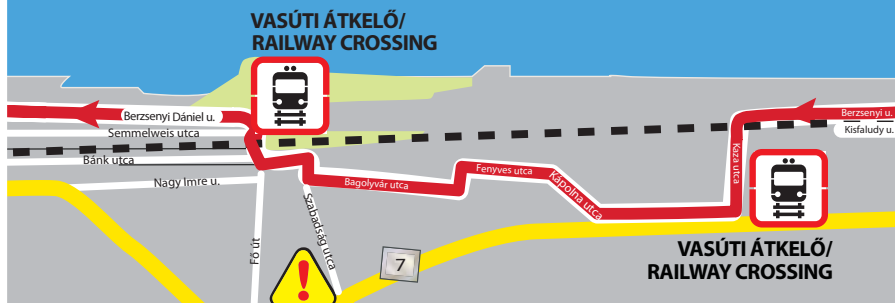


8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

1. napi útvonal térképvázlatok/1st day maps



I/8. BALATONSZEMES



A 2. váltóhely megközelítése autóval: Balatonszemes végén a 7-es úton a körforgalom után, az első utcán jobbra, a vasúton átkelve a Semmelweis és az Arany J. utcák kereszteződésében van a váltóhely

Parkolás: A vasúton átkelve, az Arany J. utcán jobbra

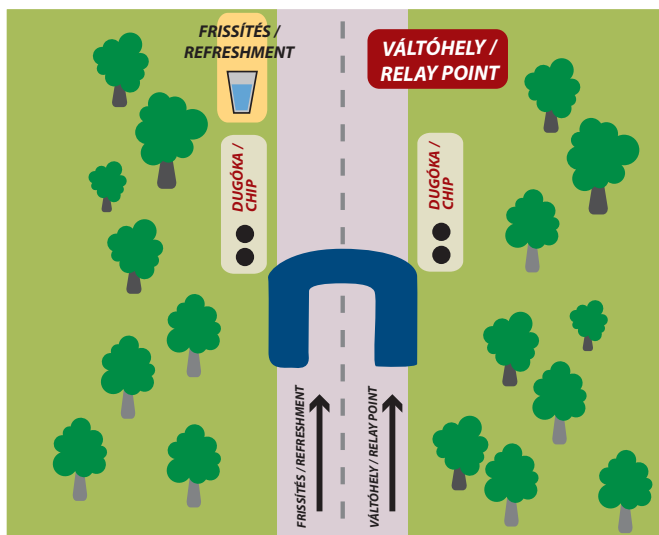
Getting to the relay point by car: At the end of Balatonszemes on road number 7 turn right on the first street after the roundabout, then crossing the railway the relay point is in the intersection of Semmelweis and Arany J. Streets.

Parking: Crossing the railway, right on Arany J. Street

A váltóhely rajza/
plan of the relay point

I/9. BALATONSZEMES

VÁLTÓHELY/RELAY POINT:
Balatonszemes
Semmelweis utca végén
GPS koordináták:
É:46°48'03.93", K:17° 44'45.88"



I/10. BALATONLELLE

FRISSÍTŐ/REFRESHMENT:
Balatonlelle
Hotel Lelle, Honvéd u. 24.
GPS koordináták:
É:46°47'12.63"
K:17° 41'01.10"



Cél megközelítése autóval: 7-es úton Fonyód vasútállomás után jobbra a kikötő felé, a sínek után újra jobbra a Fürdő utcára.

Parkolás: a Fürdő utcában a céltől a kikötő felé eső területen.

I/11. BALATONBOGLÁR

FRISSÍTŐ/REFRESHMENT:
Balatonboglár
Liget utca vége
GPS koordináták:
É:46°46'08.63"
K:17° 37'30.68"



I/12. FONYÓDLIGET



I/13. FONYÓD

CÉL/FINISH:
Fonyód
Vasútállomás, Fürdő u.
GPS koordináták:
É:46°44'967"
K:17°33'373"






Getting to the relay point by car: on road number 7 turn right towards the port after the railway station of Fonyod, after the rails turn right on Fürdő Street. **Parking:** Fürdő Street on the area from the finish towards the port.

1. NAPI ITINER/ DAY 1 ITINERARY



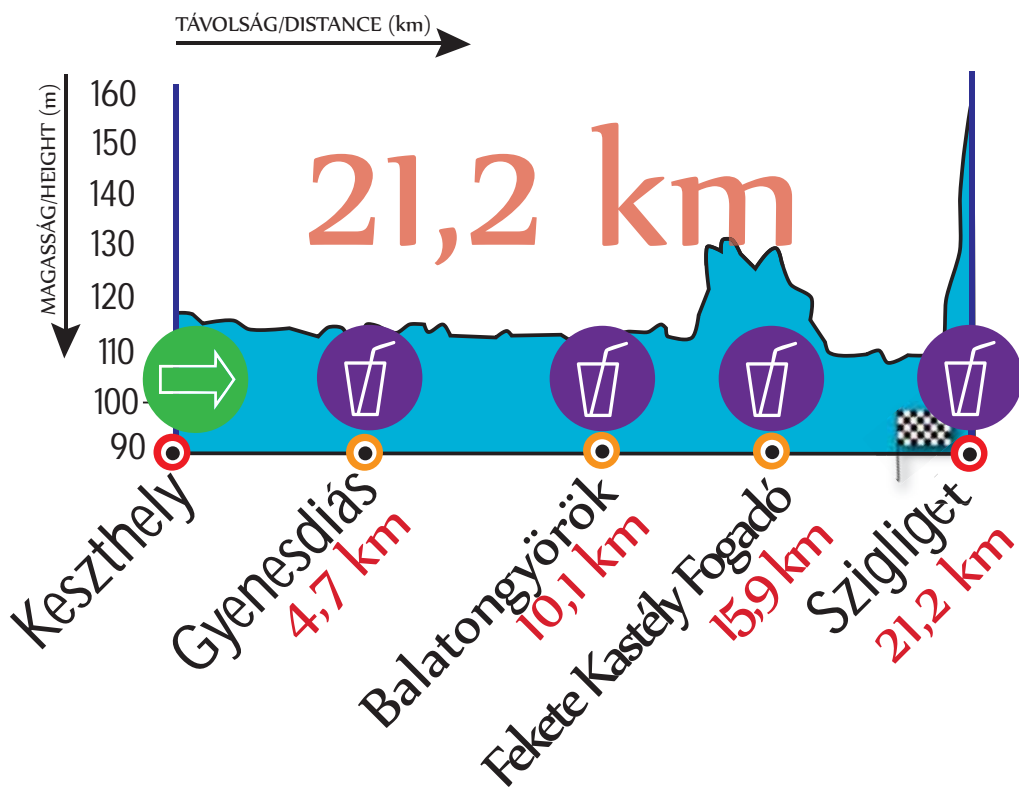
	TÁV	LEÍRÁS	DESCRIPTION	GPS koordináták
RAJT	0 km	RAJT, Siófok, Balatonpart, Hotel Magistern É:46°55'16,77 K:18°04'51,20	/ START, Siófok, Balaton coast, Hotel Magistern N:46°55'16,77 E:18°04'51,20	É:46°54'98.2" K:18°3'95.8"
	1,52 km	bal kanyar a Tátra utcára	/ turn left on Tátra Street	
	1,62 km	jobb kanyar a Szent István sétányra	/ turn right on Szent István Promenade	
	1,79 km	bal kanyar a Táncsis M. utcára	/ turn left on Táncsis M. Street	
	1,85 km	jobb kanyar a Petőfi sétányra	/ turn right on Petőfi Promenade	
	3 km	bal kanyar a Mártírok útjára	/ turn left on Mártírok Street	
	3,45 km	jobb kanyar a Fenyves sorra (híd)	/ turn right on Fenyves Road (bridge)	
	3,75 km	körforgalom a Vitorlás utcában	/ roundabout in Vitorlás Street	
	3,93 km	bal kanyar az Erkel F. utcára	/ turn left on Erkel F. Street	
	4,9 km	jobb kanyar az Arany J. utcára	/ turn right on Arany J. Street	
	5,05 km	bal kanyar a Deák F. sétányra	/ turn left on Deák F. Promenade	
(1.) Csak víz!	5,5 km	5,5 km Frissítő Tihany i. sarok É:46°54'12.63" K:18°01'32.48"	REFRESHMENT STATION Tihanyi Street corner N:46°54'12.63" E:18°01'32.48"	
	7,23 km	Ezüstpart kempingnél kis híd füves réten keresztül földút	/ little bridge at the camping on Ezüstpart, TRAIL through a grass field	
	7,35 km	Bimbó utca	/ Bimbó street	
	8,29 km	bal kanyar az Orgona utcára /	turn left on Orgona Street	
	(2.) 8,33 km	FRISSÍTŐ az Orgona utca Rózsa utca sarkán, jobb kanyar a Rózsa utcára, majd a Dessewffy A. utcán É:46°53'41.98" K:17°59'28.71"	/ REFRESHMENT STATION at the corner of Orgona and Rózsa Street, turn right on Rózsa Street and then on Dessewffy A. Street N:46°53'41.98" E:17°59'28.71"	É:46°53'41.98" K:17°59'28.71"
	11,38 km	jobb kanyar a József A. utcára	/ turn right on József A. Street	
	11,58 km	bal kanyar a Kiss Ernő utcára	/ turn left on Kiss Ernő Street	
	12,18 km	jobb kanyar az I. közön a part felé	/ turn right on I. köz towards the shore	
	12,26 km	bal kanyar a parton (sárga, kavicsos út)	/ turn left on the shore (on the yellow gravel road)	
	14,37 km	sárga kavics vége, innen betonkockás út	/ end of yellow gravel, from here on the concrete cubic road	
	14,6 km	betonkockás rész végén bal kanyar a Harcsa utcára	/ end of concrete cubic road, at the end turn left on Harcsa Street	
	14,78 km	jobb kanyar Szent István utcával párhuzamosan futó kerékpárútra	/ turn right to the bicycle road running parallel with Szent István Street	
	15,72 km	jobb kanyar a Tihany utcára (újra közút)	/ turn right to Tihany Street (public road again)	
(1.) / (3.)	15,8 km	bal kanyar a Parti villasorra É:46°52'39.23" K:17°54'19.76"	/ turn left to the villa line on the shore RELAY AREA N:46°52'39.23" E:17°54'19.76"	É:46°52'39.23" K:17°54'19.76"
	16,96 km	bal kanyar a Rigó utcára	/ turn left to Rigó Street	
	17,07 km	jobb kanyar a Móricz Zs. utcára	/ turn right on Móricz Zs. Street	
	17,36 km	jobbra tartunk a Gyulai J. utcára	/ keep to the right to Gyulai J. Street	
	18,03 km	BALATONFÖLDVÁR, Rákóczi F. utca	/ BALATONFÖLDVÁR, Rákóczi F. Street	
	19,35 km	jobb kanyar Balatonföldvár hajóállomásnál a part felé	/ turn right at Balatonföldvár quay towards the shore	
	19,41 km	bal kanyar a Kvassay sétányra (sárga kavicsos út)	/ turn left to Kvassay Promenade (yellow gravel road)	
	20,35 km	bal kanyar a Rákóczi F. utca felé (közút)	/ turn left towards Rákóczi F. Street (public road)	
	20,4 km	jobb kanyar a Rákóczi utcára, majd tovább a Jókai utcán	/ turn right towards Rákóczi Street and then along Jókai Street	
	(4.) 23,96 km	FRISSÍTŐ BALATONSZÁRSZÓ vasútállomás Csupák Színház mellett É:46°49'56.96" K:17°49'46.93"	/ BALATONSZÁRSZÓ railway station REFRESHMENT STATION next to the Csupák Theater N:46°49'56.96" E:17°49'46.93"	É:46°49'56.96" K:17°49'46.93"

8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

	24,6 km	jobbra tartunk a Mikszáth K. utcában	/ keep to the right in the Mikszáth Street	
	24,65 km	bal kanyar a Berzsényi D. utcára	/ turn left to the Berzsényi D. Street	
	26,01 km	bal kanyar a Kaza utcára	/ turn left to Kaza Street	
	26,2 km	LÁMPÁS, SOROMPÓS vasúti áttjáró	/ RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP AND RAIL	
	26,32 km	jobb kanyar a 7-es úttal párhuzamos kerékpárútra	turn right to the BICYCLE ROAD running parallel with road number 7	
	26,89 km	7-es út szőládi körforgalom	/ road number 7, roundabout in Szőlád	
	27,66 km	BALATONÓSZÖD vége után jobbra tart a kerékpárút	/ after the sign marking the end of BALATONÓSZÖD the bicycle road keeps to the right	
	28,35 km	Bagolyvár utca (közút)	/ Bagolyvár Street public road	
	29,03 km	jobb kanyar Szabadság utcára	/ turn right to Szabadság Street	
	29,1 km	bal kanyar a Kisfaludy utcára	/ turn left to Kisfaludy Street	
	29,4 km	jobb kanyar a Kikötő utcára	/ turn right to Kikötő Street	
	29,48 km	LÁMPÁS, SOROMPÓS vasúti áttjáró	/ RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP AND RAIL	
	29,64 km	bal kanyar az Ady E. utcára	/ turn left to Ady E. Street	
	29,78 km	jobb kanyar a Vak Bottyán utcára	/ turn right to Vak Bottyán Street	
	29,8 km	bal kanyar a Berzsényi D. utcára	/ turn left to Berzsényi D. Street	
	31,6 km	bal kanyar a Berzsényi D. utca végén	/ turn left at the end of Berzsényi D. Street	
	31,65 km	jobb kanyar a Semmelweis utcára	/ turn right on Semmelweis Street	
	31,9 km	Semmelweis utca végén VÁLTÓHELY, bal kanyarral tovább É:46°48'03.93" K:17°44'45.88"	/ At the end of Semmelweis Street RELAY AREA, run along with a left turn N:46°48'03.93" E:17°44'45.88"	É:46°48'03.93" K:17°44'45.88"
	31,96 km	jobb kanyar az Arany J. utcára	/ turn right on Arany J. Street	
	34,02 km	BALATONELLE felső állomás a Köztársaság utcában	/BALATONELLE Felső Station in the Köztársaság Street	
	35,97 km	jobb kanyar Balatonelle állomásnál	/ turn right at the Balatonelle train station	
	36,15 km	bal kanyar a Napospart utcára	/ turn left on Napospart Street	
	36,38 km	jobb kanyar a Móló sétányra	/ turn right to the Móló Promenade	
	36,45 km	bal kanyar a Napsugár utcára	/ turn left on Napsugár Street	
	36,91 km	bal kanyar a Szent István utcára	/ turn left on Szent István Street	
	37 km	jobb kanyar a Honvéd utcára	/ turn right on Honvéd Street	
	37,2 km	FRISSÍTŐ Hotel Lelle, a Honvéd u. 24. előtt É:46°47'12.63" K:17°41'01.10"	/ Hotel Lelle REFRESHMENT STATION, in front of 24. Honvéd Street N:46°47'12.63" E:17°41'01.10"	É:46°47'12.63" K:17°41'01.10"
	40,08 km	Tinódi u.-ból jobbra tartunk	/ keep right from the Tinódi street	
	40,11 km	bal kanyar a Hunyadi J. utcára	/ turn left on Hunyadi J. Street, at the end follow ahead on József A. street	
	42,55 km	Liget u. vége FRISSÍTŐ, innen tovább kerékpár út, bal kanyar É:46°46'08.63" K:17°37'30.68"	/ at the end of Liget Street REFRESHMENT STATION, from here on bicycle road N:46°46'08.63" E:17°37'30.68"	É:46°46'08.63" K:17°37'30.68"
	42,59 km	jobb kanyar	/ turn right	
	42,77 km	jobb kanyar	/ turn right	
	42,81 km	bal kanyar a kis hídon át	/ turn left on the small bridge	
	43 km	Mecsek utca közút	/ Mecsek Street PUBLIC ROAD	
	44,19 km	balra tartunk a kerékpárútra	/ keep left to the bicycle road	
	44,96 km	Mecsek utca végén a Niklai utcánál jobb kanyarral az Árpád part felé	/ at the end of Mecsek Street in Niklai Street turn right towards Árpád Shore	
	45,1 km	bal kanyar az Árpád partra	/ turn left to Árpád Shore	
	46,37 km	Árpád part végén bal kanyar a Hunyadi utcára	/ at the end of Árpád Shore turn left to Hunyadi Street	
	46,54 km	jobb kanyar az Endresz Gy. Utcára, majd tovább a Fürdő utcán	/ turn right to Endresz Gy. Street and then further on Fürdő Street	
CÉL/FINISH	48,2 km	CÉL, Fonyód állomásnál a parkolóban É:46°44'967" K:17°33'373"	/ FINISH at Fonyód railway station in the car parking N:46°44'967" E:17°33'373"	É:46°44'967" K:17°33'373"

Spuri Öböl Félmaraton ➤ Bay Half Marathon

Keszthely ➤ Szigliget **21,2km**



VERSENYIRODA/RACE CENTRE

- 10:00-11:15 Keszthely, Helikon Strand, Halászcsárda

ÖLTÖZŐ/DRESSING ROOM

- rajt/start: Keszthely, sátrakban/in tents
- cél/finish: Szigliget, sátrakban/in tents

RAJT/START

11.30. Keszthely, Helikon Strand parkoló/
Keszthely, parking place on the Helikon Beach.
A résztvevők a tervezett idejük alapján kialakított párokban 2-3mp-nkénti indítással rajtolnak. A rajtlistát a rajtszínpad közelében függesztjük ki, a szpíker ennek megfelelően szólítja rajthoz az indulókat./

The participants start in pairs every 2-3 seconds based on their planned time. The start list will be placed near the start stage and the speaker will call the participants.

SZINTIDŐ/ TIME LIMIT

3 óra 30 perc/3 hours 30 minutes

CÉL/FINISH

Szigliget, vár alatti parkoló.
A félmaraton teljesítői részére külön befutósávot jelölünk ki a célban./
A separate finishing line will be provided for the half marathon participants parking place beneath Szigliget Castle.

A SPURI ÖBÖL FÉLMARATON RAJTJÁNAK MEGKÖZELÍTÉSE

II/11. KESZTHELY



A rajt megközelítése autóval:

a 7-es út, 71-es út, Keszthely (Fenéki út), Csárda utcán jobbra, egészen le a vasúti átjáróig.

Parkolás: a vasúton átkelés előtt a parkolóban, illetve a környező utcákban.



A SPURI ÖBÖL FÉLMARATON SPECIÁLIS SZABÁLYAI

ÚTVONAL

Az út csak egy részében speciálisan megépített kerékpárút, a többi szakasz – főleg a településeken belül – közúton került kijelölésre. A mezőny első futója előtt felvezető kerékpáros halad.

Kiemelt figyelemmel kell haladni:

- amikor vasúti sínt keresztez a kijelölt futóútvonalat (áthaladás polgárőri utasításnak megfelelően). A vasúti átjáró piros jelzések, illetve annak hiányában a vonat közeledtek a polgárőr a futót fogja megállítani. Minden esetben csak a polgárőr egyértelmű jelzésére lehet folytatni a futást.
- amennyiben az úton bármilyen jármű, vagy előzésre készülő futó közlekedik, jobbra kell kitérni!

Mivel a verseny a forgalom elől NEM elzárt kerékpáros vagy kerékpárbarát úton halad, a versenyzők biztonsága érdekében nem ajánlott mindkét fülön a külvilág zajait tompító fülhallgatót viselni.

Táblákkal jelezzük a 4 napos verseny napi távját, 5 kilométerenként. Minden nap jelöljük az aznapi maratoni távot. Az útvonalon jelöljük az Öböl Félmarton 5., 10., 15. és 20. kilométerét.

Az útvonal követésében segítenek a balatoni kerékpárút jelzései, a BSI által kihelyezett irányító táblák és az útra festett narancs/piros nyilak.

FRISSÍTŐÁLLOMÁSOK

A Spuri Öböl Félmarton indulói a 4 napos 8. Spuri Balaton Szupermaraton váltói számára kialakított, táblával jelölt asztalainál frissíthetnek. Az útvonalon a frissítő állomásnál minden esetben ez az asztal lesz az első.

Egyéni frissítő leadására az Öböl Félmartonon nincs lehetőség!

Kínálat: víz, Powerade, szőlőcukor, banán, papír zsebkezdő, magnézium és kalcium pezsgőtabletta, WC papír, sebtapasz

IDŐJÓVÁÍRÁS

A versenyben indulóknak időjövőírás a következő esetben jár: vasúti átjáró tilos jelzések, illetve a versenybíró utasításának megfelelően, a biztonságos

áthaladás érdekében történő várakozáskor.

Ha a futót a versenybíró megállítja, a versenyző érkező és továbbindulási idejét a szervezők rögzítik.

IDŐMÉRÉS, EREDMÉNYEK

IV/a. Az időmérés szolgáltatója az AGNI-Timing.

Az időmérés a rajtszám hátuljára ragasztott UHF chippekkel történik.

