



MTTOSZ



MAGYAR TECHNIKAI ÉS TÖMEGSPORTKLUBOK ORSZÁGOS SZABADIDŐSPORT
SZÖVETSÉGE

1105 Budapest, Dér u. 16. T: 1-433-3920, mttosz@mttosz.eu, www.mttosz.eu

az MTTOSZ XXX. Virtus Vetélkedője programterv és versenykiírás

- Helyszín:** Budapest, Kőbánya, Kocsis Sándor Sportközpont, 1105 Bp. X. Ihász u.24. és a Csajkovszkij park.
- Kategóriák:** junior csapatok
felnőtt csapatok
szenior csapatok

A CSAPATOK ÖSSZEÁLLÍTÁSA

Csapatlétszám: 6 fő + 2 fő tartalék
Kísérő: 2 fő

Csapatok összetétele:

4 férfi, 2 nő és 1 férfi - 1 nő tartalék is nevezhető. (Célszerű élni vele, mert módot ad az esetleges túl fáradt csapattagok cseréjére. Akár versenyszámonként optimálisan módosítható így csapat összetétele úgy, hogy a feladathoz előírt nemek közti megoszlás biztosított legyen. Férfi versenyzőt természetesen nővel lehet helyettesíteni.)

A csapatok összeállítása korlátlan: az önkormányzati dolgozók, helyi sportolók, rendvédelmi szervek dolgozói, testnevelők, vagy az erejükről, ügyességükről egyébként ismert települési lakosok egyaránt képviselhetik településüket a versenyen, amelyre természetesen a település „legerősebb emberét”, a polgármestert, vagy helyettesét, csapatvezetőként várjuk! Egy település, klub több csapatot is indíthat.

Szükséges felszerelés:

Több váltás megfelelő, kényelmes sportcipő, sportruházat és védőfelszerelés javasolt a versenyzők számára. A súlyemeléssel járó számokhoz súlyemelő öv, védőkesztyű viselése ugyancsak javasolt.

A versenyen való részvétel feltétele:

a határidőre történő nevezés és a nevezési díj befizetése!

Nevezési határidő: 2024. augusztus 9. 12 óra

A nevezést az MTTOSZ posta címére, vagy az mttosz@mttosz.eu címre kell küldeni.

A nevezési díj :12.000.- Ft / csapat, (mely az ebéd hozzájárulást és az ásványvíz költségét is tartalmazza)

Fizetés mód: átutalással az MTTOSZ 10700543-48660808-51100005 sz. bankszámlájára vagy a helyszínen.



MTOSZ



MAGYAR TECHNIKAI ÉS TÖMEGSPORTKLUBOK ORSZÁGOS SZABADIDŐSPORT
SZÖVETSÉGE

1105 Budapest, Dér u. 16. T: 1-433-3920, mtosz@mtosz.eu, www.mtosz.eu

PROGRAMTERV

2024. augusztus 24. (szombat)

07:30- 9:00 a versenyhelyszínek kialakítása

09:00- Regisztráció. Csapat adatlapok, felelősségvállalási nyilatkozatok leadása, ebédjegyek átvétele

9:45 A versennyel kapcsolatos csapatvezetői tájékoztatók, (melyen legalább a csapatvezető, vagy megbízottja köteles részt venni)

10:15 Ünnepélyes megnyitó és a nemeshodosi énekkar bemutatója

10:30 Közös bemelegítés Borbély-Kontár Marianna testnevelő tanár vezetésével

10:45 A verseny helyszínekre indulás, majd a verseny lebonyolítása

13:30 Ebéd és pihenő

14:00 Ajándék sorsolás, kadétok közelharc bemutatója

14:30 E r e d m é n y h i r d e t é s,

15:00 Zárszó

V E R S E N Y K I Í R Á S

10:50 Elhelyezkedés a rajthelyeken

11:00-től a versenyszámok teljesítésének kezdete

I. Honvédelmi feladatok:

1. Lézer pisztoly lövészet Játékvezető (j.v.): SZABÓ PÉTER

Mind a 6 csapattag lő a csapatból 1-1 percig. Maximum 5 találatig. A jobbik eredmény számít. A lövéseket kb. 6 méterről adják le a versenyzők.

2. Légpuskás lövészet bukóalakra j.v.: SZÉLESI ZOLTÁN

Mind a 6 versenyzőnek 4 bukó célt kell leküzdenie öt lövésből. A csapatból mindenki részt a lövészetben.

Mindenkinek 2 sorozata van. A jobbik eredmények összege számít csapateredménynek.



