

III. BSI Balaton és FélBalaton Szupermaraton

2010. március 18-21.



600
FUTÓ
A BALATON
KÖRÜL

- 1. nap: Siófok - Fonyód 46,7 km
- 2. nap: Fonyód - Szigliget 52,9 km
- 3. nap: Badacsony - Balatonfüred 43,6 km
- 4. nap: Balatonfüred - Siófok 52,2 km

Indulhatunk?

„Legszívesebben már holnap indulnék tovább, a második körre” - mondta tavaly egy boldog egyéni célbaérkező Siófokon.

Én is így éreztem, mert a Balatont nem csak futóként, de szervezőként is fantasztikus dolog megkerülni. Ülök a motoron és átélem a futókkal együtt a 4 nap sokféle gyötrelmét, sokféle örömét.

Főleg a mezőny második felét kísérem. Csak néha jutok előre, de ott is vannak nehéz pillanatok, pedig ott főleg tapasztalt ultrások haladnak. A második felében meg a nagyon elszántak, akik talán nem a legjobb futóalkatúak, talán nem tökéletesen felkészültek, talán kicsit álmodozóak. Viszont ugyanúgy - na jó, kicsit lassabban - gyűrik a kilométereket.

Naponta látom a különbséget a táv eleje és a vége között. Már a mozgásról megállapítható, hogy a második vagy a negyedik napon járunk. Fáradat est, lankada futómozgás, csak a tekintet azonos: elszánt. Mindenki nagyon vágyik a célbaérkezésre, alig vesz tudomást a nehézségekről. Tényleg hitelt mondják, hogy megcsinálom.

Sajnos a könyörtelenség is az én feladatom, végleg megállítani azt, akit a lába már cserbenhagyott, csak a szíve visz előre. Nem kívánom senkinek ezeket a percek!

Szerencsére az indulók döntő többsége célbaér, és a fáradtsággal teli, de mérhetetlen elégedettségük láttán érzem én is, hogy legszívesebben már másnap indulnék a második körre.

Szervezőtársaim nevében kívánok mindenkinek felejthetetlen balatoni napokat.

Kocsis Árpád
versenyigazgató

Shall we start?

„I would certainly go for another round tomorrow, if it was possible” - said a happy individual finisher last year in Siófok.

I felt the same way, because it is a fantastic feeling to get round the Lake Balaton, not only running but also as an organiser; sitting on a small motorbike, sharing all the sufferings and joy of the runners during those four days.

I was following mainly the second half of the runners.

I don't usually get to see the first half of them, however, they also have difficult moments despite the fact that they are mostly experienced ultrarunners. The second half of the runners consists of determined runners, who might not have the perfect athlete body, might not be absolutely prepared, who are probably dreamers. However, they proceed just like the experienced ones, maybe a bit slower.

I can see the difference between the beginning and the end of the distances every day. Based on the motion of the runners you can easily tell whether it is the second or the fourth day. The body gets tired, the motion languishes, only the look remains as determined as it was at the start line. Everybody yearns to cross the finish line, they tend to look through difficulties. They are sure that they will do it.

Unfortunately I have to be the merciless one, who stops those whose heart wants to run but whose feet are no longer able to carry on. These are horrible moments.

Fortunately the majority of the runners do reach the finish line. Feeling how tired yet content they are I do wish I could start it over again the following day.

On the behalf of my fellow organisers I wish everyone unforgettable days at the Lake Balaton.

Kocsis Árpád
race director



Rajt	Váltóhely	Frissítőállomás	Vasúti átkelő	Közüti átkelő
Start	Relaypoint	Refreshment station	Railway crossing	Motorway crossing

SNICKERS

BOSZ
magazin

BUDAPEST
FUNZINE

Balatoni-parti Kft.,
Siófok város
önkormányzata



A BSI BALATON SZUPERMARATON SZABÁLYAI

I. ÚTVONAL

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

Kiemelt figyelemmel kell áthaladni akkor, amikor a kijelölt útvonal főútvonalon halad (Balatonrendesen kb. 700 m, itt bójásor választja el a futópályát a közlekedőktől), illetve amikor főútvonalat (71-es út, áthaladás rendőri utasításnak megfelelően) vagy vasúti sít keresztez (áthaladás polgárőri utasításnak megfelelően).