A sikeres egyéni idők rögzítéséhez kérjük az alábbi szabályok figyelembevételét:

- A rajtszámot a verseny során végig láthatóan, a has/mell tájékon szükséges viselni (rajtszám-tartó öv megengedett).
- A rajtszámot eltakarni nem szabad.
- A rajtszám hátulján elhelyezett chipet ne távolítsák el, ne hajtsák össze és ne szúrják át biztosítóútvél.
- Mindenki figyeljen arra, hogy a saját rajtszámát viselje a verseny során.
- Célbaérkezés után kérjük a mérési pontot mielőbb elhagyni.

Az eredmények március 20-án estétől megtalálhatók a www.futanet.hu oldalon az eseményinformációnál.



2. NAP - 2015. március 20., péntek / Day 2: 20st March 2015, FridayFonyód ➔ Szigliget **52,9 km**

- **VERSENYIRODA NYITVA/RACE CENTRE OPEN:**
- 8:30-10:00, az előző napi céllal megegyező helyszínen: Fonyód, vasútállomás, tó felőli oldalán lévő parkoló/Fonyód, railway station, parking place in the front of the railway station
- 18:00-19:30, Keszthelyen, Hotel Helikon

EGYÉNI FRISSTÍTŐ LEADÁSA/PERSONAL REFRESHMENT

Egyéni frissítő leadása a versenyközpontban 10:00-ig/
Personal refreshments can be provided until 10:00 in the race centre.

RAJT/START 10:30

Az előző napi céllal megegyező helyszínen: Fonyód, vasútállomás tó felőli oldalán lévő parkoló/
same place as the finish of the previous day, Fonyod, railways station parking place from the side of the lake. A rajtidőpont a vasúti menetrend függvényében változhat! A résztvevők az előző napi eredményük alapján kialakított párokban indulnak, 2-3 mp-nkénti indítással. A rajtkapu 2 részre lesz osztva, egyik feléből a csapatok, másik feléből az egyéni versenyzők indulnak. A 2. napi maraton+ résztvevői a tervezett idejüknek megfelelően kerülnek besorolásra az egyéni versenyzők közé. Az első napon a szintidőkhöz közel teljesített egyéni versenyzők lehetőséget kapnak arra, hogy 30 perccel korábban rajtoljanak el, ezt előző napon célba érkezéskor lehet egyeztetni a célszeméllyzettel. A rajtlistát a rajtszínpad közelében függesztjük ki, a szpiker ennek megfelelően szólítja rajthoz az indulókat./ 10:30. Based on their previous day's results the participants start in pairs every 2-3 seconds. When creating the pairs the individual and the group results will be judged together. The starting gate will be

divided into two parts: individual runners will start from one part, and teams from the other one. The Marathon+ participants of day 2 will be classified among the individual runners according to their planned finishing time. Runners who finish day 1 close to the time limit, get the opportunity to start next day 30 minutes earlier than the others. If you would like to use this opportunity, you have to ask for it from the organisers in the finishing area after finishing the race on the previous day. The start list will be placed near the start stage and the speaker will call the participants.

ÖLTÖZŐ/DRESSING ROOM

- rajt/start: Fonyód, sátrakban/in tents
- cél/finish: Szigliget, sátrakban/in tents

SZINTIDŐ/ TIME LIMIT

- Szintidő táblázat a programfüzet 49. oldalán található!/Time limits on the 55. page!

CÉL/FINISH

- Szigliget, vár alatti parkoló/parking place beneath Szigliget Castle

GYÚRÁS/MASSAGE*

*kizárólag az egyéni indulók számára/
only for individual runners! Szigliget 13:00-17:30, Keszthely, Hotel Helikon 16:00-tól/ Szigliget 13:00-17:30, Keszthely, Hotel Helikon from 16:00

Maraton+ rajt/Maraton+ start: 10:30. A 2. napi maraton+ résztvevői a tervezett idejüknek megfelelően kerülnek besorolásra./ 10:30. The time of the daily participants of the maraton + will be allocated based on their planned time.

8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

2. napi útvonal térképvázlatok/2nd day maps



II/1. FONYÓD

RAJT/START:

Fonyód

Vasútállomás, Fürdő u.

GPS koordináták:

É:46°44'967"

K:17°33'373"



Rajt megközelítése autóval:

7-es úton Fonyód vasútállomás után jobbra a kikötő felé, a sínek után újra jobbra a Fürdő utcára.

Parkolás: a Fürdő utcában a céltől a kikötő felé eső területen.

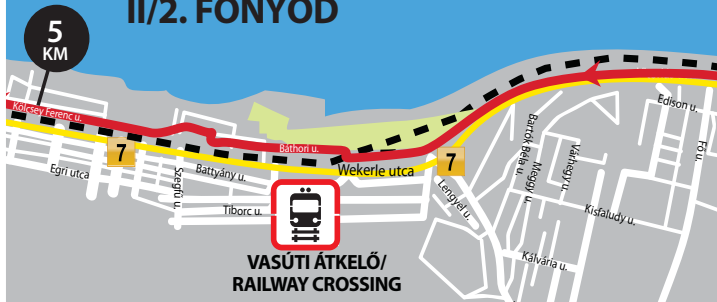
Orvos/Doctor:

+36/70/442-7000

Szervezők/Organiser:

+36/20/965-1966

II/2. FONYÓD



II/3. BALATONFENYVES

FRISÍTŐ/REFRESHMENT:

Balatonfenyves

Kölcsey u., Pozsonyi u. sarok

GPS koordináták:

É:46°43'00.95"

K:17°29'48.51"



Getting to the start by car: on road

number 7 turn right towards the port after the railway station of Fonyod, after the rails turn right on Fürdő Street. **Parking:** Fürdő Street on the area from the finish towards the port.

II/4. BALATONFENYVES



2. napi útvonal térképvázlatok/2nd day maps



II/5. BALATONMÁRIAFÜRDŐ

FRISSÍTŐ/REFRESHMENT:

Balatonmáriafürdő

Hullám u.-Temető u. sarok

GPS koordináták:

É:46°42'19.62"

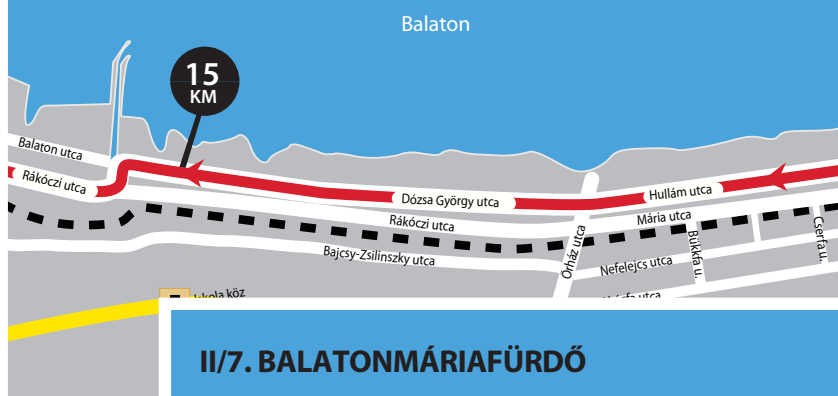
K:17°26'04.00"



Az 1. váltóhely megköze-
lítése autóval: a 7-es úton
Balatonkeresztúron a temp-
lomnál jobbra az Ady E. utcára,
ezen Balatonmáriafürdőig. Ady
E. és Rákóczi u. kereszteződésé-
ben van a váltóhely.

Parkolás: Balatonmáriafürdőn a
2. vasúti átkelés után jobbra és
balra a Rákóczi u. előtt

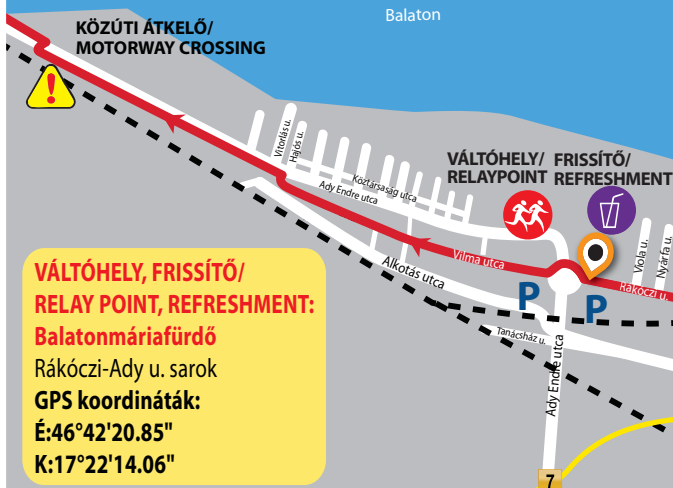
II/6. BALATONMÁRIAFÜRDŐ



Getting to the relay point
by car: on road number 7 at
Balatonkeresztúr turn right at
the church to Ady E. Street, on
this go until Balatonmáriafürdő.
The relay point is in the
junction of Ady E. and Rákóczi

Parking: at Balatonmáriafürdő
right and left after the 2.
railway crossing before Rákó-

II/7. BALATONMÁRIAFÜRDŐ

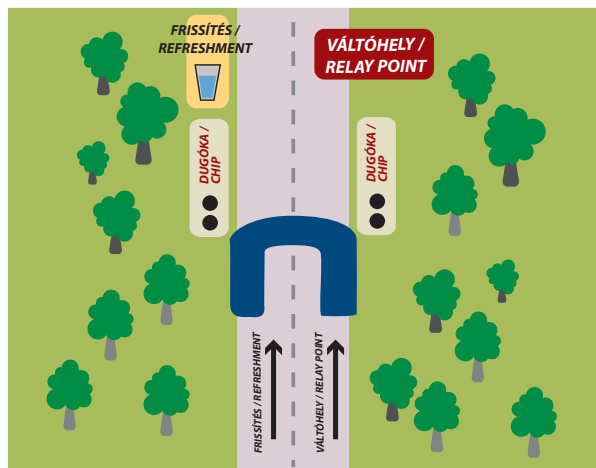


8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

2. napi útvonal térképvázlatok/2nd day maps



A váltóhely rajza/
plan of the relay point



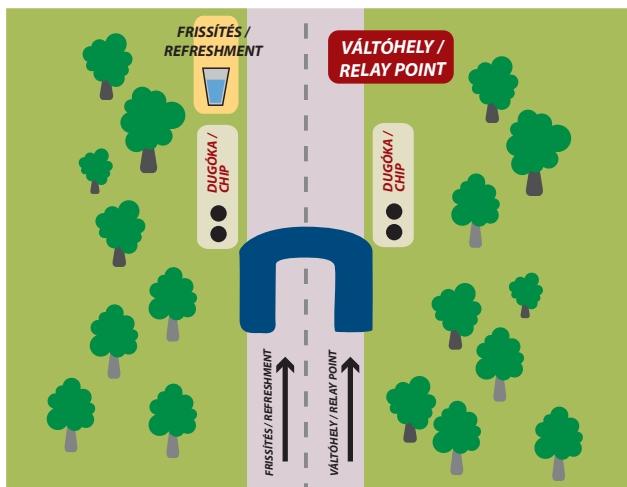
2. napi útvonal térképvázlatok/2nd day maps



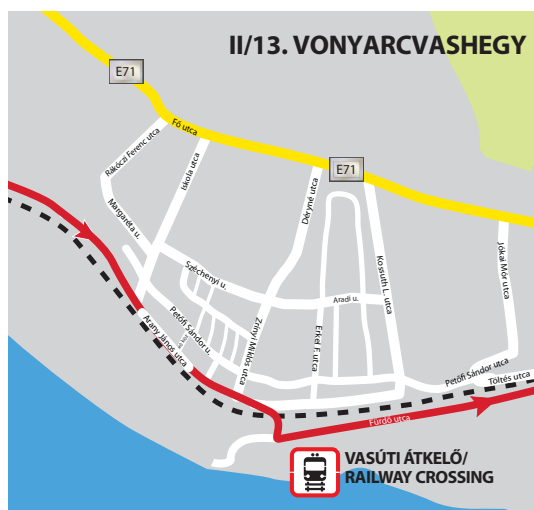
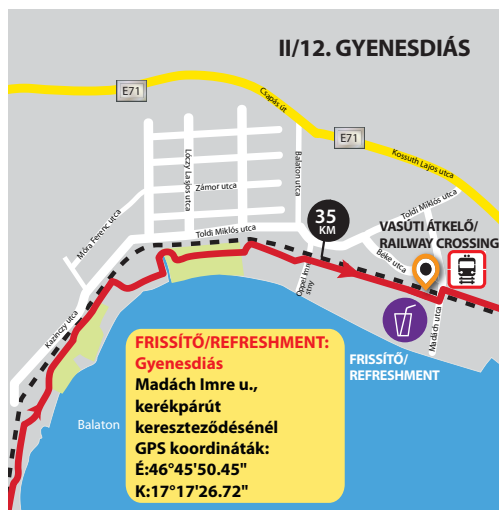
A 2. váltóhely megközelítése autóval:
a 7-es út, 71-es út, Keszthely (Fenéki út),
Csárda utcán jobbra, egészen le a partig
Parkolás: a vasúton átkelés előtt a parko-
lóban, illetve a környező utcákban.

Getting to the relay point by car: right
on road number 7, road number 71 at
Keszthely (Fenéki Street), on Csárda
Street right until the shore.

Parking: in the parking place before
crossing the railway.



A váltóhely rajza/
plan of the relay point



8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

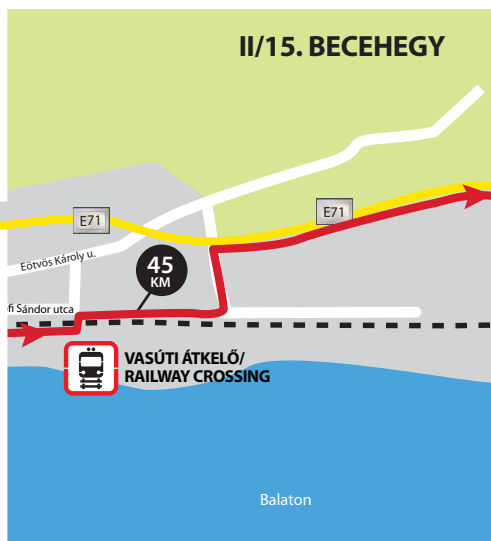
2. napi útvonal térképvázlatok/2nd day maps



Cél megközelítése autóval: a 71-es útról Szigliget felé jobbra (Kossuth u.)

Parkolás: a 71-es út Szigligeti elágazásától balra a Paprika vendéglő közelében kialakított parkolóban vagy Szigliget belvárosában.

71-es út és Szigliget belvárosába között parkolni csak az út egyik oldalán lehet, a másik oldalt lezárjuk.



Getting to the finish by car: from road number 71 right towards Szigliget (Kossuth Street).






Parking: In the parking area set up nearby the Paprika Restaurant, left from the Szigliget junction of the Road 71, or in the downtown of Szigliget.

You can only park at one side of the road between Road 71 and downtown of Szigliget. The other side will be closed.



2. NAPI ITINER/ DAY 2 ITINERARY



	TÁV	LÉÍRÁS	DESCRIPTION	GPS koordináták
RAJT/ START	0 km	Rajt, Fonyód, vasútállomás 7-es út felőli oldala, Fatehén Pub É:46°44'00.967" K:17°33'373"	/ START Fonyód railway station on the side of road number 7, Fatehén Pub N:46°44'00.967" E:17°33'373"	
	2,15 km	Bélatelep vasútállomás	/ Bélatelep railway station	
	3,26 km	jobb kanyar a vasút felé a Nádas Étteremnél	/ turn right towards the railway at Nádas Restaurant	
	3,3 km	GYALOGOS vasúti átgáró KORLÁTRENDSZERREL	/ PEDESTRIAN RAILWAY CROSSING WITH A BAR SYSTEM	
	3,31 km	bal kanyar a Báthori utcára közút	/ turn left to Báthori Street PUBLIC ROAD	
	4,1 km	jobb kanyar	/ turn right	
	4,15 km	bal kanyar a Vasváry P. utcára	/ turn left to Vasváry P. Street	
 (1.)	6,14 km	Kölcsey F. utca Pozsony utca kereszteződés FRISSTÍTÓ É:46°43'00.95" K:17°29'48.51"	/ REFRESHMENT STATION at the crossing of Kölcsey F. and Pozsony Street N:46°43'00.95" E:17°29'48.51"	É:46°43'00.95" K:17°29'48.51"
	9,6 km	BALATONFENYVES alsónál jobbra tartunk a hordónál	/ at BALATONFENYVES alsó keep right at the barrel	
 (2.)	11,1 km	jobbra tartunk a Hullám utcában, István Étterem és Panzió előtt, FRISSTÍTÓ Dózsa Gy. Utca É:46°42'19.62" K:17°26'04.00"	/ keep right in Hullám Street, in front of István Restaurant and Pension, REFRESHMENT STATION along Dózsa Gy. Street N:46°42'19.62" E:17°26'04.00"	
	14,2 km	kis jobb, majd bal kanyar	/ turn small right and then turn left	
	15,2 km	bal kanyar a Balaton utcára	/ turn left to Balaton Street	
	15,3 km	jobb kanyar a Rákóczi utcára	/ turn right to Rákóczi Street	
 (1.) (3.)	16,15 km	Rákóczi u. Ady E. u. sarok előtti Rezeda sörkertnél VÁLTÓHELY É:46°42'20.85" K:17°22'14.06"	/ RELAY AREA at Rezeda Beer Garden in Rákóczi and Ady E. Street crossing N:46°42'20.85" E:17°22'14.06"	É:46°42'20.85" K:17°22'14.06"
	17,1 km	tovább a Vilma utcán, majd a végén bal kanyar az Ady E. utcára	further along Vilma Street and then at the end turn left in Ady E. Street	
	18,1 km	átkelés az országúton, majd tovább a kerékpárúton	/ crossing the public road and then further along the bicycle road	
	19,1 km	Balatonberény, az országút mellett megy a kerékpárút	/ Balatonberény, on the BICYCLE ROAD next to the public road	
 (4.)	22 km	Kócsag kemping elágazás után kb. 200 m FRISSTÍTÓ É:46°42'27.78" K:17°17'51.43"	/ next to junction of Kócsag camping REFRESHMENT STATION about 200 m N:46°42'27.78" E:17°17'51.43"	É:46°42'27.78" K:17°17'51.43"
	24,5 km	76-os út kereszteződése, tovább a kerékpárúton	/ crossing with road number 76, further along the bicycle road	
	25,6 km	Zala folyó	/ river Zala	
	25,9 km	LÁMPÁS GYALOGOS vasúti átgáró A 71-ES ÚT ELÁGAZÁSÁNÁL	/ PEDESTRIAN CROSSING OVER THE RAILWAY WITH A TRAFFIC LAMP AT THE JUNCTION WITH ROAD NUMBER 71	
	27 km	71-es út mellett folytatódik a (még mindig) kerékpárút	/ beside road number 71 on the bicycle road	
	28,9 km	VÉDELEM NÉLKÜLI vasúti átgáró	/ RAILWAY CROSSING WITHOUT ANY PROTECTION	
 (5.)	28,95 km	FRISSTÍTÓ É:46°43'39.06" K:17°14'33.97	/REFRESHMENT STATION N:46°43'39.06" E:17°14'33.97	É:46°43'39.06" K:17°14'33.97"