MTOSZ



MAGYAR TECHNIKAI ÉS TÖMEGSPORTKLUBOK ORSZÁGOS SZABADIDŐSPORT SZÖVETSÉGE

1105 Budapest, Dér u. 16. T: 1-433-3920, mtosz@mtosz.eu, www.mtosz.eu

3. **Egyéni önvédelmi eszközök hajítása j.v.: Dr. ZÖLLEI ZOLTÁN alezredes.**
Álló alakot szimbolizáló táblára kés, „csillag penge” és szekerce hajítása, úgy, hogy az eszköz a táblában maradjon. Mindenki dob, minden eszközt kétszer.
4. **Kézigránát célba dobás j.v.: Dr EPERJESY ÉVA**
A gyakorló gránátok cél ablak kereten áthajítása, melyben minden csapattag részt vesz és mindenki 3-3 gránátot dob.
5. **Honvédelmi ismeretek quiz j.v.: HARCSÁR JUDIT**
A csapatok az első feladat helyszínén zárt borítékban megkapják a kitöltendő teszt(quiz) lapot, amit a második feladat helyszínére érkezve kell leadni. (Innen futár szedi össze és viszi a versenyirodára kiértékelés céljából. Minden kérdésre egy helyes válasz van.)
6. **Sebesült szállítás j.v.: MAGYAR MÁRIA**
Két versenyző egy társukat körbe cipelik időre egy kijelölt pályán, majd váltással indítják a másik két versenyzőt egy másik társukkal a pályán. A „sérült” nem teheti le a lábát sehol a cipelés közben, mert akkor vissza kell menni a pálya elejére.

II. Biztonsági feladatok

7. **Bűn- és baleset-megelőzési versenyszám j.v.: TAKÁCS ANNA százados(BRFK), az NBT képviselője**
8. **A Magyar Autóklub ügyességi versenye : OROSZ SAROLTA, a MAK szakági igazgatója**
(MAK) által berendezett ügyességi pályán az egész csapat versenyzik a MAK által adott elektromos rollerrel egymást váltva, időre. Értékelés: időre, hibapont + 5 sec

III. Erő-virtus-ügyességi feladatok

9. **Petrencés rúd tartása j.v.: PIRI TAMÁS**
2 férfi és 1 nő versenyez csapatonként. A férfiak időre petrencés rudat tartanak úgy, hogy a tartási idők összegződnek, amihez hozzáadódik egy súlyos „szatyor” megtartása a női versenyző által.
10. **Farönk-forgatás váltóverseny j.v.: LEBEK PÉTER**
a csapat minden tagja részt vesz, egyenként váltva egymást : a rönköt időre végig görgetik a pályán.
11. **Sífutás j.v.: NÉMETH DOMINIK**
A csapat tagjai együtt teljesítik időre a pályát, egy pár hat kötések sítalpon.



MTOSZ



MAGYAR TECHNIKAI ÉS TÖMEGSPORTKLUBOK ORSZÁGOS SZABADIDŐSPORT
SZÖVETSÉGE

1105 Budapest, Dér u. 16. T: 1-433-3920, mtosz@mtosz.eu, www.mtosz.eu

12. Autó húzás j.v.: NAGY JÓZSEF

Egy trélerre rakott 600 lóerős Nissan GTR Track Edition versenyautót húz végig a csapat a kijelölt egyenes pályán a rajttól a célvonalig, időre.

13. Darts j.v.: ANTAL LÁSZLÓ

A csapattagok a darts játékszabálya alapján teljesítik a feladatot. Mindenki 1 próbát és 3 „éles” dobást végez. A céltábla azon mezőinek az értéke adódik össze, amelyekben a tű benne maradt.

14. Csúszó-korong dobás j.v.: MIHALOVICS BERTALAN

A csúszó-korong „dobásban” minden csapattag részt vesz. Feladat a cél zóna minél pontosabb megközelítése. Mindenkinek 1 bemelegítő dobása mellett 2 verseny dobása lesz.

15. Zsák cipelés j.v. KADÉTOK

2 db 15 kg-os, (illetve 8 kg-os női) zsák körbe cipelése a 2xkb.10 m-es pályán váltóban 4 ffi és 2 nő időre

Értékelés: minden feladatnál megállapításra kerül a csapatok sorrendje az adott feladat teljesítésben elért eredmények alapján. Az egyes helyezési sorrendek adják a pontszámot az adott feladatra, így összesítésben az a csapat győz, aki a legkisebb pontszámot szerzi összesen. Holtversenyek esetén a kisebb helyezési számok pontszáma íródik be a csapatnak.

Csapat feladat: 2 nő és 4 férfi teljesít mindig, amikor nincs eltérő létszám megadva! Férfit nő helyettesítheti a tartalékok közül, de fordítva nem megengedett!

Kategóriák: junior 30 alatti, felnőtt 30-45 év közti, szenior 45 év feletti átlagéletkor a teljes - a tartalékokkal is kiegészített - csapattal számolva.

Díjazás: kategória első és az abszolút legjobb kupa és serleg. Oklevél és ajándék csomag minden résztvevő csapatnak. Különdíjak egyes versenyszámok legjobbjainak.

Versenyiroda: ELEK ESZTER, Dr. EPERJESY ÉVA, HARCSÁR JUDIT

Orvos: dr. KÁDÁR SÁNDOR

Hangosítás-fotó: BURGER GÁBOR

2024. július 10.

Nagy József s.k.
a szervező bizottság vezetője