

A Magyar Múugró Szakszövetség 2023. évi 3. Felnőtt EB, Felnőtt VB, Ifi EB válogató és ellenőrző versenye

A verseny rendezője: **Magyar Múugró Szakszövetség**
A verseny helye: **Magyar Múugró Szakszövetség**
A verseny időpontja: Duna Aréna Uszoda, 1138 Budapest, Népfürdő utca 36.
A verseny díjazása: 2023. április 15-16
Az I.-III. helyezett érem-, minden további résztvevő oklevéldíjazásban részesül

1.) **ELŐNEVEZÉS:** **2023. április 6. csütörtök éjfélig** e-mailben

(ildiko.orczan@hungariandiving.com).

2.) **VÉGLEGES NEVEZÉS:** **2023. április 11. kedd éjfélig** e-mailben, csatolt, szerkeszthető fájl formában.

Amennyiben az egyesület nem nyújtott be végső nevezést, a végleges nevezést a tabella leadás határidejével egy időben pótolni kell, melynek dátuma **2023. április 6. csütörtök éjfélig**.

Új indulót e dátum után fogadni nem tudunk.

3.) **A versenyen való indulás feltételei:**

- A résztvevő klub bírót nevezzen a versenyre **2023. április 6. csütörtök éjfélig, melyet a Szakszövetség e-mail címére / ildiko.orczan@hungariandiving.com /** kell megküldeni. Amennyiben az egyesület részéről a versenyen megoldhatatlan a bírói részvétel, úgy az a fenti határidőig előre jelzendő.

- A versenyen való indulás feltétele, hogy a versenyző a nevezést végző klub tagjaként érvényes versenyengedéllyel rendelkezzen (MOB-SIR regisztráció)!

- A versenyző érvényes sportorvosi igazolásának megléte.

Az aktuális versenynapon a verseny megkezdése előtt 1,5 órával köteles az érintett klub az érvényes sportorvosi igazolásokat bemutatni.

Amennyiben a versenyiroda sportorvosi adatbázisában a versenyző érvényes sportorvosi igazolással szerepel, úgy azt nem kell még egyszer bemutatni.

4.) **Nevezési díjak:** 1.000.-ft/fő/versenyszám és 1.000.-ft/fő/szinkronszám

A nevezési díjakra vonatkozó számlát a verseny után állítja ki a Szakszövetség, melyet banki átutalással kell rendezni a megadott határidőn belül.

5.) **Ugráslista (tabella) leadási határideje dátuma 2023. április 6.. csütörtök éjfélig.** A tabellákat a Dive Recorderre <http://www.diverecorder.co.uk> kérjük feltölteni!

A tabellák a versenyt megelőző nap (péntek!) délelőtt összesítésre és nyomtatásra kerülnek! Amennyiben korábban nem, az első versenynapon mappákba helyezve a kinyomtatott tabellákat a versenyiroda asztalánál lehet átvenni aláírásra, majd versenyiroda részére legkésőbb a verseny kezdetét megelőzően 1 órával vissza kell szolgáltatni.

Az utolsó 60 percben tabella átadása már nem lehetséges!

Amennyiben ez nem történik meg határidőre, úgy a versenyző nem vehet részt az aznapi versenyen.

Versenyzői tabella módosítására a versenynap első versenyszáma kezdete előtt 2 órával bezárólag van lehetőség. A módosított és kitöltött tabellát személyesen a versenyirodának vagy e-mailen kell eljuttatni határidőn belül. Ezen időn túl módosításra lehetőség nincs. Amennyiben a versenyző tabellaleadási határidőn belül módosít az ugrásain és új tabellát tölt fel a DiveRecorderre, jeleznie kell e-mailben a Szakszövetségnek.

A verseny programja

2023 április 15. Szombat

Edzés: 8.30-9.30

Bírói megbeszélés

Bevonulás a délelőtti számok résztvevőinek: 9.40

Verseny kezdete: 9.50

1. versenyszám: "MINI" fiú és leány műugrás
2. versenyszám: „E” kategóriás fiú és leány 1 méteres műugrás

Eredményhirdetés minden résztvevőnek

3. versenyszám: „D” kategóriás fiú és leány 1 méteres műugrás
4. versenyszám: „C” kategóriás fiú és leány 1 méteres műugrás

Eredményhirdetés az I-III. helyezetteknek

5. versenyszám: Masters korosztályonkénti férfi és női 1 méteres műugrás
Hobby I-II fiú-leány 1 méteres műugrás