Ezek a helyeken a rendőri, illetve a versenybírói utasításokat figyelembe vételével kell haladni! A 71-es úton történő áthaladáskor rendőri irányítja a forgalmat, a futó biztonságos áthaladását szem előtt tartva. A vasúti átjáró piros jelzésekor, illetve annak hiányában a vonat közeledtekor a polgárőr a futót fogja megállítani. Mindkét esetben csak a rendőri/polgárőr egyértelmű jelzésére lehet csak folytatni a teljesítést.

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 aznapi versenyt köteles feladni, de másnap rajthoz állhat. A versenyt feladónak kötelességük a záró buszra 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 sávost az útpálya menetirány szerinti jobb oldalát használhatják. A kerékpárutakon az út jobb szélén kell haladni! Ahol a kerékpárút a járdán halad, ott kell futni.

Amennyiben az úton bármilyen jármű közlekedik, 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 útvonalon halad, a versenyzők biztonsága érdekében tilos futás közben fülhallgatón keresztül zenét hallgatni. A szabályt megszegőket a rendezőség időbüntetéssel (VIII/a), többszöri figyelmeztetés után kizárással büntetheti.

I/d. A füzet tartalmaz minden naphoz egy részletes itinert, valamint az útvonal térképvázlatát is, amit a futó magával vihet. 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 km-ként. Minden nap jelöljük az aznapi maratoni távot. Az útvonalon jelöljük a teljes táv 50., 100., 150. kilométerét is.

I/e. Az útvonal követésében segítenek a balatoni kerékpárút jelzései és a BSI által kihelyezett irányító táblák:



zöld alapon sárga

II. RAJT/CÉL

II/a. A térképvázlatoknál 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. március 18. csütörtök

| rajt: 11:00

| versenyiroda nyit: 8:30

helyszín: Siófok, Hotel Aranypart tó felőli oldalán. Minden résztvevő egyszerre indul. cél: Fonyód, vasútállomás tó felőli oldalán lévő parkoló

II/c. március 19. péntek

| rajt: 10:15

| versenyiroda nyit: 8:30

helyszín: az előző napi céllal megegyező helyszínen, Fonyód, vasútállomás tó felőli oldalán lévő parkoló. A résztvevők az előző napi eredményük alapján kialakított párokban indulnak, 10 mp-kénti indítással. A párok kialakításánál az egyéni és csapateredményeket egyformán bíráljuk el. A maraton+ 2. napi résztvevői a tervezett idejüknek megfelelően kerülnek besorolásra. A rajtlistát a rajtszínpad közelében függesztjük ki, a szpiker szólítja az indulókat. cél: Szigliget, vár alatti parkoló.

II/d. március 20. szombat

| rajt: 10:00

| versenyiroda nyit: 8:00

helyszín: Badacsony, MOL kút.

A résztvevők az összesített eredményük alapján kialakított párokban indulnak, 10 mp-kénti indítással. A párok kialakításánál a az egyéni és csapateredményeket egyformán bíráljuk el. A maraton+ 3. napi, valamint a FélBalaton

Szupermaraton minden távjának résztvevői a tervezett idejüknek megfelelően kerülnek besorolásra. A rajtlistát a rajtszínpad közelében függesztjük ki, a szpiker szólítja az indulókat. cél: Balatonfüred, Tagore sétány.

II/e. március 21. szombat

| rajt1 (egyéni futók és lassabb csapatok): 8:00

| versenyiroda nyit: 7:00

Minden egyéni résztvevő egyszerre indul, valamint az eredmények alapján a lassabban futó csapatok is. Az érintett csapatok listáját a Hotel Uni recepciójánál 20-án este kifüggesztjük. A maraton+ 4. napi indulói is ekkor rajtolnak, valamint azon váltók is, amelyeknek az 1. futója egyben egyéni teljesítő is.

rajt2 (csapatok): 8:30

A váltó csapatok egyszerre indulnak. cél: Siófok, Hotel Aranypart tó felőli oldalán.