2. NAPI ITINER/ DAY 2 ITINERARY



	TÁV	LÉÍRÁS	DESCRIPTION	GPS koordináták
	30,15 km-től	kerékpárút, mellette MURVÁS út	/ BICYCLE ROAD, there is a gravel road beside it	
	30,7 km-től	kerékpárbarát út	/ BICYCLE FRIENDLY ROAD	
(2.) (6.)	31,7 km (*0 km)	Helikon strand előtti parkoló VÁLTÓHELY É:46°45'04.06" K:17°14'39.30"	/ RELAY AREA in the parking place in front of Helikon beach N:46°45'04.06" E:17°14'39.30"	É:46°45'04.06" K:17°14'39.30"
	32,2 km (*0,5 km)	jobb kanyar a behajtani tilos tábla felé	/ turn right towards the no entry sign	
	33,7 km (*2 km)	Hotel Via, bal kanyar a kis hídon át	/ Hotel Via, turn left over the little bridge	
	34,3 km (*2,6 km)	kereszteződés a Főnix vitorlás kikötőhöz	/crossing towards the Főnix sail harbour	
(7.)	36,4 km (*4,7 km)	bal kanyar a Madách Imre utcánál, a Bringa tanyánál FRISSÍTŐ É:46°45'50.45" K:17°17'26.72"	/ turn left at Madách Imre Street, REFRESHMENT STATION at Bringa tanya (bicycle farm) N:46°45'50.45" E:17°17'26.72"	É:46°45'50.45" K:17°17'26.72"
	36,5 km (*4,8 km)	LÁMPÁS SOROMPÓS vasúti átvjáró után jobb kanyarral folytatódik a kerékpárút	/ RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP AND RAIL then the bicycle road continues with a right turn	
	37,9 km (*6,2 km)	Vonyarcvashegy, Arany J. utca	/Vonyarcvashegy, Arany J. Street	
	38,5 km (*6,8 km)	jobb kanyarral LÁMPÁS SOROMPÓS vasúti átvjáró	/ RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP AND RAIL with a right turn	
	41,5 km (*9,8 km)	jobb, majd bal kanyar a Böngyér utcába KERÉKPÁR BARÁT ÚT	/ a right then a left turn in Böngyér Street BICYCLE FRIENDLY ROAD	
(8.)	41,8 km (*10,1 km)	Balatonyörök Böngyéres utca É:46°44'59.01" K:17°21'00.25"	/ Balatonyörök Böngyéres Street, REFRESHMENT STATION N:46°44'59.01" E:17°21'00.25"	N:46°44'59.01" E:17°21'00.25"
	44,4 km (*12,7 km)	bal kanyarral SOROMPÓS vasúti átvjáró, majd jobb kanyar	/ RAILWAY CROSSING WITH A RAIL after a left turn, then a right turn	
	45,4 km (*13,7 km)	bal kanyar a 71-es út felé közút	/ turn left towards road number 71 PUBLIC ROAD	
	45,9 km (*14,2 km)	a 71-es útnál jobb kanyar a kerékpárútra	/ at road number 71 turn right towards the BICYCLE ROAD	
(9.)	47,6 km (*15,9 km)	Fekete Kastély Fogadónál a 71-es út mellett FRISSÍTŐ É:46°47'19.98" K:17°22'41.50"	/ REFRESHMENT STATION beside road number 71 at the Fekete Kastély Fogadó (Black Castle Inn)	É:46°47'19.98" K:17°22'41.50"
	48,7 km (*17 km)	GYALOGÓS VASÚTI ÁTVJÁRÓ a sárvári elágazásnál N:46°47'19.98" E:17°22'41.50"	/ PEDESTRIAN RAILWAY CROSSING at the junction of Sárvár	
	52,5 km (*20,8 km)	jobb kanyar a szigligeti elágazás előtti aszfalt úton KERÉKPÁR BARÁT ÚT	/ turn right on the concrete road before the junction of Szigliget BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	52,7 km (*21 km)	kereszteződés a Szigligetre vezető úttal, innen bazaltköves út a várba, a Kisfaludy utcán	/ junction with the road leading to Szigliget, from here a whinstone road to the castle on Kisfaludy Street	
CÉL/FINISH	52,9 km (*21,2 km)	SZIGLIGETI VÁR ALATTI PARKOLÓ, Kisfaludy utca É:46°48'20" K:17°26'053"	/ FINISH IN THE PARKING PLACE UNDER THE SZIGLIGET CASTLE, Kisfaludy Street N:46°48'20" E:17°26'053"	É:46°48'20" K:17°26'053"

A *-gal jelölt kilométerek az Öböl Félmaraton távjára vonatkoznak/The km's of Bay Half Marathon are marked with a *

3. NAP - 2015. március 21., szombat / Day 3: 21st March 2015, Saturday**Badacsony ➤ Balatonfüred 43,6 km**

*1. nap a FélBalaton Szupermaraton résztvevői számára/1st day for the HalfBalaton Supermarathon runners

**VERSENYIRODA NYITVA/RACE CENTRE OPEN:**

Siófok, Hotel Magistern

- szombaton/Saturday, 8:00- 9:30 Badacsony, MOL kút, valamint 16:00-18:00 Balatonalmádi, Ramada Hotel & Resort

**EGYÉNI FRISSÍTŐ LEADÁSA/
PERSONAL REFRESHMENT**

- Egyéni frissítő leadása a versenyközpontban 9:30-ig/ Personal refreshments can be provided until 9:30 in the race centre.

RAJT/START

10:00, Badacsony, MOL kút. A résztvevők az összesített eredményük alapján kialakított párokban indulnak, 2-3 mp-nkénti indítással. A rajtkapu 2 részre lesz osztva, egyik feléből a csapatok, másik feléből az egyéni versenyzők indulnak. A 3. napi maraton+ résztvevői a tervezett idejüknek megfelelően kerülnek besorolásra az egyéni versenyzők közé.

Az előző napon a szintidőkhöz közel teljesített egyéni versenyzők lehetőséget kapnak arra, hogy 30 perccel korábban rajtoljanak el, ezt előző napon célba érkezéskor lehet egyeztetni a célszeméllyel. A FélBalaton Szupermaraton minden távjának résztvevői a tervezett idejüknek megfelelően kerülnek besorolásra. A rajtlistát a rajtszínpad közelében függesszük ki, a szpiker ennek megfelelően szólítja rajthoz az indulókat./ Participants will start in pairs every 2-3 seconds based on their overall results. The starting gate will be divided into two parts: individual runners will start from one part, and teams from the other one. The Marathon+ participants of day 3 will be classified among the individual runners

according to their planned finishing time. Runners who finished the race on the previous day close to the time limit, get the opportunity to start 30 minutes earlier than the others. If you would like to use this opportunity, you have to ask for it from the organisers in the finishing area after finishing the race on the previous day. The time of the daily participants of the Half Balaton Supermarathon will be allocated based on their planned time. The start list will be placed near the start stage and the speaker will call the participants according to this.

ÖLTÖZŐ/DRESSING ROOM

- rajt/start: Badacsony, sátrakban/in tents
- cél/finish: Balatonfüred, sátrakban/in tents

CÉL/FINISH

Balatonfüred, Tagore sétány/Balatonfüred, Tagore Promenade

SZINTIDŐ/ TIME LIMIT

Szintidő táblázat a programfüzet 49. oldalán/
Time limits on the 55. page!

GYÚRÁS/MASSAGE*

*kizárólag az egyéni indulók számára/ only for individual runners! Balatonfüred cél/finish 12:30-16:00,

Maraton+ rajt/Maraton+ start: 10:00. A 3. napi maraton+ résztvevői a tervezett idejüknek megfelelően kerülnek párokba besorolásra. / 10:00 The time of the daily participants of the maraton+ will be allocated in pairs based on their planned time.

3. napi útvonal térképvázlatok/3rd day maps



III/1. BADACSONY

RAJT/START:
 Badacsony
 benzinkút előtti parkoló
GPS koordináták:
 É:46°47'231"
 K:17°30'370"

III/2. BADACSONYTOMAJ

MARATONFÜRED
RAJT/START:
 Badacsonytomaj
 Strand Badacsony felőli vége
GPS koordináták:
 É:46°47'50,89"
 K:17°30'57,39"

VASÚTI ÁTKELŐ/
 RAILWAY CROSSING

Rajt megközelítése autóval:
 a 71-es úton Badacsony Szigliget felőli végén található MOL benzinkút mögé bekanyarodni./
 Parkolás: a benzinkút mögötti parkolóban./

Getting to the start by car: turn behind MOL petrol station, which can be found at the Szigliget end of Badacsony on road number 71.
 Parking: at the parking place behind the petrol station.

III/3. ÁBRAHÁMHEGY

FRISÍTŐ/REFRESHMENT:
 Ábrahámhegy
 vasútállomás
GPS koordináták:
 É:46°48'47.66"
 K:17°34'17.97"

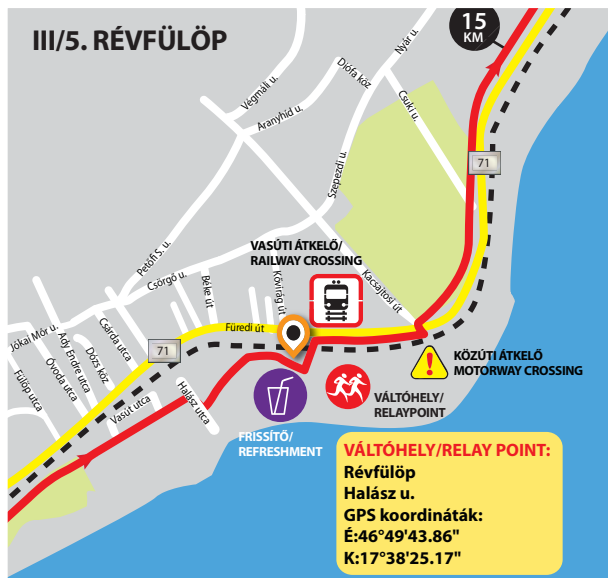
VASÚTI ÁTKELŐ/
 RAILWAY CROSSING

III/4. BALATONRENDES

71-es főúton!!

VASÚTI ÁTKELŐ/
 RAILWAY CROSSING

3. napi útvonal térképévkvázlatok/3rd day maps



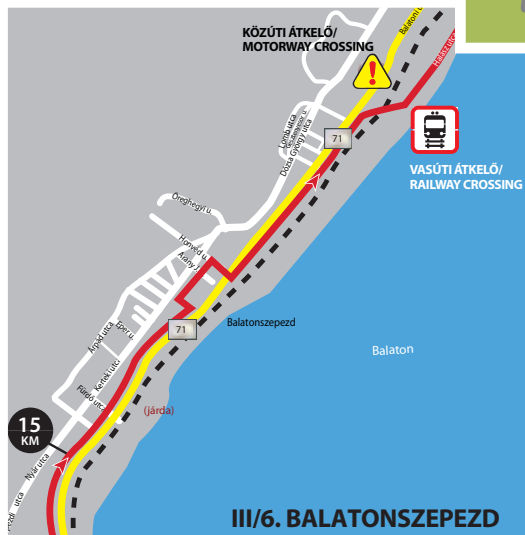
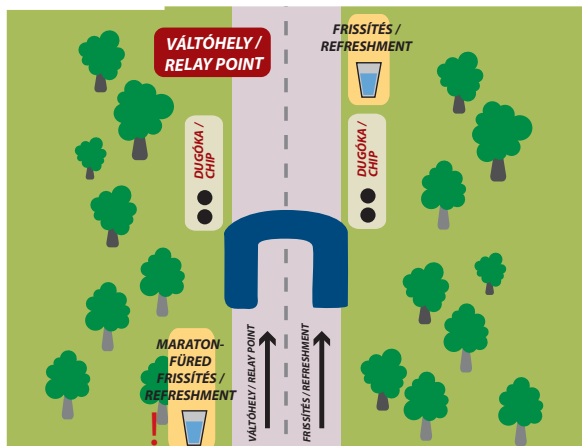
Az 1. váltóhely megközelítése autóval: a 71-es úton Révfülöp vasútállomás után a Bodonyi köznél jobbra, át a vasúton, a Halász utcához majd jobbra tartva tovább.

Parkolás: a vasút után tovább jobbra, a terelest követve egy kis zsákutcában.

Getting to the relay point by car: after the railway station on the road number 71, turning right at the Bodonyi-köz until Halász Street.

Parking: keeping to the right after the railway, following the diversion in a small dead end street.

A váltóhely rajza/
plan of the relay point

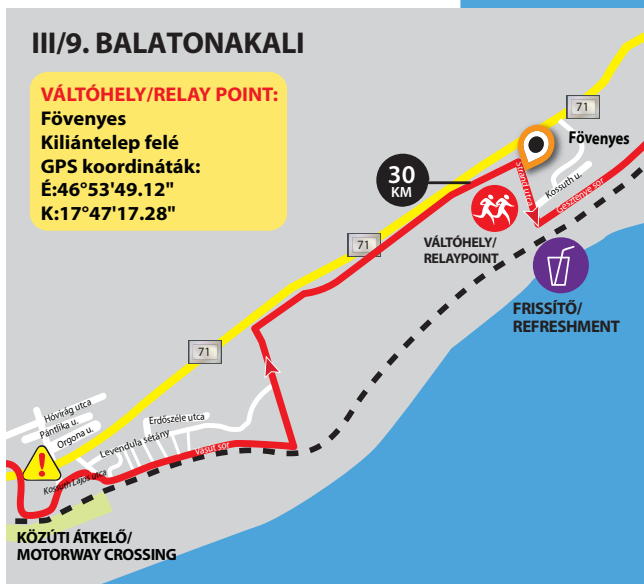


8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

3. napi útvonal térképvázlatok/3rd day maps



Orvos/Doctor:
+36/70/442-7000
Szervezők/Organisers:
+36/20/965-1966



III/8. BALATONAKALI

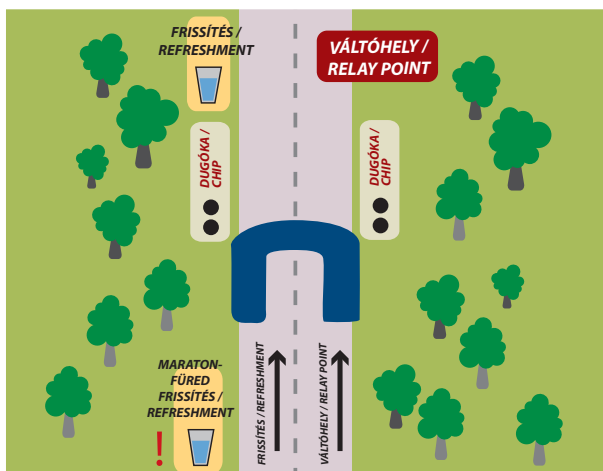
A 2. váltóhely megközelítése autóval: Fővényes szélén a 71-es úton a tenispályákat elérve a futók jobbra kanyarodnak, az autók egy nem aszfaltos útra balra

Parkolás: a 71-es útról balra lekanyarodva a murvás területen.

Getting to the relay point by car: at the end of Fővényes on road number 71 the runners turn right when reaching the tennis courts, the cars turn left on a nonconcrete Street.

Parking: turning left from road number 71 on the gritty area.

A váltóhely rajza/
plan of the relay point





Cél megközelítése autóval: a 71-es úton B.füredre, kb. 1 km-rel a körforgalom után jobbra letérés a Zákonyi F. u-ra

Parkolás: a Zákonyi F. u. elején vagy a Vitorlás tér előtt

Getting to the finish by car: on road number 71 arriving to Balatonfüred turn right to Zákonyi F. Street after cca 1 km after the round about

Parking: at the beginning of Zákonyi F. Street or in front of Vitorlás Square.

Spuri MaratonFüred > MarathonFüred



• Táv: Badacsonytomaj - Balatonfüred: 42195 m

VERSENYIRODA NYITVA/RACE CENTRE

- szombaton/Saturday, 7:45- 9:15,
Badacsonytomaj, strand

EGYÉNI FRISSÍTŐ LEADÁSA:

Egyéni frissítő leadása a versenyközpontban 9:10-ig/
Personal refreshments can be provided until 9:10
in the race centre.

RAJT/START

9:30. Badacsonytomaj, strand. A tervezett időnek megfelelően kialakított 3 fős csoportokban, 2-3 mp-kénti indítással. A rajtlistát a rajtszínpad közelében függesztjük ki, a szpiker ennek megfelelően szólítja rajthoz az indulókat.

The participants start in groups every 2-3 seconds based on their planned time. The start list will be placed near the start stage and the speaker will call the participants.

ÖLTÖZŐ/DRESSING ROOM

- rajt/start: Badacsonytomaj, strand, sátrakban/
in tents
- cél/finish: Balatonfüred, sátrakban/in tents

SZINTIDŐ/ TIME LIMIT

5 óra 54 perc/5 hours 54 minutes

(érkezés/arrive at 15:45)

- 1. frissítőig/ until 1. refreshment station 10:26
- 1. váltóhelyig (2. frissítő)/until 1. relay point
(2. refreshment station) 11:21 (tempo 7:50 perc/km)
- 3. frissítőig/until 3. refreshment station 12:11
- 4. frissítőig/until 4. refreshment station 13:01
2. váltóhelyig (5. frissítő)/until 2. relay point
(2. refreshment station) 13:43 (tempo 8:20 perc/km)
- 6. frissítőig/until 6. refreshment station 14:36
- Célig/until finish 15:38 (8:50 perc/km)

CÉL/FINISH

Balatonfüred, Tagore sétány/Tagore Promenade

A Spuri MaratonFüred teljesítői részére a célban külön sávot jelölünk ki./ A separate finishing line will be provided for the Spuri MaratonFüred finishers.

A MARATONFÜRED SPECIÁLIS SZABÁLYAI

ÚTVONAL

Az út csak egy részében speciálisan megépített kerékpárút, a többi szakaszt - főleg a településeken belül - közúton jelöltük ki. A mezőny első futója előtt felvezető kerékpáros halad.

Kiemelt figyelemmel kell haladni:

- amikor a kijelölt útvonal főútvonalon halad (Balatonrendesen kb. 700 m, itt bójásor választja el a futópályát a közlekedőtől),
- amikor főútvonalat keresztez a kijelölt futóútvonal (71-es út, áthaladás rendőri utasításnak megfelelően),
- amikor vasúti sínt keresztez a kijelölt futóútvonalat (áthaladás polgárőri utasításnak megfelelően)!

Ezek a helyeken a rendőri, illetve a versenybírói utasítások figyelembe vételével kell haladni! A 71-es úton történő áthaladásakor rendőr irányítja a forgalmat, a futó biztonságos áthaladását szem előtt tartva. A vasúti átjáró piros jelzések, illetve annak hiányában a vonat közeledtekor a polgárőr a futót fogja megállítani. Mindkét esetben csak a rendőr/polgárőr egyértelmű jelzésére lehet folytatni a futást. Amennyiben az úton bármilyen jármű, vagy előzésre készülő futó közeledik, jobbra kell kitérni!

Mivel a verseny a forgalom elől NEM elzárt kerékpáros vagy kerékpárbarát úton halad, a versenyzők biztonsága érdekében nem ajánlott mindkét fülön a külvilág zajait tompító fülhallgatót viselni.

Táblákkal jelezzük a 4 napos verseny napi távját, 5 kilométerenként. Minden nap jelöljük az aznapi maratoni távot, a MaratonFüred 5., 10., 15., 20., 25., 30., 35., és 40. kilométerét.

Az útvonal követésében segítenek a balatoni kerékpárút jelzései és a BSI által kihelyezett irányítótáblák és az útra festett narancs/piros nyilak.

A MaratonFüred távon engedélyezett a kerékpáros kísérés. A kísérő kerékpárosokat a mezőny előtt 10 perccel indítjuk útnak, a futót az első frissítőállomástól lehet kísérni.

FRISSÍTŐÁLLOMÁSOK

A Spuri MaratonFüred indulói a 4 napos 8. Spuri Balaton Szupermaraton váltói számára kialakított, táblával jelölt asztalainál frissíthetnek. Az útvonalon a frissítő állomáson minden esetben ez az asztal lesz az első.

Kínálat: víz, Powerade, szőlőcukor, banán, papír zsebkendő, magnézium és kalcium pezsgőtabletta, WC papír, sebtapasz Egyéni frissítő leadására 9:10-ig van lehetőség.

IDŐJÓVÁÍRÁS

A versenyben indulóknak időjövárás a következő esetben jár: Vasúti átjáró tilos jelzések, illetve a versenybíró utasításának megfelelően, a biztonságos áthaladás érdekében történő várakozáskor. Ha a futót a versenybíró megállítja, a versenyző köteles megállni, érkezési és továbbindulási idejét a szervezők rögzítik.

SPECIAL RULES OF MARATHONFÜRED

COURSE

This road is only partly used specifically as a bicycle road, the other parts - especially within towns - are designated as public roads. There will be a leading cyclist in front of the field and a closing cyclist will close the field.

Special care should be taken:

- when the designated road crosses a main road (at Balatonrendes, app. 700 meters, here runners are protected from the traffic by a special barrier)
- when the designated road crossing a main road (road nr. 71, crossing should be done according to police instructions)
- anytime there is a railway crossing on the designated running road (crossing should be done according to instructions of civil guards).

At these places you should cross by taking into consideration the instructions of the police and the judges. On the road nr. 71, policemen will direct traffic taking into consideration the secure crossing of the runners. When the railway shows a red sign or, in the lack of this when a train approaches, the runners will be stopped by the civil guard. In both cases running can only be continued when the policeman/civil guard expressly permits to continue. In case there are any vehicles on the road or a faster runner comes, you should divert to the right!

The race is happening on a bicycle or low traffic roads, which are NOT closed from traffic. Because of this and for the safety of the runners we do not suggest wearing headphones on both ears, as it tones down the outside noises. Each day's course will be marked with signs at every 5 km. We mark the 100th and 150th km of the full distance along the course, and the 5th, 10th, 15th, 20th, 25th, 30th, 35th, 40th km of MarathonFüred. To follow the race route you will be helped by the bicycle road signs, and by the signs placed out the organisers and orange/red arrow painted on the roads also by the organisers. It is approved to escort runners on bikes on the MaratonFüred distance. Bikers have to start 10 minutes before the runners, and they can accompany the runners only from the first refreshment station.

REFRESHMENT STATIONS



Runners of MarathonFüred can take refreshment only from the table for teams. We plan to have the following at the refreshment stations: water, Powerade, glucose, banana, magnesium, calcium, tissues, toilet paper, adhesive plaster. Personal refreshments can be provided until 9:10 in the race centre.

TIME CREDITING

During the race participants are entitled to time crediting in the following cases: Red light at railway crossing, and when waiting according to the instructions of the race judge in order to cross the road in a secure way. If the runner is stopped by the race judge, the runner is required to stop. The arriving and leaving time of the runner will be recorded by the organisers.