Eredményhirdetés az I-III. helyezetteknek

Edzésszünet 45 perc

6. versenyszám: "A" és "B" kategóriás fiú és leány 3 méteres műugrás
7. versenyszám: Felnőtt férfi és női 3 méteres műugrás

Eredményhirdetés az I-III. helyezetteknek

Edzésszünet 25 perc

8. versenyszám: „A-B” kategóriás fiú és leány 3 méteres szinkron műugrás
Masters férfi és női 3 méteres szinkron műugrás

Eredményhirdetés az I-III. helyezetteknek

2023 április 16. Vasárnap

Edzés: 8.30-9.30

Bírói megbeszélés

Bevonulás a délelőtti számok résztvevőinek: 9.40

Verseny kezdete: 9.50

1. versenyszám: „E” kategóriás fiú és leány 3 méteres műugrás

Eredményhirdetés minden résztvevőnek

2. versenyszám: „A-B” kategóriás fiú és leány 1 méteres műugrás
3. versenyszám: Felnőtt férfi és női 1 méteres műugrás

Eredményhirdetés az I-III. helyezetteknek

Edzésszünet 60 perc

4. versenyszám: „D”, „C”, „B”, „A” fiú és leány toronyugrás

Eredményhirdetés az I-III. helyezetteknek

“MINI” fiú és leány műugrás: 7 évesek és fiatalabbak – 5 ugrás

A versenyszám nevezése nem a DR-en keresztül, hanem papíralapú egyéni tabella kitöltésével és elküldésével történik.

Az ugrások nehézségi foka egységesen egy egész.

Az ugrások sorrendje:

1. ugrás 100C esetén az ugrás csakis feltett kézzel indítható. A hock mozdulatot be kell mutatni, vagyis a versenyző gömbölyű háttal a testéhez húzza a térdben behajlított lábait és mindkét kezével az lábszár közepén megfogja a hockot. Az ugrás végén a lábak kiszúrása után, függőlegesen, feltett kézzel érkeznek a vízbe.

2. ugrás 200A esetén az ugrás csakis feltett kézzel indítható. Az ugrás végén az ugró, függőlegesen feltett kézzel érkeznek a vízbe.

3. ugrás a 171B, az ugró összefogott kézzel magas lábujjhegyről kezdje el a bedőlést. A vízbeérkezés előtt egyértelműen egyenesedjen ki.

4. ugrás 5101A, elvárás hogy az ugró feltett kézzel kezdje el az ugrást, a csavar után tegye ki oldalt a karját és vízbeérkezés közben is tartsa oldalt a karját.

5. ugrás 180C, a kiülésnél a hock mozdulatot be kell mutatni, vagyis a versenyző gömbölyű háttal a testéhez húzza a térdben behajlított lábait és mindkét kezével az lábszár közepén fogja meg a hockot. A nyitásnál csuka mozdulatra nyit, vagyis a lábait vízszintes helyzetbe szúrja ki, a kezeit oldalra teszi. Kiegyenesedve függőlegesen, oldalt tett kézzel kell a vízbe érkezni

„E” kategóriás fiú és leány 1 méteres műugrás: 2014-ben és később születettek, 6 ugrás

1. 171B
2. 271A
3. 281C / B
4. 5101A / 5201A
5. 100C/B vagy 101C
6. 200C/B vagy 401C

Az ugrásokat kötelező a fenti sorrendben és a Szakmai Bizottság által elfogadott, a végrehajtásra vonatkozó kritériumok alapján bemutatni.
Az „E” kategória edzése és versenyszáma a torony felőli 1 méteres deszkákon kerül lebonyolításra.

„E” kategóriás fiú és leány 3 méteres műugrás: 2014-ben és később születettek, 5 ugrás

1. 181C
2. 171B vagy 271A/B/C ugrások
3. 5101A vagy 5201A
4. 100C/B vagy 101C
5. 200C/B vagy 401C

Az ugrásokat kötelező a fenti sorrendben és a Szakmai Bizottság által elfogadott, a végrehajtásra vonatkozó kritériumok alapján bemutatni.