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

II/g. A napi rajtok előtt az egyéni versenyzőknek a rajtnál található versenyirodán a rajt előtt legkésőbb fél órával meg kell erősíteniük indulási szándékukat, a váltók és párosok vezetői kötelesek leadni a csapat aznapi futási sorrendjét. Azok az egyéni indulók, akik transzfert vesznek igénybe, a rajthoz tartó buszon is megtehetik ezt.

III. VERSENYZŐK KÍSÉRÉSE, FRISSÍTÉS

III/a. A versenyben résztvevő csapatok kísérését ellátó gépkocsik részére megkülönböztető jelzést (útvonal-engedély) adunk ki, amelyet kötelesek jól láthatóan a járművön elhelyezni, mert csak ezzel jogosultak a versenyszabályokban előírt formában történő kíséret ellátására. Az egyéni és váltó/páros futók gépkocsival történő közvetlen, folyamatos kísérése tilos!

A teljesítők kerékpáros kísérői részére szintén megkülönböztető jelzést (útvonalengedély) adunk ki, amelyet kötelesek jól láthatóan a kerékpáron elhelyezni.

A kerékpárral történő közvetlen, folyamatos kísérés a futó mögött haladva megengedett, naponta az 1. frissítőállomástól!

A kísérő jármű nem akadályozhatja a többi résztvevőt, illetve az úton haladó egyéb járművet, gyalogost. A versenyzőket kísérő gépjárműveket, ahol a futóútvonal kerékpárúton halad, a KRESZ szabályainak megfelelően nem engedjük behajtani a kerékpárútra. A rajt, cél és a váltóhelyek környékén a kísérőautók parkolásánál kérjük a kiadott térképvázlatoknál található útmutatásokat figyelembe venni.

III/b. 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 az egyéni indulóknak és párosoknak, valamint külön asztala a csapatoknak. Minden frissítőállomás egységes felépítésű, először az egyéni és páros futók frissítőasztala, majd a váltók frissítője található.

Egyéni frissítő leadására a napi rajt előtt 30 perccel a rajt előtt van lehetőség.

A versenyközpontban a frissítőállomás számát és az állomásig teljesített táv feliratát tartalmazó gyűjtőlábadában kell elhelyezni, feltüntetve rajta a rajtszámot. Egyéni frissítőt minden induló leadhat, melyeket a verseny szervezői a kiválasztott frissítőállomáson kihelyeznek. A gépjárműből történő frissítés csak a jármű álló helyzetében, a KRESZ parkolásra vonatkozó előírásainak maradéktalan betartásával engedélyezett.

III/c. A frissítőállomások tervezett választéka:

egyéni és páros: víz, izoital, szőlőcukor, gyümölcs, aszalt gyümölcs, kenyér, kóla, só, chips/ropi, csokoládé, müzliszelet

váltók: víz, izoital, szőlőcukor, gyümölcs

IV. IDŐMÉRÉS, EREDMÉNYEK

IV/a. Az időmérés a SPORTIdent rendszerével, a tájfutó versenyeken használatos „dugóka” segítségével történik. A szerkezet letéti díja 6000 Ft, melyet a rajtcsomag felvételekor kell leadni. A letétet aszföldi célbaérkezéskor adjuk vissza, illetve a maraton+ teljesítőknek a napi célbaérkezéskor. A versenyt véglegesen feladók a napi célban tudják visszaváltani.

IV/b. A dugókát az újra húzva kell viselni. A rajtcsomag átvételekor lehetőség van a kipróbálásra, melyhez a versenyiroda dolgozói segítséget nyújtanak. Egyben a rajtcsomag átadásakor történik a dugókák nullázása is.