3. NAPI ITINER/ DAY 3 ITINERARY



TÁV	LEÍRÁS	DESCRIPTION	GPS koordináták	
RAJT/ START	0 km	Badacsony, vasútállomás előtt a 71-es út melletti parkolóból É:46°47'231" K:17°30'370"	START at Badacsony railway station from the parking place near road number 71 N:46°47'231" E:17°30'370"	É:46°47'231" K:17°30'370"
	0,54 km	Badacsony vége	/ Badacsony end sign	
	1,4 km (*0 km)	MARATONFÜRED RAJT É:46°47'868" K:17°30'956"	MARATONFÜRED START N:46°47'868" E:17°30'956"	É:46°47'868" K:17°30'956"
	2,07 km (*0,67 km)	jobb kanyar a badacsonytomaji vasútállomás felé, majd bal kanyar a parkolón keresztül	/ turn right towards Badacsonytomaj railway station and then turn left through the parking place	
	2,35 km (*0,95 km)	kerékpárút a 71-es mellett	/ BICYCLE ROAD near road number 71	
	3,3 km (*1,9 km)	BADACSONYÖRS	/ BADACSONYÖRS	
	5,7 km (*4,3 km)	jobb kanyarral LÁMPÁS vasúti átjárón átkelés	/ turn right crossing through a RAILWAY WITH A TRAFFIC LAMP	
	5,8 km (*4,4 km)	jobb, majd bal kanyar KERÉKPÁR BARÁT ÚT Virág utca	/ right and then left turn BICYCLE FRIENDLY ROAD Virág Street	
	6,5 km (*5,1 km)	bal kanyar, majd jobb kanyar	/ turn left and then right	
 (1.)	7 km (*5,6 km)	Ábrahámhegy vasútállomás Keszthely felőli végénél FRISSÍTŐ, Vasút utca É:46°48'47.66" K:17°34'17.97"	/ REFRESHMENT STATION on Ábrahámhegy railway station from Keszthely end N:46°48'47.66" E:17°34'17.97"	É:46°48'47.66" K:17°34'17.97"
	7,4 km (*6 km)	balra tart az út	/ the road leads to the left	
	7,7 km (*6,3 km)	balra tart a FÖLDES ÚT	/ the TRAIL leads to the left	
	7,8 km (*6,4 km)	kerékpárút	/ BICYCLE ROAD	
	8,4 km (*7 km)	bal kanyarral BIZTOSÍTÁS NÉLKÜLI vasúti átjáró, majd jobb kanyar a balatonrendesi állomás peronján	/ with a left turn through RAILWAY STATION WITHOUT SECURITY, then turn right on the platform of railway station Balatonrendes	
	8,7 km (*7,3 km)	bal kanyar a peronról a 71-es út felé, majd jobb kanyar a 71-es útra	/ turn left from the platform towards road number 71 and then turn right on road number 7	
	ORSZÁGÚT!!!	Terelőkúpokkal elválasztva	/ PUBLIC ROAD!!! Divided by barriers.	
	9,4 km (*8 km)	jobb kanyar a 2. Pálkövei elágazásnál, bal kanyar a kerékpárútra	/ turn right at the 2. Pálköve junction, turn left on the BICYCLE ROAD	
	11,6 km (*10,2 km)	JOBB KANYARRAL LÁMPÁS VASÚTI ÁTKELŐ, majd bal kanyarral tovább	/ WITH A RIGHT TURN RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP, then with a left turn further on	
	12,6 km (*11,2 km)	KERÉKPÁR BARÁT út a révfülöpi helytörténeti gyűjteménytől	/ BICYCLE FRIENDLY ROAD from the Regional History collection of Révfülöp	
	12,9 km (*11,5 km)	jobb kanyar a Halász utcánál	/ turn right at Halász Street	
	13 km (*11,6 km)	bal kanyar a Sziget utcára	/ turn left to Sziget Street	
 (1.) (2.)	13,5 km (*12,1 km)	VÁLTÓHELY, majd bal kanyar a vasút felé a Bodonyi K. utcánál, É:46°49'43.86" K:17°38'25.17"	/ RELAY AREA, then turn left towards the railway at Bodonyi K. Street N:46°49'43.86" E:17°38'25.17"	É:46°49'43.86" K:17°38'25.17"


3. NAPI ITINER/ DAY 3 ITINERARY



	TÁV	LEÍRÁS	DESCRIPTION	GPS koordináták
		balra LÁMPÁS VASÚTI ÁTKELŐ	/ RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP	
	13,6 km (*12,2 km)	jobb kanyar a kerékpárútra	/ turn right to the bicycle road	
	14 km (*12,6 km)	bal kanyarral átkelés a 71-es úton, a Kacsajtosi úti felüljárónál majd jobb kanyarral tovább	/ turn left crossing road number 71 at the overpass on Kacsajtos Street then with a right turn further on	
	16,2 km (*14,8 km)	bal kanyar Balatonszepezdre beérve	/ turn left when arriving at Balatonszepezd	
	16,3 km (*14,9 km)	jobb kanyar a KERÉKPÁR BARÁT ÚTRA (Révfülöpi utca)	/ turn right on the BICYCLE FRIENDLY ROAD (Révfülöpi Street)	
	16,7 km (*15,3 km)	jobb kanyar a Honvéd utcára	/ turn right to Honvéd Street	
	16,8 km (*15,4 km)	bal kanyar a 71-es út melletti járdára	/ turn left to the pavement beside road number 71	
	18,2 km (*16,8 km)	jobb kanyarral átfutás a 71-es úton a Halász utcára, LÁMPÁS VASÚTI ÁTKELŐ	/ crossing road number 71 with a right turn to Halász Street, RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP	
	(3.) 20 km (*18,6 km)	Zánka, Rétescsárda FRISSÍTŐTŐL É:46°52'14.43" K:17°41'00.55"	/ Zánka, Rétescsárda, REFRESHMENT STATION, further on with a left turn N:46°52'14.43" E:17°41'00.55"	É:46°52'14.43" K:17°41'00.55"
		bal kanyarral tovább	/ turn left	
	20,1 km (*18,7 km)	jobb kanyar a Várkúti útra	/ turn right to Várkúti Street	
	21,2 km (*19,8 km)	LÁMPÁS VASÚTI ÁTKELŐnél bal kanyar a 71-es út felé a Tusakosi útra	/ turn left at the RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP towards road number 71	
	21,6 km (*20,2 km)	jobb kanyar a 71-es út melletti kerékpárúton	/ turn right on the BICYCLE ROAD beside road number 71	
	22,3 km (*20,9 km)	bal kanyarral átkelés a 71-esen, majd jobbra tovább	/ crossing road number 71 with a left turn and then further on to the right	
	22,8 km (*21,4 km)	lfjúsági tábor bekötő útja	/ subsidiary road to the junior camp	
	25,7 km (*24,3 km)	jobb kanyarral átkelés a 71-es úton	/ crossing road number 71 with a right turn	
	(4.) 25,8 km (*24,4 km)	bal kanyar a vasútállomásnál FRISSÍTŐ VASÚT TÉR É:46°52'48.8" K:17°44'51.7"	/ turn left at the railway station REFRESHMENT PONT VASÚT TÉR N:46°52'48.8" E:17°44'51.7"	N:46°52'48.8" E:17°44'51.7"
	26,3 km (*24,9 km)	jobb kanyar, majd bal kanyar a Vasút sorra	/ right turn then left turn to Vasút Street	
	27,7 km (*26,3 km)	bal kanyar a 71-es út felé	/ turn left towards road number 71	
	28,5 km (*27,1 km)	jobb kanyar a Mandula csárdánál a kerékpárútra	/ turn right at the Mandula Pub to the BICYCLE ROAD	
	(2.) (5.) 30,5 km (*29,1 km)	jobb kanyar a Kiliánteleg felé vezető útra VÁLTÓHELY A KERÉKPÁRBARÁT ÚTON É:46°53'49.12" K:17°47'17.28"	/ turn right towards the road leading to Kiliánteleg RELAY AREA N:46°53'49.12" E:17°47'17.28"	
	30,9 km (*29,5 km)	bal kanyar a Gesztenye sorra	/ turn left to Gesztenye Row	
	32,5 km (*31,1 km)	bal kanyar a Levendula utcára a postánál	/ turn left at Levendula Street at the post office	
	32,7 km (*31,3 km)	átkelés a 71-es úton, majd jobb kanyarral tovább a kerékpárúton	/ crossing road number 71 and the with a right turn further on the BICYCLE ROAD	

3. NAPI ITINER/ DAY 3 ITINERARY



TÁV	LEÍRÁS	DESCRIPTION	GPS koordináták
32,9 km (*31,5 km)	balra tartva kerüljük a templomot	/ we go around the church keeping to the left	
33,1 km (*31,7 km)	jobb kanyar a ravatalozónál a focipálya TF végénél	/ turn right at the mortuary at the end of the football field	
33,2 km (*31,8 km)	bal kanyar a kerékpárúton	/ turn left on the bicycle road	
34,4 km (*33 km)	éles jobb kanyar Örvényesen a Szent Imre utcánál	/ sharp right turn in Örvényes at Szent Imre Street	
34,5 km (*33,1 km)	átkelés a 71-es úton, majd bal kanyarral tovább a kerékpárúton	/ crossing road number 71 and then with a left turn on the BICYCLE ROAD	
35,4 km (*34 km)	innen KERÉKPÁRBARÁT ÚT	/ from here on BICYCLE FRIENDLY ROAD	
35,8 km (*34,4 km)	újra kerékpárút	/ BICYCLE ROAD again	
36,1 km (*34,7 km)	jobb kanyar a go-kart pályánál, KERÉKPÁRBARÁT ÚTRA	/ turn right at the go-kart field to BICYCLE FRIENDLY ROAD	
36,2 km (*1,4 km)	bal kanyar a Vasútállomásnál	/ turn left at the Railway Station	
36,6 km (*35,2 km)	jobb kanyar a 71-es út előtti járdára	/ turn right on the pavement before road number 71	
36,7 km (*35,3 km)	LÁMPÁS SOROMPÓS VASÚTI ÁTKELŐ, majd jobb és bal kanyarral tovább a Kúes utcában	/ RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP AND RAIL, then with a right and left turn further on Kies Street	
 (6.) 37 km (*35,6 km)	Kúes utca végén FRISSÍTŐ É:46°55'28.77" K:17°50'21.52"	/ left turn at the end of Kúes Street REFRESHMENT STATION N:46°55'28.77" E:17°50'21.52"	É:46°55'19.02" K:17°50'21.08"
37,05 km (*35,65 km)	jobb kanyar a KERÉKPÁR ÚTRA		
38,4 km (*37 km)	átkelés a Tihany felé vezető úton	/ crossing the road leading towards Tihany	
38,9 km (*37,5 km)	jobb kanyar a TS első rév felé vezető KERÉKPÁRBARÁT ÚTON	/ turn right on the first road leading to the ferry towards Tihany BICYCLE FRIENDLY ROAD	
39,1 km (*37,7 km)	bal kanyar a kerékpárúton vissza a 71-es felé	/ turn left on the BICYCLE ROAD back towards road number 71	
39,4 km (*38 km)	jobb kanyarral átkelés a rév felé vezető úton, majd bal kanyarral tovább	/ with a right turn crossing the road leading to the ferry then further on with a left turn	
40,5 km (*39,1 km)	Balatonfüreden KERÉKPÁR BARÁT úton (2 sávós, komoly forgalommal) egyenesen tovább	/ at Balatonfüred on BICYCLE FRIENDLY ROAD (with 2 lanes, heavy traffic)	
41,2 km (*39,8 km)	termelő üzemek	/ production factories	
41,9 km (*40,5 km)	Füred Kemping főbejárat	/ Füred Camping main entrance	
43 km (*41,6 km)	jobbra tart a Zákony Ferenc utcán	/ keep to the right in Zákony Ferenc Street	
43,5 km (*42,1 km)	Tagore sétány molo sarok, tovább egyenesen a sétányon	/ Tagore Promenade Molo corner, go straight on promenade	
CÉL/ FINISH	43,6 km (*42,2 km) a Tagore sétányon a Kisfaludy szoborhoz vezető sárga kavicsos sétánynál É:46°57'18.24" K:17°53'43.57"	FINISH, Balatonfüred, Tagore promenade, leading to the Kisfaludy statue N:46°57'18.24" E:17°53'43.57"	

4. NAP - 2015. március 22., vasárnap / Day 4: 22th March 2015, Sunday**Balatonfüred ➤ Siófok** **49,6 km*****2. nap a FélBalaton Szupermaraton résztvevői számára/2st day for the HalfBalaton Supermarathon runners****VERSENYIRODA NYITVA/RACE CENTRE OPEN:**

vasárnap, 7:00-8:00, Balatonfüred, Tagore sétány

**EGYÉNI FRISSTÍTŐ LEADÁSA/
PERSONAL REFRESHMENT**Egyéni frissítő leadása a versenyközpontban 7:30-ig/
Personal refreshments can be provided until 7:30 in the
race centre.**RAJT/START**Helyszín: az előző napi céltől eltérő helyszínen, Balaton-
füreden a Horgász közben/different place, than the 3rd
day finish, Balatonfüred Horgász Lane

- **8:00:** Az egyéni versenyzők, a 4. napi maraton+ indulói és a lassabb csapatok egyéni indítással rajtoltak. Az érintett csapatok listáját Balatonalmádban, a Ramada Hotel & Resort recepciójánál szombaton este kifüggesztjük, illetve a 3. napi célba érkezéskor figyelmeztetjük a csapatokat. Az előző napon a szintidőhöz közel teljesített egyéni versenyzők lehetőséget kapnak arra, hogy 30 perccel korábban rajtoltanak, ezt előző napon célba érkezéskor lehet egyeztetni a célszeméllyel. Ekkor rajtoltak azon váltók is, amelyeknek az 1. futója egyben egyéni teljesítő is.
For individual runners, 4th day marathon+ runners and slower teams individual start. Runners who finish day 3 close to the time limit, get the opportunity to start next day 30 minutes

earlier than the others. If you would like to use this opportunity, you have to ask for it from the organisers in the finishing area after finishing the race on the previous day. Teams with an individual 1st runner will start with this group.

- **Többi csapat 8:30-tól./from 8:30 the other teams**

ÖLTÖZŐ/DRESSING ROOM

- rajt/start: Balatonfüred, sátrakban/in tents
- cél/finish: Siófok, Hotel Magistern

CÉL/FINISH

Siófok, Hotel Magistern

SZINTIDŐ/ TIME LIMIT

Szintidő táblázat a programfüzet 49. oldalán/Time limits on the 55. page!

GYÚRÁS/MASSAGE***kizárólag az egyéni indulók számára/ only for individual runners!*

12:00-tól/from 12:00, Siófok, Hotel Magistern

Maraton+ rajt/Marathon+ start:

8:00-kor egyéni indítás a Szupermaraton mezőnyével együtt / individual start at 8:00 together with the Supermarathon runners.

8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

4. napi útvonal térképvázlatok/4th day maps



Rajt megközelítése autóval: a 71-es útról a Germering utcára, majd a Munkácsy Mihály utcán, majd balra a Horgász utcán keresztül.

Parkolás: a Horgász köz, Horgász utca felőli végén a nagy parkolóban.



Getting to the start by car:
from the road number 71 turn
towards the see to the Germering
street, than right to the Munkácsy
Mihály street and left to the
Horgász street.

Parking: in the large parking
place at the end of the Horgász
street.



4. napi útvonal térképvázlatok/4th day maps

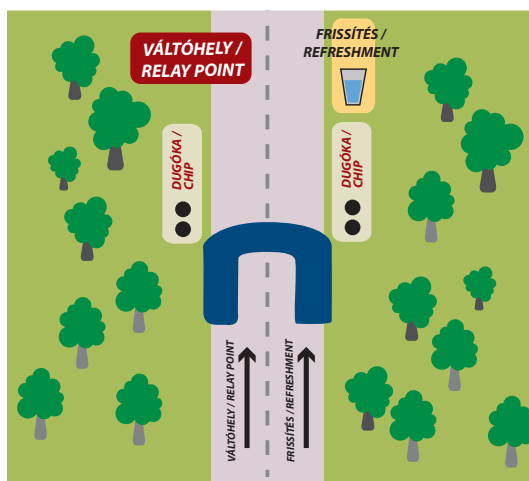
Az 1. váltóhely megközelítése autóval:

Balatonalmádban a 2. vasúti átkelőnél, a sportpálya előtt jobbra, majd rögtön balra a strand parkolójaig

Parkolás: Wesselényi strand parkolójában



A váltóhely rajza/
plan of the relay point



Getting to the relay point by car: from the road number 71 turn right in Balatonalmádi by the second railway crossing (before the sports field) than right towards the parking area of the beach.

Parking: in the parking place of the Wesselényi beach.

8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

4. napi útvonal térképészlepek/4th day maps



A 2. váltóhely megközelítése autóval:

a 71-es úton, Balatonakaratyán, a körforgalom előtt jobbra, majd balra a Napfény ABC melletti parkolóba.

Parkolás: Napfény ABC melletti parkolóban.



IV/8. BALATONKENESE

Getting to the start by car:

in Balatonakaratya, on the road 71, turning right before the roundabout, then turn left to the parking area of Napfény grocery store.

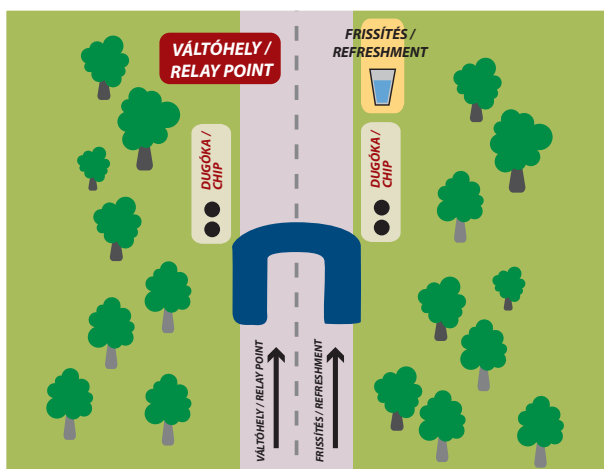
Parking: parking area of Napfény grocery store.



VÁLTÓHELY, FRISÍTŐ / RELAY POINT, REFRESHMENT:
Balatonakaratya
Bercsényi lejtő tetején,
parkoló
GPS koordináták:
É:47°00'56.64"
K:18°09'56.01"

IV/9. BALATONAKARATTYA

A váltóhely rajza/
plan of the relay point



4. napi útvonal térképvázlatok/4th day maps



Orvos/Doctor:
+36/70/442-7000
Szervezők/Organisers:
+36/20/965-1966



IV/11. BALATONVILÁGOS

FRISSÍTŐ/REFRESHMENT:
Balatonvilágos
Csók István
GPS koordináták:
É:46°58'38.70"
K:18°10'02.23"

FRISSÍTŐ/ REFRESHMENT

4. napi útvonal térképvázlatok/4th day maps



IV/12. SÓSTÓ

VASÚTI ÁTKELŐ/
RAILWAY CROSSING

NAPI
MARATON

Veszprém
Somogy

Baross G. u.

M7

E71

45 KM

Cél megközelítése autóval: 7-es úton Szabadifürdő vasút állomás. után (kb. 1,5 km) jobbra át a vasúton (Darnay K. tér)

Parkolás: Siófok, Darnay tér murvás parkoló

IV/13. BALATONSZABADI

FRISÍTŐ/REFRESHMENT:
Balatonszabadi-Sóstó - Baross G. u. - Vasút u. sarok
GPS koordináták:
É:46°56'02.69"
K:18°07'01.23"

FRISÍTŐ/
REFRESHMENT

45 KM

Balatonszabadi

Sóstó

Baross G. u.

Vasút u.

Szent László u.

Vasút u.

Vadróza u.

Zombor u.

Thán Mór u.

Tölgyessy A. u.

Vágo Pál u.

Csókóczy József u.

Clank. Adám u.

Béla Magyars u.

Madarász Viktor u.

Szirméld Aurel u.

Béla Magyars u.

Esze Tamás u.

71

IV/14. SIÓFOK

CÉL/FINISH
Siófok, parti sétány
Hotel Magistern (Beszédes J. sétány 72.) mögött
GPS koordináták:
É:46°55'16,77
K:18°04'51,20

CÉL/FINISH

FRISÍTŐ/
REFRESHMENT

Hotel Magistern

Szent László u.

Ady Endre u.

Szabadifürdő

Wesselényi Miklós u.

Beszédes József u.

Szent László u.

Hotel Aranypart

Ady Endre u.

Ipartelep

M7

E71

Getting to the finish by car: on the road no. 7, 1,5 km after the Szabadifürdő Railway station crossing the rails to the right (Darnay K. Square).




Parking: Siófok, Darnay Square.