„D” kategóriás fiú és leány 1 méteres műugrás: 2012-ben és 2013-ban születettek
6 ugrás: 4+2

1. 101C vagy a nehézségi fok táblázatból választott bármely testtartással bemutatható szaltó vagy másfél vagy dupla.
2. 401C vagy a nehézségi fok táblázatból választott bármely testtartással bemutatható szaltó vagy másfél.
3. 201C vagy a nehézségi fok táblázatból választott bármely testtartással bemutatható szaltó vagy másfél, vagy egy hátra merülés. (Akinnek minden ugrása a nehézségi fok táblázatból van kiválasztva, és a hátra fejest hagyja ki a kötelezőkből, annak a 3. ugrása a 301C vagy bármely más Auerbach szaltó vagy másfél ugrás és a 4. lesz a csavar.)
4. 301C vagy a nehézségi fok táblázatból választott bármely testtartással bemutatható szaltó vagy másfél, vagy egy hátra merülés, vagy a nehézségi fok táblázatból kiválasztott csavar, vagy egy választható talpas csavar.
5. Bármely a nehézségi fok táblázatból választható szabadon vagy egy előre vagy hátra merülés (ami még nem volt)
6. Bármely a nehézségi fok táblázatból választható szabadon, (figyelembe véve a 4+2 csoportot,) vagy egy előre vagy hátra merülés (ami még nem volt.)

Az első 4 ugrás maximum nehézségi foka 7.2 lehet.

A választható ugrásokat, irányokat a megadott sorrendben kell végrehajtani.

„D” korcsoport fiú és leány toronyugrás 5m 3+2 ugrás,

Minimum program

171A/B

181C/B

271A/B/C

5101A/5201A

101C

401C

Az első három ugrás maximum nehézségi foka 5.7 lehet.

Az első 4 ugrásból 3-t kell választani, nehezebbeket lehet, a csavar nem kötelező.

Minimum 2 ugrást a nehézségi fok táblázatból kell választani.

Minimum 3 csoportból kell az ugrásokat bemutatni.

Az „E” kategóriás 1m,3m és „D” kategóriás 1m, torony versenyprogramban, de a hivatalos nehézségi fok táblában nem szereplő ugrások, merülések nehézségi fokai:

| | 1m | 3m | 5m |
|-------|-----|-----|-----|
| 100B | 0,5 | 0,7 | |
| 100C | 0,4 | 0,6 | |
| 200B | 0,8 | 1,0 | |
| 200C | 0,7 | 0,9 | |
| 171A | 0,5 | 0,7 | 0,9 |
| 171B | 0,6 | 0,8 | 1,0 |
| 181B | | 0,8 | 1,0 |
| 181C | | 0,7 | 0,9 |
| 271A | 0,7 | 1,0 | 1,3 |
| 271B | | 1,2 | 1,3 |
| 271C | | 1,1 | 1,3 |
| 281B | 0,8 | 1,2 | |
| 281C | 0,9 | 1,1 | |
| 5101A | 1,2 | 1,3 | 1,4 |
| 5201A | 1,3 | 1,4 | 1,5 |

A „C” „B” „A” és Felnőtt versenyszámokra a hivatalos World Aquatics versenyszabályok érvényesek.

A Felnőtt versenyszámokban felversenyzés kizárólag a „B” és „A” kategóriás versenyzőknek lehetséges az alábbiak szerint:

Felnőtt egyéni számok: férfiak 6 ugrás, nők 5 ugrás

1m minimális ugrás anyaga: 104C, 203C, 303C, 403C, 5221D/5122D, férfiaknak hatodik ugrás minimum 2,1 nehézségi fokú.

3m minimális ugrás anyaga: 105C, 203C, 303C, 403C, 5231D/5132D, férfiaknak hatodik ugrás minimum 2,0 nehézségi fokú.

Az arccal előre történő ugrásoknak rohamból kell történnie.

A Masters 1 méteres és 3 méteres szinkron versenyszám kategóriáit és ugrásszámait a nemzetközi szabályok határozzák meg.

Az I.-III. helyezettek éremdíjazásban, a további indulók oklevéldíjazásban részesülnek. Ha az eredményhirdetéseken az I.-III. helyezettek vesznek részt, az indulók okleveleit az egyesületek vezetőedzői kapják meg a verseny vagy a versenynapok végén.

Az előnevezés alapján egy becsült időrend készül, mely kiküldésre kerül az egyesületeknek.

Az esetleges versenyszám összevonásokról szóló információt az előnevezések beérkezése után kapják meg az érintettek.

Sok sikert és eredményes felkészülést kívánunk!

Magyar Műugró Szakszövetség