IV/c. Az 1. napon mindenkinek azonos a rajtideje, a 2. és 3. napon a rajtkapuban lévő érintéssel mindenki maga indítja a napi idejét, a 4. napon a két rajthoz rendelünk külön-külön rajtidőt. Az útvonalon a váltóhelyeken lesznek érintési pontok. A váltóknak a váltózónába érkezéskor kell érinteni, majd a dugóka és a csapatraajtszám átadásával váltani. A váltóhelyen az egyéni indulók a frissítőasztaluk előtt találják az érintési pontot, nekik is minden váltóhelynél érinteni kell.

IV/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 célbaérkezés után közvetlenül a célnál újabb érintési pont lesz, majd a versenyirodában kinyerjük a szerkezetből az aznapi adatokat, majd nullázzuk is, így másnap mindenki „üres” dugókaival állhat rajthoz.

IV/e. Minden nap az aznapi és az összesített versenyeredményeket kifüggesztjük a BSI hivatalos szálláshelyein, illetve a másnapi rajtoknál. Az eredmények között szerepeltetjük a versenyt feladni

kényszerülő indulók eredményeit is, helyezések nélkül. Az eredményhirdetésben csak a teljes versenytávot teljesítők eredményeit vesszük figyelembe.

V. SZINTIDŐ, A VERSENY FELADÁSA

V/a. Az egyes napi szakaszokra, illetve a napi váltóhelyekre szintidőt állítunk fel. A limitidő lejártakor a versenyzőnek/csatának az aznapi versenyt be kell fejeznie. A versenyt a következő napon tovább folytathatja, de kategóriájában nem kerül értékelésre. Lehetőség van a napi táv feladására. Ebben az esetben a versenyt a következő napon tovább folytathatja, de kategóriájában nem kerül értékelésre. A váltóhelyek személyzete a szintidőt túllépő résztvevőt nem engedik tovább, a záróbusz szállítja tovább a célba.

1. nap (6 óra)

- 1. váltóhelyig 7:00 perc/km (12:45)
- 2. váltóhelyig 7:30 perc/km (14:45)
- 1. napi célig 8:00 perc/km (17:01)

2. nap (7 óra 18 perc)

- 1. váltóhelyig 7:20 perc/km (12:22)
- 2. váltóhelyig 7:40 perc/km (14:25)
- 2. napi célig 8:15 perc/km (17:18)

3. nap (5 óra 46 perc)

- 1. váltóhelyig 7:10 perc/km (11:50)
- 2. váltóhelyig 7:40 perc/km (14:01)
- 3. napi célig 8:10 perc/km 15:46)

4. nap (egyéni: 7 óra, csapat: 6 óra 30 perc)

- 1. váltóhelyig 7:30 perc/km (10:29)
- 2. váltóhelyig 8:10 perc/km (12:44)
- 4. napi célig 8:40 perc/km (14:59)

V/b. A résztávot/a versenyt feladó, illetve az idő-limitet túllépő résztvevők eredményeit az utolsó időmérési ponton történő áthaladás idejét és az addig megtett távot figyelembe véve szerepeltetjük az eredménylistában, helyezések 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 válthatják vissza.

VI. 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. 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 versenyzőket a rendezőség azonnal kizárhatja.

VII. IDŐJÓVÁÍRÁS

VII/a. A versenyben indulóknak időjövőírás a következő esetben jár: Vasúti átgátló tilos jelzésekor, illetve a versenybíró utasításának megfelelően, a biztonságos áthaladás érdekében történő várakozáskor. Ha a futót a versenybíró megállítja, feljegyzni a rajtszámát, a megállás és továbbhaladás idejét.

VII/b. Az időjövőírásra a versenybíró jelentése alapján aznap kerül sor.