4. NAPI ITINER/ DAY 4 ITINERARY



TÁV	LÉÍRÁS	DESCRIPTION	GPS koordináták	
RAJT/ START	0 km	Rajt a Horgász közről É:46°57'29.07" K:17°54'38.84"	/ START on Horgász Lane N:46°57'29.07" E:17°54'38.84"	É:46°57'29.07" K:17°54'38.84"
	40 m	Balra a Germering utcára	/ turn left to Germering Street	
	0,2 km	Jobbra Mészöly Géza utcára	/ turn right to Mészöly Géza Street	
	0,8 km	jobbra letérés a KERÉKPÁR útra	/ right turn to the BICYCLE ROAD	
	2,5 km	jobb kanyar, a 71-es út melletti kerékpárúton tovább	/ turn right, further on the BICYCLE ROAD beside road number 71	
	2,9 km	bal kanyar Csapokon a MH továbbképző központnál KERÉKPÁR BARÁT ÚTON, Forrás utca	/ turn left at Csapok at the post graduate center of the Hungarian Army on BICYCLE FRIENDLY ROAD, Forrás Street	
	3,3 km	jobb kanyar a Kőkorsó utcára	/ turn right on Kőkorsó Street	
	3,7 km	bal kanyar az Örkény sétányra (a kerítés mellett kerékpárút megy, de mi nem)	/ turn left on Örkény Promenade (there is a BICYCLE ROAD near the fence but we do not follow it)	
(1.)	4,2 km	FRISSTÍTŐ a Fürdő utca sarkánál, jobb kanyar a Fürdő utcára, bal kanyarral tovább az Ifjúság sétányon, É:46°58'11.89" K:17°56'06.52"	/ REFRESHMENT STATION at the corner of Fürdő Street, turn right on Fürdő Street, with a left turn further on Ifjúság Promenade N:46°58'11.89" E:17°56'06.52"	É:46°58'11.89" K:17°56'06.52"
	4,6 km	bal kanyarral a Sport utcába	/ turn left to Sport Street	
	5,2 km	jobbra, a 71-es út melletti kerékpárúton tovább	/ turn right, further on the BICYCLE ROAD beside road number 71	
	6,1 km	a paloznaki elágazástól KERÉKPÁR BARÁT ÚT, Vörösparti sor, majd Szerdahelyi utca	/ BICYCLE FRIENDLY ROAD from the junction of Paloznak, Vörösparti Lane then Szerdahelyi Street	
	7,7 km	a vasúti átjáró előtt jobb kanyar a Vasút utcára	/ turn right before the railway crossing to Vasút Street	
(2.)	9,6 km	FRISSTÍTŐ a Riviéra kempingnél a Strand sétány végénél É:46°59'20.11" K:17°59'07.62"	/ REFRESHMENT STATION at the Riviera Camping at the end of Strand Promenade N:46°59'20.11" E:17°59'07.62"	É:46°59'20.11" K:17°59'07.62"
		bal kanyar, LÁMPÁS SOROMPÓS VASÚTI ÁTKELŐ	/ turn left, RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP AND RAIL	
	9,7 km	jobb kanyar, tovább kerékpárút	/ turn right, further on the BICYCLE ROAD	
	12,5 km	balra Káptalanfüred állomásnál LÁMPÁS SOROMPÓS VASÚTI ÁTKELŐ	/ turn left at Káptalanfüred railway station RAILWAY CROSSING WITH A LAMP AND RAIL	
	12,8 km	jobb, majd rögtön bal kanyar a Kócsag utcára, a kerékpárút a járdán	/ right and then immediately left turn to Kócsag Street, bicycle road on the pavement	
	14 km	bal, majd jobb kanyar Almádiiban a foci pályánál, innen KERÉKPÁR BARÁT ÚT, Véghelyi D. utca	/ left and then right turn at the football field in Almádi, from here BICYCLE FRIENDLY ROAD, Véghelyi D. Street	
	14,3 km	jobb kanyar a focipálya után	/ turn right after the football stadium	
	14,4 km	bal kanyar a Wesselényi Strand felé	/ turn left towards Wesselényi Open air pool	
	14,5 km	VÁLTÓHELY a Wesselényi strand előtti parkolóban É:47°01'34.60" K:18°00'45.79	/ RELAY AREA by the parking place of the Wesselényi Beach N:47°01'34.60" E:18°00'45.79"	É:47°01'34.60" K:18°00'45.79"
	14,55 km	bal kanyar a parkoló végében a vasút felé	/ turn left at the end of the parking place towards railway	
	14,6 km	jobb kanyar a Véghelyi Dezső utcára	/ turn right to Véghelyi Dezső street	
	15,6 km	jobbra tartva a vasúti átjáró előtt a Neptun utcára	/ keep to the right before the railway crossing towards Neptun street	
	16,1 km	tovább egyenesen a Nereus Park Hotel mellett az Eötvös utcán	/ straight ahead on Eötvös Street near Nereus Park Hotel	
	16,5 km	bal kanyar	/ turn left	
	16,6 km	LÁMPÁS VASÚTI ÁTKELŐ, majd jobb kanyar	/ RAILWAY CROSSING WITH A LAMP then turn right	
	17,5 km	Fórum bevásárlóközpont jobb kanyar, majd bal kanyar a kerékpárútra	/ turn right at Fórum shopping center, then turn left to the BICYCLE ROAD	
	20 km	jobb kanyar, a Zrínyi M. utcára, majd a Kölcsey Ferenc utcán balra KERÉKPÁR BARÁT ÚTON	/ turn right to Zrínyi M. street, then left on Kölcsey Ferenc Street on BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	20,1 km	jobb kanyar a Radnóti M. utcára	/ turn right on Radnóti M. Street	
	20,6 km	bal kanyar a Simon I. utcára	/ turn left on Simon I. Street	
	20,9 km	éles jobb kanyar a Jankovics u. végén	/ sharp right turn at the end of Jankovics Street	
(1.) (3.)	21 km	FRISSTÍTŐ a József A. u. végénél a füves részen É:47°03'43.15" K:18°01'45.53"	/ REFRESHMENT STATION at the end of József A. Street on the part covered with grass N:47°03'43.15" E:18°01'45.53"	É:47°03'43.15" K:18°01'45.53"
	21,1 km	BIZTOSÍTÁS NÉLKÜLI vasúti átjáró után tovább a kerékpárúton	/ RAILWAY CROSSING WITHOUT SECURITY, then further on the BICYCLE ROAD	
	21,4 km-től	KERÉKPÁR BARÁT ÚT	/ BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	21,7 km	B.Fűzfő vasútállomás Keszthelyi felőli végétől, murvás út mellett megy az aszfaltos kerékpárút	/ Balatonfűzfő railways station from Keszthely end, the concrete BICYCLE ROAD goes beside the gravel road	

8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

TÁV	LEÍRÁS	DESCRIPTION	GPS koordináták
22,6 km	Sirály vendéglőtől a Sirály utcában KERÉKPÁR BARÁT ÚT	/ on Sirály Street from Sirály Restaurant BICYCLE FRIENDLY ROAD	
23,2 km	bal kanyar, majd jobb kanyar a Fürdő parkolóján keresztül	/ turn left and then turn right through the parking place of the Bath	
23,5 km	LÁMPÁS VASÚTI ÁTKELŐ	/ RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP	
23,6 km	a 71-es út előtt jobb kanyar	/ turn right before road number 71	
23,9 km	bal kanyarral átkelés a 71-es úton	/ with a left turn crossing road number 71	
24 km	KERÉKPÁR ÚT A KISERDŐBEN	/ BICYCLE ROAD in the forest	
26 km	KERÉKPÁR BARÁT ÚT	/ BICYCLE FRIENDLY ROAD	
26,2 km	tovább egyenesen kerékpárút A JÁRDÁN	/ straight ahead BICYCLE ROAD ON THE PAVEMENT	
27,3 km	jobb kanyarral átkelés a 71-es úton	/ crossing road number 71 with a right turn	
	LÁMPÁS VASÚTI ÁTKELŐ	/ RAILWAY CROSSING	
 (2.) (4.) 27,4 km	bal kanyar a Kikötő utcára FRISSÍTŐ KERÉKPÁR BARÁT ÚTON TOVÁBB É:47°01'59.87" K:18°05'35.80"	/ turn left to Kikötő Street RFRESHMENT STATION further BICYCLE FRIENDLY ROAD N:47°01'59.87" E:18°05'35.80"	É:47°01'59.87" K:18°05'35.80"
28,6 km	jobb kanyar a vasúti átjáró előtt, kerékpárút a járdán	/ turn right before the railway crossing, BICYCLE ROAD on the pavement	
28,8 km	jobb kanyar a strand kerítésénél a Balaton felé a díszburkolaton	/ turn right towards the see on the decoration pavement	
28,9 km	bal kanyar a Balatonkenesei strandra	/ turn left to the beach of Balatonkenese	
29,2 km	bal kanyar a büfé soron keresztül a vasút felé	/ turn left through the buffets towards the railway	
29,3 km	a strand bejáratától a vasút jobb oldalán a kerékpárúton tovább	/ at the entrance to the open air pool on the right side of the railway further on the BICYCLE ROAD	
29,9 km	jobb kanyar a Vasút utcáról az Altelki utcára	/ turn right from Vasút street to Altelki street	
30,8 km	LÁMPÁS, SOROMPÓS VASÚTI ÁTKELŐ	/ RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP AND RAIL	
	a 71-es út mellett a járdán folytatódik a kerékpárút	/ the BICYCLE ROAD continues beside road number 71 on the pavement	
31,2 km	jobb kanyar KERÉKPÁR BARÁT ÚT, Koppány sor	/ turn right BICYCLE FRIENDLY ROAD, Koppány Lane	
31,5 km	ALAGÚT, majd tovább balra le a Koppány soron	/ TUNNEL then turn left on Koppány Lane	
33,9 km	balra tartva a Bercsenyi lejtő (ERŐS EMELKEDŐ)	/ keeping to the left Bercsenyi Slope (STRONG INCLINE)	
34,5 km	VÁLTÓHELY a Bercsenyi lejtő tetején a parkolóban É:47°00'56.64" K:18°09'56.01"	/ RELAY AREA at the car park on the top of the Bercsenyi Slope N:47°00'56.64" E:18°09'56.01"	
34,8 km	körforgalom szélén kerékpárút	/ BICYCLE ROAD at the edge of the roundabout	
34,9 km	jobb kanyar a Balaton utcára KERÉKPÁR BARÁT ÚT	/ turn right to Balaton Street BICYCLE FRIENDLY ROAD	
35,2 km	bal kanyar a Sirály utcára	/ turn left to Sirály Street	
35,6 km	egy ötös kereszteződésnél jobbra tartunk tovább a Sirály utcán	/ in a junction of five streets keep right further along Sirály street	
37,9 km	bal kanyar a Rózsa F. utcára	/ turn left to Rózsa F. Street	
38,3 km	jobb kanyar a Felszabadulás útra	/ turn right to Felszabadulás Street	
38,4 km	jobb kanyar az Aligai útra	/ turn right to Aligai Street	
38,7 km	bal kanyar az alagúton át, a kerékpárút A JÁRDÁN megy tovább	/ turn left through the tunnel, the BICYCLE ROAD continues on the pavement	
39 km	jobb kanyar a Révai utcára KERÉKPÁR BARÁT ÚTRA	/ turn right to Révai Street, BICYCLE FRIENDLY ROAD	
39,2 km	bal kanyar a Csók István sétányra	/ turn left to Csók István Promenade	
39,3 km	jobbra tartva az Y elágazásnál	/ keep to the right in the Y junction	
 (5.) 40,1 km	FRISSÍTŐ a Csók I. stny Posta utca kereszteződésében az emlékműnél É:46°58'38.70" K:18°10'02.23"	/ REFRESHMENT STATION at the junction of Csók I. Promenade and Post Street at the monument N:46°58'38.70" E:18°10'02.23"	É:46°58'38.70" K:18°10'02.23"
40,6 km	székelykapus kis körforgalmon keresztül	/ through a small roundabout with a Székely Gate	
41,6 km	jobb kanyar a balatonvilágosi vasútállomás felé	/ turn right towards the Balatonvilágos railway station	
	LÁMPÁS, SOROMPÓS VASÚTI ÁTKELŐ	/ RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP AND RAIL	
41,9 km	bal kanyar a Rákóczi útra	/ turn left to Rákóczi Street	
42,9 km	Siófok - üdülőterület	/ Siófok holiday area sign	
46,2 km	FRISSÍTŐ a Balatonszabadi - Sóstó állomásnál a Balaton parton É:46°56'02.69" K:18°07'01.23"	/ REFRESHMENT STATION at Balatonszabadi-Sóstó railway station on the Balaton shore N:46°56'02.69" E:18°07'01.23"	
47,5 km	Jobb kanyar a Csónak utcára	/ turn right to Csónak street	
47,6 km	bal kanyar a Szent László utcára	/ turn left to the Szent László Street	
47,7 km	jobb kanyar a Csúszda utcára	/ turn right to Csúszda Street	
47,8 km	bal kanyar a Balaton parton díszburkolaton, majd 200 m füves rész	/ turn left on the Balaton shore on the decoration pavement, then 200 m on grassy lane	
48,9 km	beton kockás úton tovább	/ ahead on the road with concrete blocks	
 (6.) 49,5 km	CÉL, Siófok, Balaton part, Hotel Magistern É:46°55'16,77 K:18°04'51,20	/ FINISH, Siófok, Balaton coast, Hotel Magistern N:46°55'16,77 E:18°04'51,20	É:46°55'16,77" K:18°04'51,20"

A SPURI BALATON SZUPERMARATON ÉS BETÉTVERSENYEINEK SZABÁLYAI

ÚTVONAL

I/a. A verseny a Balaton körüli kerékpárúton zajlik. Ez az út csak egy részében speciálisan megépített kerékpárút, a többi szakaszt - főleg a településeken belül - közúton jelöltük ki. Főleg a déli parton a kerékpárút sok helyen nem elkülönített nyomvonalon vezet, hanem a települések kisebb utcáin, kerékpárbarát utakon. Ezekre a részekre kellő körültekintéssel és a KRESZ szabályainak fokozott betartásával kell közlekedni.

Kiemelt figyelemmel kell haladni:

- a szombati versenynapon, amikor a kijelölt útvonal főútvonalon halad (Balatonrendesen kb. 700 m, itt bójáson választja el a futópályát a közlekedőtől),
- a szombati és vasárnapi versenynapokon, amikor főútvonalat keresztez a kijelölt futóútvonal (71-es út, áthaladás rendőri utasításnak megfelelően),
- amikor vasúti sínt keresztez a kijelölt futóútvonal (áthaladás polgárőri utasításnak megfelelően).

Ezekre a helyekre a rendőri, illetve a versenybírói utasítások figyelembe vételével kell haladni. A 71-es úton történő áthaladásakor rendőr irányítja a forgalmat, a futó biztonságos áthaladását szem előtt tartva. A vasúti átjáró piros jelzések, illetve annak hiányában a vonat közeledtekor a polgárőr a futót fogja megállítani. Mindkét esetben csak a rendőr/polgárőr egyértelmű jelzésére lehet folytatni a futást.

A mezőny első futója előtt felvezető kerékpáros halad, a mezőny végét záró kerékpáros jelzi. Ahol az útvonal ezt lehetővé teszi, a záróbusz is a mezőnyt követi. A verseny biztosítása a felvezető- és záró kerékpáros közötti útszakaszra vonatkozik. A záró jármű a napi szintidőnek megfelelő tempóban halad, akit ez leghagy, az aznapra versenyt köteles feladni, de másnap rajtba állhat. A versenyt feladóknak kötelességük a záróbuszra felszállni, ami a mezőnyt követve, a célba eljuttatja versenyzőt.

A verseny a forgalom elől NEM elzárt útvonalon halad, számítani kell egyéb közlekedők elhaladására.

I/b. A verseny során, ahol az útvonal kerékpárbarát úton (közúton) kerül kijelölésre, a versenyzők csak a menetirány szerinti jobb útpályát, illetve 1 sávos úton az útpálya menetirány szerinti jobb oldalát használhatják. A kerékpárutakon az út jobb szélén kell haladni. Ahol a kerékpárút a járdán halad, ott azon kell futni.

Amennyiben az úton bármilyen jármű közlekedik vagy gyorsabb tempójú futó érkezik, jobbra kell kitérni. A futókra és a kísérőkre a verseny teljes útvonalán a KRESZ előírásai érvényesek, azok betartása kötelező.

I/c. Mivel a verseny a forgalom elől NEM elzárt kerékpáros vagy kerékpárbarát úton halad, a versenyzők biztonsága érdekében nem ajánlott mindkét fülön a külvilág zajait tompító fülhallgatót viselni.

I/d. A verseny műsorfüzete tartalmaz minden naphoz egy részletes itineret (útvonalleírást), valamint az útvonal térkép-vázlatait is, amit a futó magával vihet. A füzetet a rajtcsomaggal együtt adjuk át, illetve a legfontosabb tudnivalókat előzetesen a verseny oldalán hozzáférhetővé tesszük. Az útvonalon megfelelő jelzésekkel (tábla, felfestés, szalag) biztosítjuk a tájékozódást. A táblák, szalagok a mezőny előtt nem sokkal kerülnek kihelyezésre, viszont sajnos előfordulhat, hogy viccből vagy rosszindulatból valakik áthelyezik, elforgatják azokat. Az itiner mindig jelzi, hogy éppen milyen útra (kerékpárút, kerékpárbarát út, közút) kanyarodik rá a futó. Táblákkal jelezzük a napi távot, 5 kilométerenként. Minden nap jelöljük az aznapra maraton távot. Az útvonalon jelöljük a teljes táv 100., 150. kilométerét is, valamint az Öböl Félmarton 5., 10., 15. és 20 kilométerét, és a MaratonFüred 5., 10., 15., 20., 25., 30., 35. és 40. kilométerét.

I/e. Az útvonal követésében segítenek a balatoni kerékpárút jelzései és a BSI által kihelyezett irányító táblák és az útra festett narancs/piros nyilak.



RAJT/CÉL

II/a. A térkép-vázlatoknál minden nap külön szöveges részben jelezzük a kísérőknek a rajt- és váltóhelyek legegyszerűbb megközelítését. Kérjük, hogy mindenki tartsa magát a javasolt útvonalakhoz és parkolóhelyekhez, hogy senki se zavarja a futókat, illetve a helyszínek környékén ne alakuljon ki torlódás.

A verseny teljes ideje alatt a futók mindenhol elsőbbséget élveznek a kísérőkkel és a kísérő járművekkel szemben.

II/b.

1. nap csütörtök - SPURI Balaton Szupermaraton 1. nap

- rajt: 11:00, tömegrajtos indítás
- versenyiroda nyitva: 0. napon szerdán 16:00-18:00, csütörtökön délelőtt 8:30-10:30, délután 17:00-19:00
- helyszín: Siófok, Hotel Magistern tó felőli oldalán
- cél: Fonyód, vasútállomás tó felőli oldalán lévő parkoló

II/c/1.

2. nap péntek – SPURI Balaton Szupermaraton 2. nap

- rajt: 10:30
- versenyiroda nyitva: 8:30-10:00, délután Keszthelyen a Hotel Helikonban 18:00-19:30.

A résztvevők az előző napi eredményük alapján kialakított párokban indulnak, 2-3 mp-enkénti indítással. A rajtkaput két részre osztjuk, egyik feléből a csapatok, másik feléből az egyéni versenyzők indulnak. A 2. napi maraton+ résztvevői tervezett idejüknek megfelelően kerülnek besorolásra az egyéni versenyzők közé. A rajtlistát a rajtszínpad közelében függesztjük ki, a szpíker ennek megfelelően szólítja rajthoz az indulókat. Az első napon a szintidőhöz közel teljesített egyéni versenyzők lehetőséget kapnak arra, hogy 30 perccel korábban rajtoljanak el, ezt előző napon célba érkezéskor lehet egyeztetni a célszemélyzettel. A rajtidőpont a vasúti menetrend függvényében változhat.

- helyszín: az előző napi céllal megegyező helyszínen, Fonyód, vasútállomás tő felőli oldalán lévő parkoló
- cél: Szigliget, vár alatti parkoló.

II/c/2.

2. nap péntek – SPURI Öböl Félmaraton

- rajt: 11:30. A résztvevők a tervezett idejük alapján kialakított párokban 2-3mp-enkénti indítással rajtolnak. A rajtlistát a rajtszínpad közelében függesztjük ki, a szpíker ennek megfelelően szólítja rajthoz az indulókat.
- versenyiroda nyitva: pénteken, Keszthely, Helikon Strand, Halászcserda 10:00-11:15
- helyszín: Keszthely, Helikon Strand parkoló
- cél: Szigliget, vár alatti parkoló

II/d/1.

3. nap szombat – Spuri Balaton Szupermaraton 3. nap, Spuri FélBalaton Szupermaraton 1. nap, 3. napi maraton+

- rajt: 10:00 • versenyiroda nyitva: 8:00-9:30, délután Balatonalmádi, Ramada Hotel 16:00-18:00
- helyszín: Badacsony, MOL kút

A résztvevők az összesített eredményük alapján kialakított párokban indulnak, 2-3 mp-enkénti indítással. A Spuri FélBalaton Szupermaraton és a 3. napi maraton+ résztvevői tervezett idejüknek megfelelően kerülnek besorolásra az egyéni versenyzők közé. A rajtlistát a rajtszínpad közelében függesztjük ki, a szpíker ennek megfelelően szólítja rajthoz az indulókat. Az előző napon a szintidőhöz közel teljesített egyéni versenyzők lehetőséget kapnak arra, hogy 30 perccel korábban rajtoljanak el, ezt előző napon célba érkezéskor lehet egyeztetni a célszemélyzettel.

- cél: Balatonfüred, Tagore sétány

II/d/2.

3. nap szombat – Spuri MaratonFüred

- rajt: 9:30. A résztvevők a tervezett idejük alapján kialakított párokban 2-3 mp-enkénti indítással rajtolnak. A rajtlistát a

rajtszínpad közelében függesztjük ki, a szpíker ennek megfelelően szólítja rajthoz az indulókat.

- versenyiroda nyitva: szombaton Badacsonytomaj, strand 7:45-9:15
- helyszín: Badacsonytomaj, strand Badacsony felőli vége
- cél: Balatonfüred, Tagore sétány

II/e.

4. nap vasárnap, Spuri Balaton Szupermaraton 4. nap, Spuri FélBalaton Szupermaraton 2. nap, 4. napi maraton+

- rajt az egyéni futók és lassabb csapatok számára: 8:00. Az egyéni versenyzők, a 4. napi maraton+ indulói és a lassabban futó csapatok egyéni indítással rajtolnak. Az érintett csapatok listáját Balatonalmádiban a Ramada Hotel recepciójánál szombaton este kifüggesztjük, illetve a szombati célbaérkezéskor személyesen is jelezzük a csapatoknak. Ekkor rajtolnak azon váltók is, amelyeknek az első futója egyben egyéni teljesítő is.
- versenyiroda nyitva: 7:00-8:00
- helyszín: az előző napi céltól eltérő helyszínen, a Horgász közből.
- rajt2, a csapatok számára: 8:30 • egyéni indítás
- cél: Siófok, Hotel Magistern tő felőli oldalán.

II/f. A rajtok helyszínén a versenyiroda a napi első rajt előtt a fenti időpontoktól áll az indulók rendelkezésére.

VERSENYZŐK KÍSÉRÉSE, FRISSÍTÉS

III/a. A versenyben résztvevő csapatok kísérését ellátó gépkocsi részére megkülönböztető jelzést (útvonalengedély) adunk ki a rajtcsomag átvételekor, amelyet kötelesek jól láthatóan a jármű szélvédőjén belül, elől és hátul elhelyezni, mert csak ezzel jogosultak a versenyszabályokban előírt formában történő kíséret ellátására. Az egyéni és váltó/páros futók gépkocsival történő közvetlen, folyamatos kísérése TILLOS.

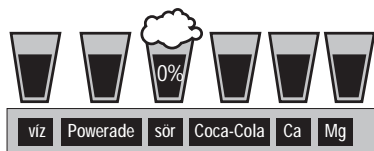
A teljesítők kerékpáros kísérői részére szintén megkülönböztető jelzést (útvonalengedély) adunk ki a rajtcsomag átvételekor, amelyet kötelesek jól láthatóan a kerékpáron elől elhelyezni. A kerékpárral történő közvetlen, folyamatos kísérés a futó mögött haladva megengedett, naponta az 1. frissítőállomástól. A kísérő kerékpárosokat a rajt előtt 10 perccel indítjuk. A kísérő jármű nem akadályozhatja a többi résztvevőt, illetve az úton haladó egyéb járművet, gyalogost. A versenyzőket kísérő gépjárművek, ahol a futóútvonal kerékpárúton halad, a KRESZ szabályainak megfelelően nem hajthatnak be a kerékpárútra. A rajt, a cél és a váltóhelyek környékén a kísérőautók parkolásánál kérjük a kiadott térképábrázolatoknál található útmutatásokat figyelembe venni. A Spuri Öböl Félmaraton távon kerékpáros kísérés nem engedélyezett.

III/b. FRISSÍTŐÁLLOMÁSOK

A rajtban, az útvonalon, a váltóhelyeken és a célban frissítőállomások kerülnek kialakításra. Minden résztvevő csak a számára táblával jelzett asztalnál frissíthet, külön közös asztala

van Spuri Balaton Szupermaraton napi teljes távját teljesítő egyéni indulóknak és párosoknak, valamint külön asztala a csapatoknak. Minden frissítőállomás egységes felépítésű, először a váltók frissítőasztala (itt frissíthetnek az Spuri Öböl Félmaraton és a Spuri Maratonfüred indulói is), majd az egyéni és páros futók frissítőasztalai találhatók.

EGYÉNI FRISSÍTÉS italok fajtái és sorrendje



EGYÉNI FRISSÍTÉS ételek fajtái és sorrendje



VÁLTÓ FRISSÍTÉS



Az autós kísérők kizárólag a frissítőállomás területén kívül tartózkodhatnak. A kerékpáros kísérők a FUTÓKAT NEM ZAVARVA, a kísért futó számára kijelölt frissítőasztalnál frissíthetnek, amennyiben a kerékpárjukat a frissítőterületen kívül helyezik el. Az Spuri Öböl Félmaraton és a Spuri MaratonFüred indulói a váltók számára kialakított asztaloknál frissíthetnek.

III/c. EGYÉNI FRISSÍTŐ LEADÁSA

Egyéni frissítő leadására a napi első rajt előtt legkésőbb 30 perccel van lehetőség a versenyiroda nyitva tartási idejében. A versenyközpontban a frissítőállomás számát és az állomásig teljesített táv feliratát tartalmazó gyűjtőládában kell elhelyezni az egyéni frissítőt, feltüntetve rajta a rajtszámot. Egyéni frissítőt a Spuri Öböl Félmaraton kivételével minden induló leadhat, melyeket a verseny szervezői a kiválasztott frissítőállomáson kihelyeznek. Az egyéni frissítőállomásokhoz lehetőség van ruhanemű kiküldésére is. Ha a kiküldött ruhanemű az állomáson marad, illetve az állomáson leadott ruhanemű a versenyirodán nyitvatartási időben átvehető. A gépjárműből történő frissítés csak a jármű álló helyzetében, a KRESZ

parkolásra vonatkozó előírásainak maradéktalan betartásával engedélyezett.

III/d. A frissítőállomások tervezett választéka

- egyéni és páros: víz, Powerade, szőlőcukor, gyümölcs, aszalt gyümölcs, kenyér, kóla, só, chips/ropi, csokoládé, müzli szelét, magnézium pezsgőtabletta
- váltók: víz, Powerade, szőlőcukor
- egyéb: papír zsebkendő, magnézium és kalcium pezsgőtabletta, WC papír, sebtapasz

Időmérés, eredmények A 2 ÉS 4 NAPOS VERSENYEN VALAMINT A MARATON+ TÁVON

IV/A/a. Az időmérés a SPORTIdent rendszerével, az elmúlt évekhez hasonlóan, a tájfutó versenyeken használatos „dugóka” segítségével történik. A dugókéért nem kérünk letéti díjat. A szerkezet letéti díja valójában 6000 Ft lenne, amit csak abban az esetben kell megfizetni, ha a dugóka nem kerül leadásra március 22-én 15:30-ig. A dugókat a síófoki célba érkezéskor kollégáink gyűjtik össze, illetve a Maraton+, az Öböl Félmaraton és a szombati maraton teljesítőitől a napi célba érkezéskor veszik át. A versenyt véglegesen feladók a napi célban tudják leadni. Lehetőség van saját dugóka használatára, melyet kérünk legkésőbb a rajtszámát átvételekor jelezni.

IV/A/b. A dugókat ajánlott az ujjra húzva viselni. A rajtszámát átvételekor lehetőség van a kipróbálásra, melyhez a versenyiroda dolgozói segítséget nyújtanak. Egyben a rajtszámát átadásakor történik a dugókat nullázása is.

IV/A/c. Az első napon mindenkinek azonos a rajtideje, a többi napokon a rajtkapuban lévő érintéssel mindenki maga indítja a napi idejét. Az útvonalon a váltóhelyeken lesznek érintési pontok. A váltóknak a váltózónába érkezéskor kell érinteni, majd a dugóka és a csapatrajtszám átadásával váltani. A váltóhelyen az egyéni és páros indulók a frissítőasztaluk előtt találják az érintési pontot, nekik is minden váltóhelynél érinteni kell.

IV/A/d. A dugóka az érintési pontokon rögzíti az érintés idejét úgy, hogy bele kell helyezni az érintési ponton kihelyezett készülékbe, meg kell várni a hang- és fényjelzést (kb. 1 mp), utána lehet folytatni a futást. A célba érkezés után közvetlenül a célkapunál újabb érintési pont van. Ezután a versenyirodában kinyerjük a szerkezetből az aznapi adatokat és nullázzuk is, így másnap mindenki „üres” dugókkal állhat rajtához.

IV/A/e. Minden nap az aznapi és az összesített versenyeredményeket kifüggesztjük a BSI hivatalos szálláshelyein a versenyirodában, illetve a másnapi rajtnál a rajtszínpad közelében. Az eredmények között szerepeltetjük a versenyt feladni kényszerülő indulók eredményeit is, helyezés nélkül. Az eredményhirdetésben csak a teljes versenytávot teljesítők eredményeit vesszük figyelembe.

IDŐMÉRÉS A SPURI ÖBÖL FÉLMARATONON ÉS A SPURI MARATONFÜREDEEN

Az időmérés szolgáltatója az AGNI-Timing. Az időmérés a rajtszám hátuljára ragasztott UHF chipekkel történik.

V. Szintidő, a verseny feladása

V/a. Az egyes napi szakaszokra, illetve a napi váltóhelyekre szintidőt határozunk meg, az utolsó elrajtoló rajtidejéhez igazítva. A szintidő lejártakor a versenyzőnek/csatatnak az aznapi versenyt be kell fejeznie, az esetleges továbbhaladásáról a versenybírósnak döntenet. A versenyt a következő napon tovább folytathatja, de kategóriájában nem kerül értékelésre. Lehetőség van a napi táv feladására. Ebben az esetben a futó/csatat a versenyt a következő napon tovább folytathatja, de kategóriájában nem kerül értékelésre. A váltók és frissítők személyzete a szintidőt túllépő résztvevőt nem engedi tovább, őt a záróbusz szállítja tovább a célba. Felhívjuk az egyéni indulók figyelmét, hogy a 4. napi rész szintidőknél az 1. és 2. váltóhelyhez érkezés a fél órával később induló csapatok tempójához igazodva került megállapításra. Az egyes a pontoknál az érkezés időpontja van feltüntetve a napi szintidő és az utolsó elrajtoló rajtidejének figyelembe vételével. A 2. naptól kezdve az előző napon a szintidő közelében teljesítő futók lehetőséget kapnak, hogy 30 perccel a hivatalos rajt előtt elinduljanak. Ezt előző napon a célszeméllyzettel kell egyeztetni.

1.napi szintidő: 6 óra 5 perc (érkezés 17:06)

- 1. frissítőig 11:37
- 2. frissítőig 11:580
- 1. váltóhelyig (3. frissítő) 12:54 (tempó 7:00 perc/km)
- 4. frissítőig 13:54
- 2 váltóhelyig (5. frissítő) 14:54(tempó7:30 perc/km)
- 6. frissítőig 15:34
- 7. frissítőig 16:22
- 1. napi célíg 17:06 (tempó 8:00 perc/km)

2. napi szintidő: 6 óra 53 perc (érkezés 17:33)

- 1. frissítőig 11:24
- 2. frissítőig 10:00
- 1. váltóhelyig (3. frissítő) 12:37 (tempó 7:20 perc/km)
- 4. frissítőig 13:23
- 5. frissítőig 14:17
- 2 váltóhelyig (6. frissítő) 14:40 (tempó 7:40 perc/km)
- 7. frissítőig 15:13
- 8. frissítőig 16:02
- 9. frissítőig 16:52
- 2. napi célíg 17:33 (tempó 8:15 perc/km)

2. nap., Spuri Öböl Félmarton

- Szintidő: 3 óra 30 perc

3. napi szintidő: 5 óra 38 perc (érkezés 15:49)

- 1. frissítőig 11:02
- 1. váltóhelyig (2. frissítő) 11:52 (tempó 7:10 perc/km)
- 3. frissítőig 12:38
- 4. frissítőig 13:24
- 2. váltóhelyig (5. frissítő) 14:03 (tempó 7:40 perc/km)
- 6. frissítőig 14:52
- 3. napi célíg 15:49 (tempó 8:10 perc/km)

3. nap., Spuri MaratonFüred szintidő 5 óra 54 perc

(érkezés 15:38)

- 1. frissítőig 10:26
- 1. váltóhelyig (2. frissítő) 11:21 (tempó 7:50 perc/km)
- 3. frissítőig 12:11
- 4. frissítőig 13:01
- 2. váltóhelyig (5. frissítő) 13:43 (tempó 8:20 perc/km)
- 6. frissítőig 14:36
- célíg 15:38 (tempó 8:50 perc/km)

4. napi, váltó szintidő: 6 óra 15 perc (érkezés 14:53)

- 1. frissítőig 9:01
- 2. frissítőig 9:46
- 1. váltóhelyig (3. frissítő) 10:22 (tempó 7:10 perc/km)
- 4. frissítőig 11:10
- 5. frissítőig 11:59
- 2. váltóhelyig (6.frissítő) 13:03 (tempó 7:35 perc/km)
- 7. frissítőig 13:40
- 8. frissítőig 14:26
- 4. napi célíg 14:53 (tempó 8:00 perc/km)

4. napi, egyéni szintidő 6 óra 47 perc (érkezés 14:55)

- 1. frissítőig 8:32
- 2. frissítőig 9:20
- 1. váltóhelyig (3. frissítő) 9:57 (tempó 7:30 perc/km)
- 4. frissítőig 10:48
- 5. frissítőig 11:41
- 2 váltóhelyig (6.frissítő) 12:38 (tempó 8:10 perc/km)
- 7. frissítőig 13:28
- 8. frissítőig 14:25
- 4. napi célíg 14:55 (9:10 perc/km)

V/b. A résztávot/versenyt feladó, illetve a szintidőt túllépő résztvevők eredményeit az utolsó időmérési ponton történő áthaladás idejét és az addig megtett távot figyelembe véve szerepeltetjük az eredménylistában, helyezés nélkül.

V/c. A versenyt véglegesen feladók kötelesek a rajtszámukat levenni, és a legközelebbi rendezővel (frissítőállomás, váltóhely, záró kerékpáros) közölni a feladás tényét. Az időmérő chipet a napi célban adhatják le.

KIZÁRÁS A VERSENYBŐL

VI/a. Azt a versenyzőt, aki a verseny során feltűnő felkészületlenséget mutat, a további versenyből a rendezőség bármikor kizárhatja. Minden versenyzőnek kötelessége a verseny orvosainak utasításait betartani. Annak a versenyzőnek, aki a verseny hivatalos orvosától erre felszólítást kap, a versenyt haladéktalanul be kell fejeznie. A következő napon a versenyzést kizárólag orvosi engedéllyel folytathatja. Az orvosi engedélyt a rajt előtt 30 perccel kell kérni a rajtterületen felállított egészségügyi ponton.

VI/b. A szabályokat megszegő versenyzőt a rendezőség azonnal kizárhatja.

IDŐJÓVÁÍRÁS

VII/a. A versenyben indulóknak időjövívírás a következő esetben jár: Vasúti átjáró tilos jelzések, illetve a versenybíró utasításának megfelelően, a biztonságos áthaladás érdekében történő várakozáskor. **Ha a futót a versenybíró megállítja, a versenyző köteles az átjárónál elhelyezett érintési ponton érkezéskor, majd a továbbhaladáskor is érinteni. Aki ezt elmulasztja, időjövívírást nem kap.**

VII/b. Az időjövívírásra a célban, a dugókán rögzített adatok alapján, célbaérkezés után kerül sor. A Spuri Öböl Félmaraton és a Spuri Maratonfüred versenyszámoknál az időjövívírás mértékét a helyszínen lévő versenybírók rögzítik és juttatják el a versenyközpontba.

VIII. IDŐBÜNTETÉS

A szabályok megszegőit az alábbi büntetésekkel sújthatja a versenybírószám:

VIII/a. Közlekedési szabályok megszegése

- vasúti átjáró tilos jelzése ellenére, illetve a versenybírói tilos ellenére történő áthaladás: azonnali kizárás a versenyből
- kísérijármű behajtása tiltott területre, illetve a forgalomirányítók tiltása ellenére: 15 perces időbüntetés alkalmanként
- kísérijármű váltóhelyen való szabálytalan megállása, illetve a versenyzők közötti szabálytalan áthaladása: 10 perces időbüntetés alkalmanként
- kísérijármű út szélén történő szabálytalan parkolása esetén: 3 perces időbüntetés alkalmanként
- kísérijármű kerékpáros más versenyzőt akadályoz: 10 perces időbüntetés alkalmanként
- rajtszám szabálytalan viselése esetén: 10 perc időbüntetés alkalmanként
- a versenyző nem a kijelölt útvonalon halad: 3 perc időbüntetés alkalmanként

VIII/b. Versenyszabályok megszegése

- a versenyző – jogtalan előny megszerzése érdekében – bármilyen közlekedési eszközön történő szállítása esetén: azonnali kizárás a versenyből
- mozgó gépjárműből történő frissítés esetén: 15 perc alkalmanként
- kísérijármű érvényes útvonalengedély nélkül kíséri és frissít: 15 perc alkalmanként
- a versenyzőt a kísérije nem a III/a. pontnak megfelelően kíséri, illetve frissíti: 15 perc alkalmanként

VIII/c. A szabálytalanságokat elkövetők, illetve érintett versenyzők büntetése elsősorban a rendezőség észlelésén alapul. Más, a versenyben résztvevő bejelentését, az erre alapuló óvást hitelt érdemlően, kétséget kizáróan kell bizonyítani. Minden bejelentést, óvást értékelünk, vizsgálunk, mely alapján meghozzuk a végleges döntést. A versenybírószám döntése megfellebbezhetetlen.

VIII/d. Óvást benyújtani az egyes napi versenyekre vonatkozóan a célnál található versenyirodán a verseny zárási ideje után legkésőbb fél órával lehet. Óvást az egyéni versenyző személyesen, a váltó, illetve a páros esetében a csapat vezető-

je nyújthat be. Az óvás díja 10.000, azaz tízezer Forint. Az óvással kapcsolatban született döntést – legkésőbb a másnapi verseny rajtja előtt 30 perccel – írásban közöljük az érintettekkel.

VIII/e. A verseny egésze során a verseny szabályaira vonatkozó és egyéb felmerülő kérdésekben minden esetben a rendezőség dönt.

VIII/f. A versenybírószám tagjai: Kocsis Árpád, Máth István, Tamás Krisztián, Korfanti Csaba

IX. A CSAPATVERSENY SPECIÁLIS SZABÁLYAI (váltók, párosok)

IX/a. A váltók versenyében a vegyes csapatok a férfiak között kerülnek értékelésre. A váltók a csapat létszámától függetlenül, együtt kerülnek értékelésre. A párosok férfi, női és vegyes kategóriában kerülnek értékelésre.

IX/b. A váltás a csapat rajtszáma és az időmérő dugóka átadásával a kijelölt váltóhelyen, a váltózónában történhet. Minden esetben először az időmérő pont érintésével a részidő regisztrálása történik, a váltásra ezután van lehetőség.

IX/c. Előváltásra (a csapat soron következő tagja a hivatalosan soron következő váltóhely előtt leváltja a csapat előző emberét) minden csapatnak csak és kizárólag sérülés esetén van lehetősége. Az (elő)váltás helyére a csapattagnak a verseny többi résztvevőjét nem zavarva kell eljutnia. A leváltott versenyzőnek az előváltás helyét a verseny többi résztvevőjét nem zavarva kell elhagynia. A szabálytalanul váltó csapatot a versenyből kizárhatjuk. Az előváltást a váltóhely vezetőjének be kell jelenteni.

IX/d. Egyéni induló legfeljebb 1 csapatnak lehet tagja. Csapat-tag másik csapatnak nem lehet tagja.

X. EGYÉB SZABÁLYOK, INFORMÁCIÓK

X/a. Rajtszám, kísérijármű megkülönböztető jelzésének viselése

A futók a rajtszámukat, a kísérijármű, kerékpár) a nekik biztosított megkülönböztető jelzést (útvonalengedélyt) kötelesek a verseny időtartama alatt teljes terjedelmében, jól láthatóan viselni. Azon nem helyezhetnek el semmilyen feliratot, emblémát, kivéve a versenyzők rajtszámain a név részére fenntartott területen a nevet, becenevet. A 4 vagy 2 napot teljesítő egyéni versenyző a két darab rajtszámát jól láthatóan elől és hátul, a csapatok (párosok és váltók egyaránt) tagjai a csapatrajtszámot triatlonos gumival rögzítve (a rendezőség biztosítja) szabadon, a csapattag az egyéni rajtszámát jól láthatóan elől köteles elhelyezni. A csak egy napot teljesítő versenyzők (maraton+, Spuri MaratonFüred, Spuri Öböl Félmaraton) jól látható módon elől kötelesek elhelyezni. A Spuri Öböl Félmaratonon „első félmaratonom” feliratú, a Spuri MaratonFüred versenyben „első maratonom” feliratú rajtszám viselésére jogosultak azok, akik először teljesítik a választott távot. A „rajtszámot” kizárólag hátul lehet viselni, rajtszám átvételekor kell a versenyirodán kérni.