VIII. IDŐBÜNTETÉS

A szabályok megszegőit az alábbi büntetésekkel sújthatjuk:

VIII/a. Közlekedési szabályok megszegése

- vasúti átgátló tilos jelzése ellenére, illetve a versenybírói tiltás ellenére történő áthaladás: azonnali kizárás a versenyből
- tiltott zenehallgatás esetén 10 perc időbüntetés, 3 figyelmeztetés után kizárás.
- kísérőjármű behajtása tiltott területre, illetve a forgalomirányítók tiltása ellenére: 15 perces időbüntetés alkalmanként

- kísérőjármű váltóhelyen való szabálytalan megállása, illetve a versenyzők közötti áthaladása: 10 perces időbüntetés alkalmanként
- kísérőjármű út szélén történő szabálytalan parkolása esetén: 3 perces időbüntetés alkalmanként
- kísérő kerékpáros más versenyzőt akadályoz, 10 perces időbüntetés alkalmanként

VIII/b. Versenyszabályok megszegése

- a versenyző - jogtalan előny megszerzése érdekében - bárminemű közlekedési eszközön történő szállítása esetén: azonnali kizárás a versenyből
- mozgó gépjárműből történő frissítés esetén: 15 perc alkalmanként
- kísérőgépjármű érvényes útvonalengedély nélkül kísér és frissít: 15 perces időbüntetés alkalmanként
- a versenyzőt a kísérője nem a III/a. pontnak megfelelően kíséri, illetve frissíti: 15 perces időbüntetés alkalmanként
- a versenyző a mentirány szerinti bal oldalon halad: 3 perces időbüntetés alkalmanként
- a versenyző nem a kijelölt útvonalon halad: 3 perces időbüntetés alkalmanként

VIII/c. A szabálytalanságokat elkövetők, illetve érintett versenyzők büntetése első sorban 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 versenybírószak döntése megfellebbezhetetlen.

VIII/d. Óvást benyújtani az egyes napi versenyekre vonatkozóan a célnál található versenyirodán a verseny zárási ideje után egy órán belül lehet. Óvást az egyéni versenyző személyesen, a váltó, illetve a páros esetében a csapat vezetője nyújthat be. Az óvás díja 10.000, azaz tízezer HUF. 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 versenybírószak tagjai: Kocsis Árpád, Máth István, Tamás Krisztián, Korfanti Csaba

IX. A VÁLTÓVERSENY SPECIÁLIS SZABÁLYAI

IX/a. A váltók versenyében a vegyes csapatok a férfiak között 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 utána 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 csapatnak a verseny többi résztvevőjét nem zavarva kell eljutnia. Az elváltott versenyzőnek az előváltás helyét a verseny többi résztvevőjét nem zavarva kell elhagynia. A szabálytalanul váltó csapatot a versenyből kizárhatjuk. Az előváltást a váltás vezetőjének előre jelenteni kell.

IX/d. Egyéni induló legfeljebb egy csapatnak lehet a tagja.

X. EGYÉB SZABÁLYOK, INFORMÁCIÓK

X/a. Napi teendők

A napi rajtok előtt a versenyzőknek a rajtnál található versenyirodán a rajt előtt legkésőbb fél órával meg kell erősíteniük indulási szándékukat, a váltók és párosok csapatvezetői kötelesek leadni a csapat aznapi futási sorrendjét. Azok az egyéni indulók, akik transzfert vesznek igénybe, a buszon is megtehetik ezt.

X/b. Rajtszám, kísérek megkülönböztető jelzésének viselése

A futók a rajtszámukat, a kísérek (gépjármű, kerékpár) a nekik biztosított megkülönböztető jelzést 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. Az egyéni versenyzők a futóruházat mell és hátrészén, a csapatok tagjai a csapat rajtszámot triatlonos gumival rögzítve (a rendezőség biztosítja) szabadon, a csapattag az egyéni rajtszámát a futóruházat mellrészén kötelesek elhelyezni.

X/c. Öltöző

1. nap: rajt: Siófok, Hotel Aranypart
cél: Fonyód: nők a Tourinform épületében, a férfiak sátrakban
2. nap: rajt: Fonyód: nők a Tourinform épületében, a férfiak sátrakban
cél: Szigliget: a célterület mellett felállított sátrakban,
3. nap: rajt: Badacsony: a rajtterület mellett felállított sátrakban.
cél: Balatonfüred: a célterület mellett felállított sátrakban, illetve a Hotel Uniban.
4. nap: rajt: Balatonfüred: a rajtterület mellett felállított sátrakban.
cél: Siófok, Hotel Aranypart
A váltóhelyeken minden nap a helyszínen felállított sátrakban.