X/b. Öltöző

- 1. nap rajt: Siófok, Hotel Magistern, cél: Fonyód: sátrakban
- 2. nap rajt: Fonyód: sátrakban, cél: Szigliget: sátrakban
- Spuri Öböl Félmarton rajt: Keszthely, sátrakban, cél: Szigliget: sátrakban
- 3. nap rajt: Badacsony: sátrakban, cél: Balatonfüred: sátrakban
- Spuri MaratonFüred: rajt: Badacsonytomaj: sátrakban, cél: Balatonfüred: sátrakban
- 4. nap rajt: Balatonfüred: sátrakban, cél: Siófok, Hotel Magistern

A váltóhelyeken mindennap a helyszínen felállított sátrakban.

X/C. Ruhatár

Az egyéni indulók rajtnál leadott csomagjait a célba átszállítjuk. A csapatok maguk oldják meg a csomagok szállítását. A frissítőállomásokon vagy váltóhelyeken leadott ruhák a versenyirodán nyitvatartási időben átvehetőek. Útipoggyász szállítását nem vállaljuk.

X/D. Gyúrás

Az egyéni résztvevők számára a napi célba érkezés után kb. 15 perces masszázis igénybe vételére nyílik lehetőség. Az ingyenes gyúrás a rajtszám bemutatásával lehet igénybe venni. A gyúrás igénybe vételére a napi célokban illetve a verseny hivatalos szállásain lesz lehetőség.

1. nap: Fonyód, Mátyás király Gimnázium: 14:00-17:30, Siófok, Hotel Magistern 17:00-tól
2. nap Szigliget, cél: 13:00-17:30 Keszthely, Hotel Helikon: 16:00-tól
3. nap Balatonfüred, cél 12:30-16:00 Balatonalmádi Ramada Hotel 15:00-tól
4. nap Siófok, Hotel Magistern, 12:00-tól

X/E. Befutóérem átvétele

Az egyéni teljesítők a befutáskor kapják meg az egyedi érmüket, valamint a síófoki célban az egyéni teljesítőkről befutókép is készül.

A csapatok a befutás után a Hotel Magistern 1. emeleti konferenciatermében vehetik át az érmet, ahol csapatfotót is készítenek róluk. Annak érdekében, hogy az elkészült csapatképek a későbbiekben könnyebben azonosíthatóak legyenek, kérjük, hogy a csapat legalább egyik tagjának a rajtszáma legyen nálatok! Ennek hiányában fotó nem készül.

X/f. Szállás

A verseny hivatalos szállodái:

- szerdán és csütörtökön: Siófok, Hotel Magistern, Beszédes J. sétány 72., tel.: 06/84/519-600
- pénteken: Keszthely, Hotel Helikon, 8360, Keszthely, Balatonpart 5., tel.: 06/83/889-600
- szombaton: Balatonalmádi, Ramada Hotel & Resort Lake Balaton, 8220 Balatonalmádi, Bajcsy-Zsilinszky utca 14., tel.: 06/88/620-620

X/G. SEGÍTSÉG, INFORMÁCIÓ

A versenyre akkreditált orvosok, valamint a rendezőség tagjainak segítségével a versenytáv teljesítésének időszakában igénybe vehető telefonon is. A telefonszámok a rajtszámok hátoldalán is fel lesznek tüntetve.

Orvos: +36/70/442 - 7000

BSI: +36/20/965-1966

Kérünk minden résztvevőt, hogy lehetőség szerint a napi szakszra vigye magával mobiltelefonját!

XI. FIGYELMEZTETÉS MINDEN FUTÓNAK

A sporttevékenység az összes élettani előnye mellett – nagyon kis mértékben ugyan, de – veszélyeket is jelenthet. Fontos, hogy komoly teljesítmény előtt konzultálj az orvosoddal! Csak felkészülten vegyél részt az átlagosnál nagyobb igénybevételt jelentő sporteseményen vagy megterhelőbb edzésen! Betegen, sérülten, lázasan, hányás vagy hasmenés után ne vegyél részt a kinézett eseményen, a soron következő edzésen! Bármilyen szokatlan jelet érzel magadon sportolás közben, lassíts, állj meg, ha kell, kérj segítséget!

A fentiek nem függenek a sporttevékenység hosszától, egyedi, hogy kinek mi jelent komoly teljesítményt. Légy felelős önmagadért, sportolj okosan!

Az esemény során felmerülő egészségügyi problémák hatékony és gyors megoldása érdekében a RAJTSZÁM HÁTOLDALÁN TALÁLHATÓ EGÉSZSÉGÜGYI RÉSZ KITÖLTÉSE MINDENKI SZÁMÁRA ELENEDHETETLENÜL FONTOS!

XII. KERÉKPÁROS KÍSÉRÉS SZABÁLYAI

A verseny biztonságos lebonyolítása érdekében a következő szabályokat kérjük betartani:

1. A kerékpáros kísérőket a mezőny rajtja előtt 10 perccel indítjuk el a rajtból
2. Kerékpáros kísérés a napi 1. frissítő állomástól lehetséges
3. Kerékpárral a frissítőállomás területén tartózkodni tilos
4. Amennyiben a kerékpáros kísérő a frissítőállomáson/váltóhelyen frissíteni kíván, azt úgy teheti meg, ha az állomást elhagyva, a futókat nem zavarva elhelyezi kerékpárját, és gyalog visszamegy az állomásra (Ha az útvonal engedi, az állomást ki kell kerülni. Ha erre nincs lehetőség, az állomáson keresztül kell hajtani, az ott tartózkodók testi épségére, és a kihelyezett termékek épségére vigyázva.)
5. A kerékpáros kísérő a verseny ideje alatt köteles a kerékpáron viselni a megkülönböztető táblát, melyet a futónak adunk át rajtszám átvételkor
6. A megkülönböztető táblán fel kell tüntetni a kísért futó/csoport rajtszámát
7. A kerékpáros kísérés csak a KRESZ szabályainak betartásával lehetséges
8. A kerékpáros kísérő nem zavarhatja a verseny résztvevőit a haladásban
9. Mindig a futónak van elsőbbsége
10. Szabálytalan kísérés esetén a futó időbüntetést kaphat, amelynek mértékét a versenyszabályzat tartalmazza.

Rules of of 8. Spuri Balaton Supermarathon

COURSE

I/a. During the race majority of the course leads on the bicycle road around the Balaton. In the majority of the race the course leads on the bicycle road around Balaton. This road is only partly used specifically as a bicycle road, the other parts – especially within towns – are designated as public roads. Especially on the south coast of the Lake, the bicycle road often does not lead on a separate lane but on the smaller streets of towns (on bicycle-friendly roads). On these roads it is necessary to run with due care by observing the rules of the Highway Code.

Special care should be taken:

- on Saturday when the designated road crosses a main road (at Balatonrendes, app. 700 meters, here runners are protected from the traffic by a special barrier)
- when on Saturday and Sunday crossing a main road (road nr. 71, crossing should be done according to police instructions)
- anytime there is a railway crossing on the designated running road (crossing should be done according to instructions of civil guards).

At these places you should cross by taking into consideration the instructions of the police and the judges. On the road nr. 71, policemen will direct traffic taking into consideration the secure crossing of the runners. When the railway shows a red sign or, in the lack of this when a train approaches, the runners will be stopped by the civil guard. In both cases running can only be continued when the policeman / civil guard expressly permits to continue.

There will be a leading cyclist in front of the field and a closing cyclist will close the field. Where the course permits this, a closing bus will follow the runners. Insurance of the race refers to the segment between the leading and the closing cyclist. The closing vehicle will follow according the daily time limit; those runners who are passed by it will be obliged to give up the race for that day and can continue the next day. Those giving up the race are obliged to get on the closing bus, which will follow the field and take the runner to the finish line.

The course of the race will generally lead on roads that are NOT closed to traffic so be prepared to expect other vehicles on the road!

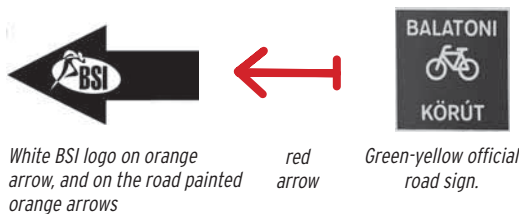
I/b. Wherever the route is laid down along a public road, participants are to stay in the right lane or to keep to the right side. On the bicycle roads it is compulsory to run on the right side! Where the bicycle road leads on the pavement, this is where you should run. In case there are any vehicles on the road or a faster runner comes, you should divert to the right!

The rules of the Highway Code are applicable to the runners and their companions; it is compulsory to observe these!

I/c. The race is happening on a bicycle or low traffic roads, which are NOT closed from traffic. Because of this and for the safety of the runners we do not suggest wearing headphones on both ears, as it tones down the outside noises.

I/d. The booklet contains a detailed itinerary (description of the course) for each day and also a sketch map of the course; runners are advised to keep this at hand while running. On the course we will help your orientation with appropriate signs (sign, road signs, and ribbons). Signs and ribbons will be placed shortly before the runners pass however, so it might happen unfortunately that someone replaces or removes these out of joke. The itinerary always shows the road runners will take (bicycle road, bicycle friendly road, public road). Each day's course will be marked with signs at every 5 km. Each day the marathon distance is shown for that day. We mark the 100th and 150th km of the full distance along the course, and the 5th, 10th, 15th, 20th km of Bay Half Marathon and the 5th, 10th, 15th, 20th, 25th, 30th, 35th, 40th km of the MaratonFüred race.

I/e. To follow the race route you will be helped by the bicycle road signs, and by the signs placed out the organisers and orange/red arrow painted on the roads also by the organisers.



White BSI logo on orange arrow, and on the road painted orange arrows

red arrow

Green-yellow official road sign.

START/FINISH

II/a. Each day we mark for the runners and for their companions on the maps the easiest way of how to get to the start and changing points. We ask everybody to keep to the recommended routes and parking places so that nobody disturbs the runners and no traffic jams form around the locations of the race. During the race's whole duration, runners should have priority over the companions and their vehicles!

II/b. Day 1., Thursday | Day 1 – Balaton Supermarathon

- Start: 11:00, mass start
- Race Centre Opening Hours: on wednesday 16:00-18:00, on thursday morning 8:30-10:30, in the afternoon 17:00-19:00
- Location: Siófok, Hotel Magistern, side of the lake
- Finish: Fonyód railway station, parking place from the side of the lake

II/c/1. Day 2., Friday | Day 2 – Balaton Supermarathon

- Start: 10:30. Based on their previous day's results the participants start in pairs every 2-3 seconds. When creating the pairs the individual and the group results will be judged together. The time of the daily participants of the maraton + will be allocated based on their planned time. The start list will be placed near the start stage and the speaker will call the participants.
- Race Centre Opening Hours: 8:30-10:00, in the afternoon Keszthely, in the Hotel Helikon 18:00-19:30.
- Location: same place as the finish of the previous day, Fonyód railways station parking place from the side of the lake.
- Finish: parking place under Szigliget Castle.

II/C/2. DAY 2., FRIDAY: BAY HALF MARATHON

- Start: 11:30. Participants will start in pairs (pairs following each other's in every 2-3 seconds) according to their planned finishing time. The start list will be hanged nearby of the start stage. The speaker will call the runners according this list.
- Race Centre Opening Hours: on Friday at Keszthely, Helikon Beach, Halászcserda restaurant 10:00-11:15.
- Location: Keszthely, parking place of Helikon Beach
- Finish: parking place under Szigliget Castle.

II/D/1. DAY 3., SATURDAY: BALATON SUPERMARATHON DAY 3, 1ST DAY HALF BALATON SUPERMARATHON, 3RD DAY MARATHON+

- Start: 10:00. Participants will start in pairs every 2-3 seconds based on their overall results. When creating the pairs the individual and the group results will be judged together. The time of the daily participants of the maraton+ and those of the Half Balaton Supermarathon will be allocated based on their planned time. The start list will be placed near the start stage and the speaker will call the participants according to this.
- Race Centre Opening Hours: 8:00-9:30, in the afternoon at Balatonalmádi, in the Ramada Hotel 16:00-18:00
- Location: Badacsony, MOL petrol station
- Finish: Balatonfüred, Tagore Promenade.

II/D/2. DAY 3., SATURDAY - MARATONFÜRED

- Start: 9:30. Participants start each 2-3 seconds in pairs based on their planned time. We will place the start list near the stage, the speaker will call the runners accordingly.
- Race Centre Opening Hours: on Saturday at Badacsony-tomaj beach 7:45-9:15
- Location: Badacsony-tomaj, at the Badacsony end of the beach.

II/E. DAY 4., SUNDAY - BALATON SUPERMARATHON DAY 4, 2ND DAY HALF BALATON SUPERMARATHON, 4TH DAY MARATHON+

- Race Centre Opening Hours: 7:00-8:00

- Start 1. Individual runners and slower teams: 8:00 with individual start.
- Individual runners, the runners of Marathon + Day 4 and the slower runners of teams will have a joint start. The list of the teams in question will be placed at the reception of Balatonalmádi, Ramada Hotel on Saturday. We will also tell to the teams personally Saturday afternoon after arriving into the finishing area. Those relay members where the first runner is also an individual runner will also start at this time.
- Start 2. (teams): 8:30 • Individual start
- Location: the same as the finish of the previous day on Tagore Promenade
- Finish: Siófok, side of the lake at Magistern Hotel

II/f. At the starting location, the race centre is open for runners before the first start time of the race at the time designated above.

ACCOMPANYING RUNNERS, REFRESHMENTS

III/a. At the time of start number retrieval, we provide a distinctive sign (route permit) for vehicles accompanying the teams, which should be placed on the vehicles front and back at a well visible location because only with this are they entitled to accompany runners according to the race rules. It is forbidden to continuously and directly accompany individual and relay/pair runners. Upon taking over the start number we also provide a distinctive sign (route permit) for the bicycle companions of the runners, which should be placed on a well visible place on the front of the bicycle. Continuous and direct accompanying is allowed behind the runner from the first refreshment station of the day. The start of the accompanying bicycles will be 10 minutes before the runners start.

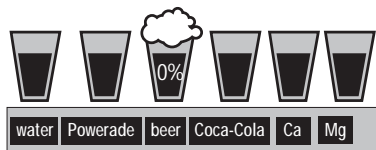
The accompanying vehicle should not hold up the other participants or any other vehicle or pedestrians on the road. Where the course leads on a bicycle road the accompanying cars should not drive on the bicycle road according to the rules of the Highway Code. When parking around the start, finish and relay points we ask the accompanying vehicles to take into consideration those stipulated in the map sketches provided. Accompanying of the runners of the Bay Half Marathon is not allowed.

III/b. Refreshment stations

There will be refreshments served at the starting, finish and relay points. All participants can take refreshments only from tables designated to them, there will be a separate table for the daily individuals and the pairs and a separate table for the teams. The refreshment points will be uniform along the course; when approaching the refreshment stations, refreshment tables for individual runners and the pairs will come first and refreshments for relay teams will come second.

REFRESHMENT (individual)

order of drinks

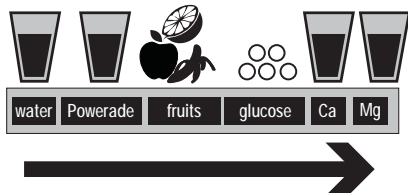


REFRESHMENT (individual)

order of foods



REFRESHMENT (teams)



Accompanying cars are asked to wait exclusively outside the area of the refreshment station. Bicycle companions may take refreshments IN A MANNER WHICH IS NOT DISTURBING FOR THE RUNNERS from the table of the runner whom they accompany, but only after leaving their bicycles outside the area of the refreshment station.

III/c. Personal Refreshment

Personal refreshments (except of the Bay Half Marathon) can be provided 30 minutes prior to the start at the latest. It is necessary to place them in the race centre in the appropriate collection box containing the daily km and the number of the refreshment station, showing the start number on it. All runners can provide personal refreshments, which the organisers will place at the selected refreshment station. It is also possible to send clothes to the refreshment stations. Clothes sent remaining at the refreshment station or clothes handed over at the refreshment station may be retrieved during the opening time of the race centre. Refreshment can be done only from a stationary car by observing the rules of the Highway Code referring to parking.

III/c. Planned choice of the refreshment stations:

- Individuals and pairs: water, Powerade, glucose, fruit, dried fruit, bread, cola, salt, chips/salted sticks, chocolate, cereal bar and effervescent tablet.
- relays: water, Powerade, glucose

- for all runners: tissue paper, toilet paper, magnesium, calcium, effervescent tablet, bandaid
- Runners of MarathonFüred and Bay Half Marathon can take refreshment only from the table for teams.

TIME MEASUREMENT, RESULTS OF THE 4 AND 2 DAY RACES

IV/a. Just like in the past few years, tracking time will happen with the help of SportIdent system, used in orientation with a chip (small plug). The deposit fee for the small plug is HUF 6000, which must be provided when you obtain the start pack. The deposit will be returned to you when handing over the small plug after finishing the last day in Siófok; those accomplishing the marathon+, the MaratonFüred, Bay Half Marathon will receive the deposit when arriving in the finish. Those giving up the race for good will be eligible to have the deposit returned to them at the daily finishing points. There is a possibility to use your own SportIdent chip, please notify us about this when you receive your race pack at the latest.

IV/b. We advise wearing the small plug on the finger. When receiving your start package you will have a chance to try it, and our staff at the race centre will also provide help with this. Resetting the plug back to zero will happen when you obtain your start pack.

IV/c. On day 1 everybody's start time will be the same, on day 2, 3 and 4th day everybody will be able to start off their time by plugging. There will be plugging places on the course at the relay points. Relay members will need to plug when arriving in the relay zone, then change by handing over the plug and the team start number. Individual and team runners will find their plugging places before their refreshment table.

IV/d. The plug will set the time at the plugging points so that it has to be plugged in the device, then you should wait for the sound and light effect (app. 1 second) and then you can continue running. There will be another plugging point directly at the finish gate, then at the race centre we collect the data for that day from the plug, so the next day everybody can start with an „empty” plug.

IV/e. Each day we shall place the overall race results at the official hotels of BSI at the race centre and the next day at the start points near the start stage. We will also feature the names of those who gave up the race but without their place. When announcing the results we only take into consideration the results of those participants who accomplished the whole distance.

DISQUALIFICATION FROM THE RACE

V/a. Participants not prepared for racing will be disqualified. Participants must keep to the instructions of the appointed doctors. Doctors can and will ask participants to give up if there is a health hazard in continuing the race. Those participants asked should immediately give up racing but

can continue the next day unless doctors rule otherwise. Participants must report at the doctors' office the next day 30 minutes prior to start for check-up. From day 2, runners who finished the race on the previous race day close to the time limit, get the opportunity to start 30 minutes earlier than the others. However this has to be clarified with the organisers at the starting area on the previous day.

V/b. The organizers reserve the right to disqualify any participant of the race at their own discretion.

TIME LIMIT, GIVING UP THE RACE

VI/a. We provide time limits for each daily parts and the daily relay points. The runner or team have to finish the race on the given day when the time limit is reached. The race organisers can decide about the possible continuation. The race can be continued the next day but the runner will not be evaluated in its category. There is also a possibility to give up the daily run. In this case the race can be continued the next day but will not be evaluated in its category. The personnel at the relay points will not allow the participants who exceed the time limit to go on, instead they will be asked to be transported by the closing bus to the finish. The race directorate can decide about letting the runner /team continue racing even after the time limit elapses. We would like to call the attention of our individual runners that the part time limits on day 4 arriving to the 1. and 2. relay station will have been decided in accordance with the pace of the teams starting half an hour later! The times below shows that when should the last starter by keeping the time limit arrive to the given points.

time limit day 1.: 6 hours 5 minutes (arrive at 17:06)

- until 1. refreshment station 11:37
- until 2. refreshment station 11:58
- until 1. relay point 12:54 (tempo 7:00 minutes/km)
- until 4. refreshment station 13:54
- until 2. relay point 14:54 (tempo 7:30 minutes/km)
- until 6. refreshment station 15:34
- until 7. refreshment station 16:22
- until finish day 1. 17:06 (tempo 8:00 minutes/km)

time limit day 2.: 6 hours 53 minutes (arrive 17:33)

- until 1. refreshment station 11:24
- until 2. refreshment station 12:00
- until 1. relay point 12:37 (tempo 7:20 minutes/km)
- until 4. refreshment station 13:23
- until 5. refreshment station 14:17
- until 2. relay point 14:40 (tempo 7:40 minutes/km)
- until 7. refreshment station 15:13
- until 8. refreshment station 16:02
- until 9. refreshment station 16:52
- until finish day 2. 17:33 (tempo 8:15 minutes/km)

time limit day 2. – Bay Half Marathon: 3 hours 30 minutes

- time limit day 3.: 5 hours 38 minutes (arrive at 15:49)
- until 1. refreshment station 11:02
- until 1. relay point 11:52 (tempo 7:10 minutes/km)

- until 3. refreshment station 12:38
- until 4. refreshment station 13:24
- until 2. relay point 14:03 (tempo 7:40 minutes/km)
- until 6. refreshment station 14:52
- until finish day 3. 15:49 (tempo 8:10 minutes/km)

time limit MaratonFüred (day 3.): 5 hours 54 minutes (arrive at 15:38)

- until 1. refreshment station 10:26
- until 1. relay point 11:21 (tempo 7:50 minutes/km)
- until 3. refreshment station 12:11
- until 4. refreshment station 13:01
- until 2. relay point 13:43 (tempo 8:20 minutes/km)
- until 6. refreshment station 14:36
- until finish 15:38 (8:50 minutes/km)

time limit day 4., team: 6 hours 15 minutes (14:53)

- until 1. refreshment station 9:01
- until 2. refreshment station 9:46
- until 1. relay point 10:22 (tempo 7:10 minutes/km)
- until 4. refreshment station 11:10
- until 5. refreshment station 11:59
- until 2. relay point 13:03 (tempo 7:35 minutes/km)
- until 7. refreshment station 13:40
- until 8. refreshment station 14:26
- until finish day 4. 14:53 (tempo 8:00 minutes/km)

time limit day 4., individual: 6 hours 47 minutes (arrive at 14:55)

- until 1. refreshment station 8:32
- until 2. refreshment station 9:20
- until 1. relay point 9:57 (tempo 7:30 minutes/km)
- until 4. refreshment station 10:48
- until 5. refreshment station 11:41
- until 2. relay point 12:38 (tempo 8:10 minutes/km)
- until 7. refreshment station 13:28
- until 8. refreshment station 14:25
- until finish day 4. 14:55 (9:10 minutes/km)

VI/b. The results of the participants accomplishing a part distance or giving up the race and the results of those exceeding the time limit will be featured on the result list by taking into consideration their last time when crossing a measurement point and the distance accomplished until that time.

VI/c. Participants who give up the race are asked to remove their numbers and report this to the organizers, either at checkpoints, relay stations or to the bike rider closing the line. The SPORTident plug can be returned at the daily sections' finish line.

TIME CREDITING

VII/a. During the race participants are entitled to time crediting in the following cases: Red light at railway crossing, and when waiting according to the instructions of the race judge in order to cross the road in a secure way. If the runner is being stopped by a race judge, he writes down the start number, the

time of the stop and the continuation as well but the runner can also write this down on the check list of the judge.

VII/b. Time crediting happens based on the report of the race judge on that day.

TIME PUNISHMENT

Those not abiding by the rules can be punished by the race directorate in the following ways:

VIII/a. Breaking of transport rules

- Crossing the railway despite the red light or despite the judge prohibiting crossing: immediate exclusion from the race
- Accompanying vehicle getting to a prohibited zone or despite the directors of the transport: 15 minutes time punishment each time
- Stopping of the accompanying vehicle in an irregular way or its irregular crossing among the runners: 10 minutes time punishment each time
- Parking of the accompanying vehicle by the road in an irregular way: 3 minutes time punishment each time
- Accompanying bicycle obstructs another runner: 10 minutes time punishment each time
- Wearing the start number in an irregular way: 10 minutes punishment each time.

VIII/b. Breaking race rules

- In order to obtain unlawful advantage, the runner is being transported by any kind of vehicle: immediate exclusion from the race.
- Providing refreshment from a moving vehicle: 15 minutes punishment each time.
- Accompanying vehicle accompanies and refreshes without a valid course permit: 15 minutes time punishment each time.
- The runner is being accompanied or refreshed not according to those stated in point III/a: 15 minutes time punishment each time.
- The runner runs on the left side of the road: 3 minutes time punishment each time.
- The runner does not run on the designated course: 3 minutes time punishment each time.

VIII/c. The punishment of those breaking the rules is primarily based on the perception of the organisers. Other participants of the race may lodge a complaint and prove it in a credible way. We evaluate all reports and complaints before making a final decision. The decision of the race judges is non-appealable.

VIII/d. A complaint can be lodged with reference to each day's race at the race centre at the finish within half an hour after the closing time of the race. Individual runners may lodge

a complaint personally, in case of a relay team or pair the manager of the team can do this. The fee of the complaint is HUF 10 000, that is ten thousand forints. The decision regarding the complaint will be disclosed to those in question in writing at most 30 minutes prior to the next day's race.

VIII/e. The organising committee makes decisions in all cases in all questions regarding the rules of the race and in any other issues regarding the race.

VIII/f. Members of the organising committee are: Árpád Kocsis, István Máth, Krisztián Tamás, Csaba Korfanti

SPECIAL RULES OF THE RELAY RACE

IX/a. In the relay race the mixed teams are being evaluated among the men. The relay teams are being evaluated together regardless of the number of runners in the team. The pairs are being evaluated in male, female and mixed category.

IX/b. Relay must be done within the designated relay-zone marked with the team's start number by the hand-over of the SPORTident plug and the team start number. In all cases first the plug should be plugged in order to measure part time, relay can happen only after this.

IX/c. There is an opportunity of relaying before the relay points (the team relays its previous member before the next official relay point) for each team only and exclusively in the case of an injury. In this case the next team member should approach the required relay point individually and without disturbing other participants. The relayed member of the team should leave the relay-point without disturbing other participants. Teams not keeping to the rules can be disqualified.

IX/d. Individual runner can only be a member of one team. A member of a team cannot also be a member of another team.

OTHER RULES, INFORMATION

X/a. About wearing the start number and the distinguishing sign of companions. Runners are obliged to wear their start number, the companions (vehicle, bicycle) should wear their distinguishing sign throughout the whole time of the race in a well visible place. They must not obstruct this number in any way and wear no logo except for the field on the race numbers of the runners where a name, a nickname may be placed. The Individual runners of the 4 days or 2 days races should wear their two start numbers received on the front and on the back of the running garment, the members of the teams or pairs should wear the team start number secured freely with a triathlon rubber gum (provided by the organisers), the individual start number should be secured on the front of the running garment in a well visible place. Runners running only one day (Marathon +, MaratonFüred, Bay Half Marathon) should wear the start number in the front in a well visible way.

8. SPURI BALATON ÉS FÉLBALATON SZUPERMARATON

Those who are running their first ever marathon, or half marathon are entitled to wear the „my first half marathon” sign on the Spuri Bay Half Marathon, or the “my first marathon” on the Spuri MaratonFüred. This „special start number” must be worn at the back, and you have to ask for it at the race centre, when you pick up your starting kit.

X/b. Dressing room

1. day start: Siófok, Hotel Magistern, finish: Fonyód: in tents
2. day start: Fonyód: in tents, finish: Szigliget: in tents, Bay Half Marathon start: Keszthely, in tents, finish: Szigliget, in tents
3. day start: Badacsony: in tents, finish: Balatonfüred: in tents, MarathonFüred start: Badacsonytomaj, in tents, finish: Balatonfüred: in tents
4. day start: Balatonfüred: in tents, finish: Siófok, Hotel Magistern. At the relay points each day in tents set up at the location.

X/c. Cloak room

The baggage of the individual runners handed over at the start will be transported to the finish. Teams must solve the transport of their baggage individually. Clothes which are left at the refreshment or relay stations may be picked up at the race centre during opening times. We do not deliver luggage (suitcases, big bags etc.)

X/d. Massage

Individual runners will have a chance to take advantage of an approximately 15 minutes massage following the daily finishing. Free massages are available for runners who present their start numbers. There is possibility for massage in the daily finish area or in the official hotels of the race.

- Day 1: Fonyód, Mátyás király Gimnázium: 14:00-17:30
Siófok, Hotel Magistern at 17:00
- Day 2: Szigliget, finis area: 13:00-17:30
Keszthely, Hotel Helikon: at 16:00
- Day 3: Balatonfüred, finish area 12:30-16:00
Balatonalmádi Ramada Hotel at 15:00
- Day 4: Siófok, Hotel Magistern, at 12:00

X/e. Finishing medal

Individual runners will receive their medal upon finishing. At the finish at Siófok a finishing photo will be taken of the individual runners. Teams can take over their medal after finishing at Hotel Magistern where a team photo will be taken. We kindly ask you that at least one of your team members should keep with himself his bib number. This will ease the identification of the team photos later on. If nobody in the team will have his bib number no picture will be taken about the team.

X/f. Accommodation

The official hotels of the race:

- Wednesday and Thursday Siófok, Hotel Magistern, Beszédes J. sétány 72., phone: 06/84/519-600

- Friday: Keszthely, Hotel Helikon, 8360, Keszthely, Balatonpart 5., phone: 06/83/889-600
- Saturday: Balatonalmádi, Ramada Hotel & Resort Lake Balaton, 8220 Balatonalmádi, Bajcsy-Zsilinszky utca 14., phone: 06/88/620-620

X/g. Help, information:

Help will also be provided over the phone by doctors accredited to the race and by the members of the organising committee during the whole period of the race. The telephone numbers will also be shown at the back of the race numbers.

- Doctor: +36/70/442/7000
- Organiser (BSI): +36/20/965-1966

We ask all participants to take their mobile phones with them while running the daily courses, if possible.

Warning for all runners

In spite of its physiological benefits the long distance running -however in a little measure- may be a danger. Important, that before a serious strain consult your doctor. Enter a race or an exhausting training only well-prepared. Do not enter a race or training in ill, injured or feverish condition, after vomit or diarrhoea. If you feel any unusual sign on yourself during running, slow down, stop, if it is needed ask for help. The above does not depend on the length of the distance, the meaning of the serious strain is individual. Be responsible for yourself, run sensibly!

XII. RULES FOR THE BICYCLE ACCOMPANISTS

We ask you to respect the following rules during the race in order to preserve the safety:

1. The bicycle companions start 10 minutes before the runners.
2. To accompany the runners with bike is only possible from the 1st refreshment station of the first day.
3. It is forbidden to stop with the bike at the territory of the refreshment stations.
4. If the bicycle companion would like to get refreshment he/she has to pass the station, leave the bike safely outside of the refreshment station, and walk back without the bike. (If there is possibility you have to get around the station, if the course is so narrow that it is impossible, than you have to cross the station with special care on the people's physical safety and the safety of the refreshment products.)
5. The bicycle companion must wear during the whole the distinctive sign on his/her bike, which was handed over to the runner together with the starting package.
6. The start number of the runner or team must be written on the distinctive sign.
7. The bicycle companions must keep the traffic laws.
8. The bicycle companion cannot disturb the runners of the race.
9. Always the runner has the priority.
10. If the bicycle companion breaks the above rules, the runner can get time penalty.

FUTÓCIPŐT A FUTÓCIPŐBOLTBÓL!



2014 nyarán megújult és kibővült Váci úti Spuri Futóboltunk. Lényegesen nagyobb lett az eladóter és ezzel együtt a választék is bővült. A 125 négyzetméteres eladóterben 260 féle futócipő és összesen közel 10.000 féle olyan termékkel találkozhatnak a vásárlók, ezek mindegyik a futáshoz kapcsolódik. Az eladói csapat nem változott, ugyanazok a futók, akik korábban is kiszolgálták a vevőinket, továbbra is rendelkezésükre állnak. Azért mondom, hogy futók, mert maguk is szinte mindnyájan a futás világából jöttek, pontosan tudják, amikor egy-egy terméket ajánlanak, hogy azt miért teszik. A legfontosabb segítség a futócipő kiválasztásánál kell, és ők mindnyájan otthon vannak a személyre szabott futócipő kiválasztásában. Természetesen nemcsak lábbelivel szolgálunk, hanem a futóruha kínálatunk is bőséges, és a kiegészítők, italok, táplálék kiegészítők terén is egyre többféle terméket tartunk, hiszen ahány futó, annyiféle igény merülhet fel ezzel kapcsolatban is.

Szűcs Csaba
a Spuri Futóboltok vezetője,
maratoni magyar csúcstartó: 2:12:10

Földingné Nagy Judit
a győri Spuri Futóbolt vezetője,
10x maratoni magyar bajnok,
magyar csúcstartó: 2:28:50



Nálunk nem akárhó segítenek
a helyes választásban!

Látogass el a Spuri Futóbolt üzleteibe, ahol szakértő
eladónk segítenek neked a megfelelő futóruházat,
futócipő és kiegészítők kiválasztásában!



Déli Gergely

elődí – tanácsadó
igazolt versenyző,
legjobb maratoni ideje: 2:33:54



Ossó Zoli

elődí – tanácsadó – ultrafutó:
12 óráos országos bajnok útszemélyes,
legjobb 130 km



Virovecz Manyi

elődí – tanácsadó
amerikai félmaratonfutó: 2:09:49
amerikai maratonsfutó: 4:42:48



Nagy Csilla

elődí – tanácsadó
amerikai maratonsfutó: 3:18:23



Szabó Gábor

elődí – tanácsadó
maraton: 2:26:27



Mizser Fruzsina

13 éve fut, versenyzőként
atlétikát, maratont: 3:07:20,
félmaraton: 1:20:34



Tóth Tamás

elődí – tanácsadó
október óta országos bajnok, maratoni
Tudás 3x országos bajnok
félmaraton – 1:05:19, maratont – 2:20:12



Erdősz András

elődí – tanácsadó
hegymász, terepfutó
országos félmaraton: 1:44:23
terep félmaraton: 2:01:56

ÜZLETEINK:

SPURI FUTÓBOLT, VÁCI ÚT

(az M3-as metró Forgách utcai megállója,
a B10 Nevezési Iradája mellett) 1138 Budapest, Váci út 762.
Tel.: 06-1-238-4450, 06-20-62-53-804

SPURI FUTÓBOLT, ÖRS

(az M2-es metró Örs vezér tere végállomása, a Cédrus piac 7. em.)
1106 Budapest, Fehér út 3. Tel.: 06-20-26-26-658

SPURI FUTÓBOLT, DÉLI

1122 Budapest, Maros u. 4. (az M2-es metró Déli pályaudvar
végállomásától 5 perc sétával) Tel.: 06-20-681-6517

SPURI FUTÓBOLT, GYŐR

(a Kéksziget mellett), 8025 Győr, Koványi F. tér 18.
Tel.: 06-20-432-6990, Tel.: 06-20-681-6517






VÁSÁROLJ ONLINE:

 WWW.SPURIFUTOBOLT.HU

MOZOGJ VELÜNK A ESEMÉNYEIN 2015-BEN!



FUTÁS

március 29.	12. K&H MOZDULJ! FUTÓNAP KAPOSVÁR	Kaposvár, Kossuth tér
 április 18-19.	30. TELEKOM VIVICITTA VÁROSVEDŐ FUTÁS ÉS FÉLMARATON	Budapest, Margitsziget
április 25.	TELEKOM VIVICITTA VÁROSVEDŐ FUTÁS NYÍREGYHÁZA	Nyíregyháza, Kossuth tér
április 26.	TELEKOM VIVICITTA VÁROSVEDŐ FUTÁS PECS	Pécs, Széchenyi tér
május 17.	20. COCA-COLA TESTÉBRESZTŐ NŐI FUTÓGALA	Budapest, Városliget
június 6.	18. KPMG KÉKES CSÚCSFUTÁS	Mátrafüred- Kékestető
 június 14.	22. K&H MOZDULJ! MARATON- ES FÉLMARATONVÁLTÓ	Budapest, 56-osok tere
június 20.	BURGER KING® BRUTÁLFUTÁS 4.0	Nyáregyháza, Motocrosspálya
 július 11.	12. DÉLIBAB TEREPFUTÁS ES FELMARATON	Hortobágy, Mátá
 szept. 13.	30. WIZZ AIR BUDAPEST FELMARATON	Budapest, Városliget
okt. 10-11.	30. SPAR BUDAPEST MARATON® FESZTIVÁL	Budapest, 56-osok tere
november 7.	INTERSPORT TEREPFUTÁS	Budapest, Csillaghegy
 nov. 14-15.	12. BALATON MARATON- ES FELMARATON	Siófok, Aranypart
december 6.	2. MIKULÁSFUTÁS	Budapest, Fővám tér



Eseményinfó és nevezés:

WWW.FUTANET.HU

Csatlakozz a mozgás szerelmeseihez a [facebook.com/bsimozogjvelunk](https://www.facebook.com/bsimozogjvelunk) oldalon!



KERÉKPÁR

május 9.	8. INTERSPORT TOUR DE TISZA-TÓ ÉS TISZA-TAVI BRINGATLON	Tiszafüred, Halas tér
május 31.	4. K&H MOZDULJ! KERÉKPÁROS NAP GÁRDONY	Gárdony, Sport Beach
július 11.	DÉLIBÁB MOUNTAIN BIKE MARATON ÉS BRINGATÚRA	Hortobágy, Mátá

GYALOGTÚRA

július 11.	DÉLIBÁB TELJESÍTMÉNYTÚRA ÉS GYALOGLÁS	Hortobágy, Mátá
november 7.	8. INTERSPORT TÚRANAP	Budapest, Csillaghegy

FITNESZ

március 28.	9. COCA-COLA TESTÉBRESZTŐ FITNESSNAP	Budapest, Syma Csarnok
október 31.	10. DECATHLON FITTARÉNA	Budapest, Syma Csarnok

ÚSZÁS/TRIATLON

augusztus 1.	6. VELENCEI TÓÚSZÁS ÉS TÚRATRIATLON	Gárdony, Sport Beach
--------------	--	----------------------

BURGER KING

2015.06.20. Nyáregyháza

BRUTAL FUTÁS

ÚJRA A SZOKOTT
HELYSZÍNEIN.
A FUTÓK KEDVENC
MOTOCROSSPÁLYÁJÁN!

IDÉN IS ÚJABB MEGLEPETÉSEKKEL ÉS
A SZOKÁSOS AKADALYOKKAL VÁRUNK!

www.futanet.hu, facebook.com/brutalfutas



EGY NAPRA AKASZD SZÖGRE A FUTÓCIPŐT,
TEKERJ CSALÁDODDAL, BARÁTAIDDAL VALAMELYIK
HANGULATOS KERÉKPÁRTÚRNÁKON!

Országúti kerékpárverseny és
bringatúra a Tisza-tó körül

8. Intersport
Tour de
Tisza-tó

MÁJUS 9.,
Tiszafüred, Halas tér
Táv:
65 km,
15 km



Tókerülő családi bringatúra

K&H mozdulj!
kerékpáros nap
Gárdony

MÁJUS 31.,
GÁRDONY
Sport Beach
Táv:
28 km



Bringázz a Hortobágyi
Nemzeti Parkban

Délibáb Mountain
Bike Maraton és
Bringatúra

JÚLIUS 11.,
HORTOBÁGY,
MÁTA
TÁV:
42 km, 22 km



Tavaszi ajándékok

a BOMBI KLUB-ban!

Gyűjtsd
a pontokat

a csomagolásról
és startolj rá
a tavaszi Bombi
ajándékokra.

Részletek: www.bombi.hu

beváltható a Bombi Klub-ban.
5
pont

MOZOGJ VELÜNK, ÉS NYISS A BOLDOSÁGRA!



A COCA-COLA TESTÉBRESZTŐ PROGRAM 2005 ÓTA DOLGOZIK AZON, HOGY MINÉL TÖBB EMBER FIGYELMÉT FELHÍVJA AZ AKTÍV, EGÉSZSÉGES ÉLETMÓDRA, A KALÓRIA-EGYENSÚLY ÉS A RENDSZERES MOZGÁS FONTOSÁGÁRA. A PROGRAM HIVATALOS HONLAPJÁN, A TESTÉBRESZTO.HU-N, SZÁMOS HASZNOS CIKKET, TIPPET ÉS TANÁCSOT TALÁLSZ. AKTIVITÁSODÉRT PONTOKAT GYŰJTHETSZ, AMELYEKET ÉRTÉKES ÉS EGYEDI TESTÉBRESZTŐ AJÁNDÉKOKRA VÁLTHATSZ. MOZDULJ ÉS REGISZTRÁLJ! LEGYEN NEKED IS TESTÉBRESZTŐ HÜSÉJKÁRTYÁD!



A legyőzhető távolság

30. Wizz Air Budapest Félmaraton

2015.09.13., Városliget

További infó: www.futanet.hu, facebook.com/budapestfelmaraton



A FUTÁS NAPJA!

30. SPAR BUDAPEST MARATON® FESZTIVÁL

2015. Október 10-11., 56-osok tere

ÚJDONSÁG!

ELŐSZÖR 2 NAPOS AZ ESEMÉNY!

SZOMBAT

- RISKÁ MINIMARATON (5 KM)
- DANONE MARATONKA (2700 M)
- SPAR GYALOGLÁS (2700 M)
- NESTLÉ CSALÁDI FUTÁS (600M)

WWW.FUTANET.HU

[FACEBOOK.COM/BUDAPESTMARATON](https://facebook.com/budapestmaraton)

VASÁRNAP

- 30. SPAR BUDAPEST MARATON® (42 KM)
- COCA-COLA TESTBRESZTŐ 30 KM
- FLORA MARATONSTAFETA (4 FŐS)
- 10KM **ÚJDONSÁG!**