X/d. Ruhatár

Az egyéni indulók rajtnál leadott csomagjait a célba átszállítjuk. A csapatok maguk oldják meg a csomagok szállítását.

X/e. Gyűrés

Az egyéni résztvevők számára a napi célba érkezés

után kb. 15 perces masszázis igénybevételére nyílik lehetőség. Az ingyenes gyűrés a rajtszám bemutatásával lehet igénybe venni. A gyűrésre a célterületen vagy az annak közelében kialakított gyűrópontokon kell jelentkezni, célba érkezés után.
1. nap: Fonyód: a céltól kb. 200 m-re, a Mátyás Király Gimnáziumban 18:00-ig
2. nap: Szigliget: a céltól kb. 100 m-re a faluházban 18:00-ig
3. nap: Balatonfüred: a céltól kb. 500 m-re, a Hotel Uniban, 18:00-ig
4. nap: Siófok, Hotel Aranypart, 16:00-ig

X/f. Befutóérem átvétele

Az egyéni teljesítők a befutáskor kapják meg az egyedi érmüket.
A Siófoki célban az egyéni teljesítőkről befutókép készül.
A csapatok a befutás után a Hotel Aranypart 1. emeletén vehetik át az érmet, ahol csapattót is készítünk róluk.

X/g. Szállás

A versenyhivatalos szállodái:
március 18-án: Siófok, Hotel Aranypart, Beszédes J. sétány 82., tel: 06/84/519-450
március 19-20-án: Balatonfüred, Hotel Uni, Széchenyi u. 10., tel: 06/87/581360

X/h. Segítség, információ:

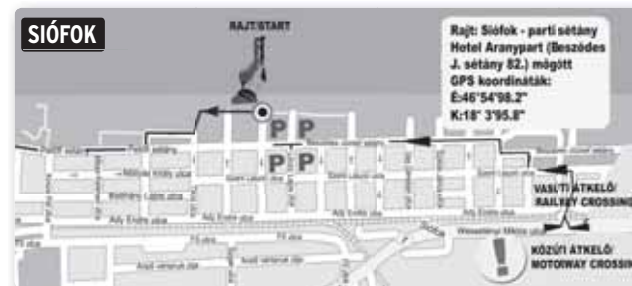
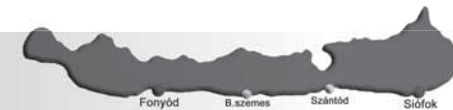
A versenyre akkreditált orvosok, valamint a rendezőség tagjainak segítsége a versenytáv teljesítésének időszakában igénybe vehető telefonon is. A telefonszámok a rajtszámok hátoldalán is fel lesznek tüntetve.

Orvos: +36/30/747-4053 (OXY TEAM)

BSI: +36/20/9651966

Kérünk minden résztvevőt, hogy lehetőség szerint a napi szakaszra vigyék magukkal mobiltelefonjukat!

1. napi útvonal térképvázlatok/ 1st day maps



Rajt megközelítése autóval: 7-es

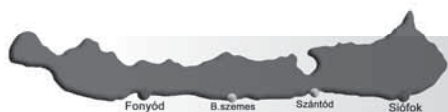
úton Szabadifürdő vasútállomás után (kb. 1,5 km) jobbra át a vasúton (Darnay K. tér), 100m után Szent László úton balra, 200m után Hermann O. utcán jobbra, 100m után Beszédes József sétányon balra, kb. 400m a versenyközpontig.

Parkolás: A Hotel Aranypart B épülete előtt, Lóczy Lajos, Szent László utcákban.

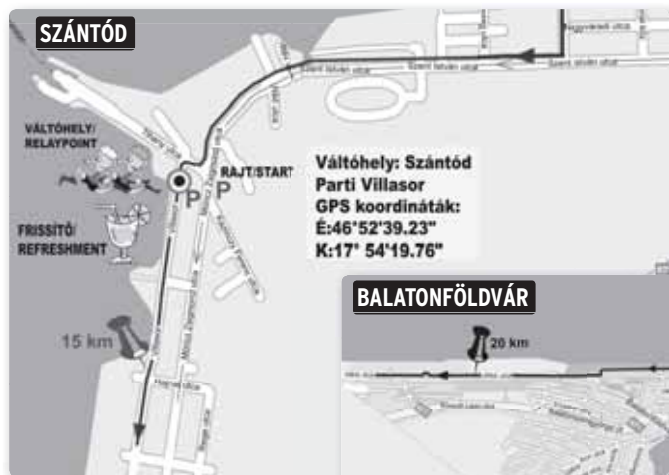
Getting to the start by car: on

road number 7 after the railway station of Szabadifürdő (cca. 1,5 km) turn right through the railway (Darnay K. Square), after 100 m turn left on Szent László Street, after 200 m turn right on Hermann O. Street, after 100 m turn left on Beszédes József Promenade, about 400 meters to the race centre.

Parking: In front of Building B of Hotel Aranypart, Lóczy Lajos, Szent László Streets.

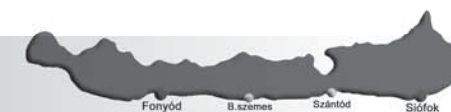


1. napi útvonal térképvázlatok/ 1st day maps



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.



1. napi útvonal térképvázlatok/ 1st day maps



Cél megközelítése autóval: A 7-es úton Fonyód vasútállomás után jobbra a kikötő felé, a sínek után újra jobbra a Fürdő utcára.
Parkolás: A Fürdő utcában a céltól a kikötő felé eső területen.
Getting to the relay point by car: On road number 7 turn right towards the port after the railway station of Fonyód, after the rails turn right on Fürdő Street.
Parking: In Fürdő Street on the area from the finish towards the port.

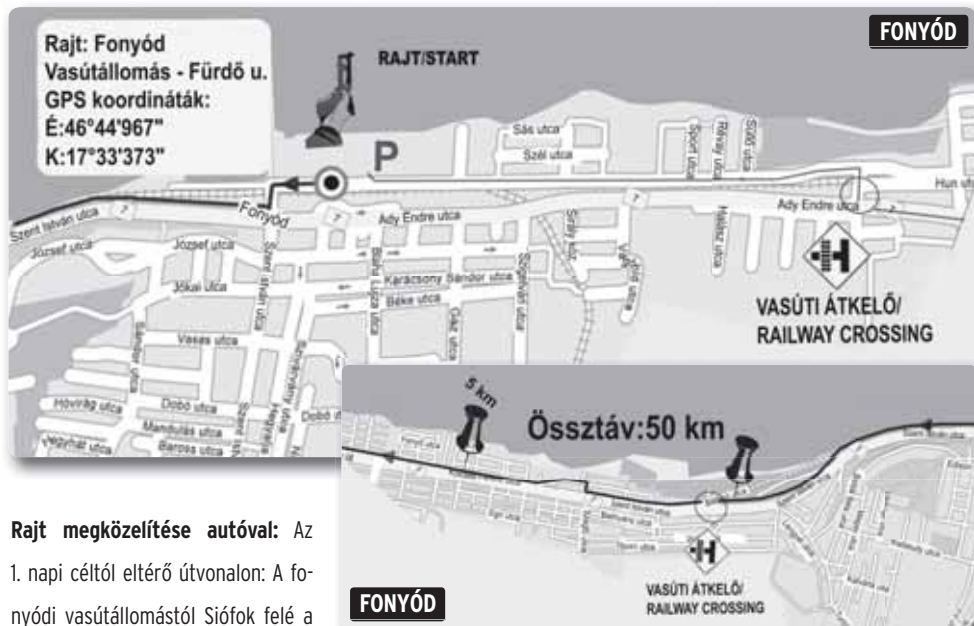
A 2. váltóhely megközelítése autóval: B.szemes végén a 7-es úton a körforgalom után, az első utcán jobbra, a vasúton átkelve a Semmelweis és az Arany J. utcák kereszteződésében van a váltóhely.
Parkolás: A vasúton átkelve, az Arany J. utcán jobbra.
Getting to the relay point by car: At the end of Balatonszemes 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.



2. napi útvonal térképvázlatok/ 2nd day maps



2. napi útvonal térképvázlatok/ 2nd day maps

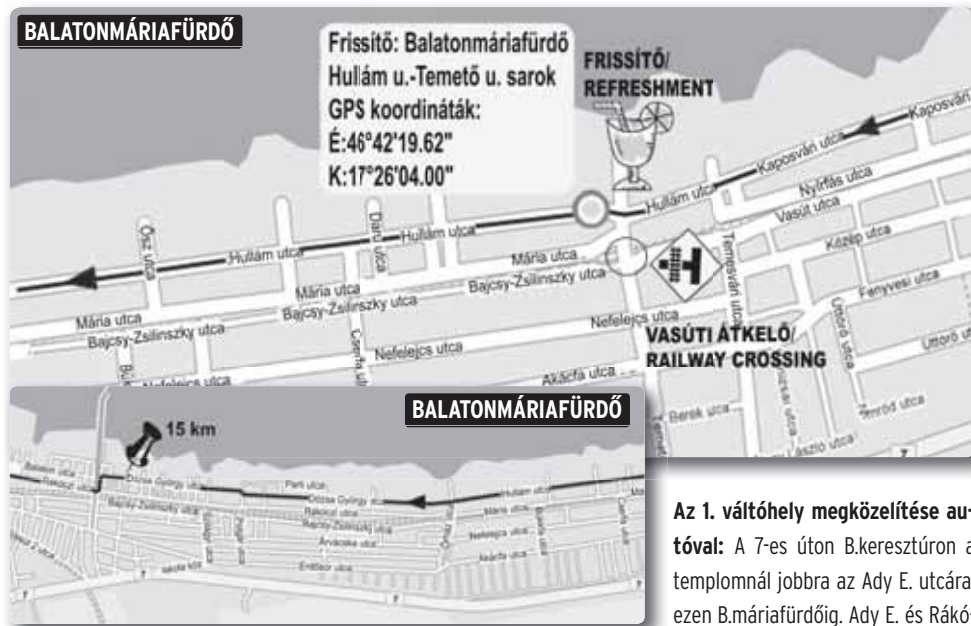


Rajt megközelítése autóval: Az 1. napi céltól eltérő útvonalon: A fonyódi vasútállomástól Siófok felé a 7-es úton az első lehetőségénél balra, a Fűrdő utcán balra, kb. 1500m.

Parkolás: A Fűrdő utcában a rajttól Siófok felé eső területen.

Getting to the start by car: On a different course from the finish of Day 1: At the first possibility after the Fonyód railway station towards Siófok turn left from road number 7, turn left on Fűrdő Street, cca 1500 m.

Parking: In Fűrdő Street from on the area from the start towards Siófok.



Az 1. váltóhely megközelítése autóval: A 7-es úton B.keresztúron a templomnál jobbra az Ady E. utcára, ezen B.máriafürdőig. Ady E. és Rákóczi u. kereszteződésében van a váltóhely.

Parkolás: B.máriafürdőn a 2. Vasúti átkelés után jobbra és balra a Rákóczi u. előtt.

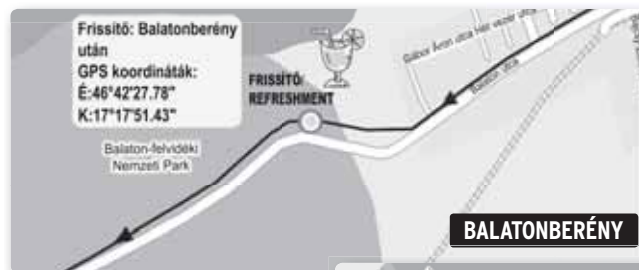
Getting to the relay point by car: On road number 7 at Balatonkeresztúr turn right at the church to Ady E. Street, on this go until Balaton Máriafürdő. The relay point is in the junction of Ady E. and Rákóczi Streets.

Parking: At Balaton Máriafürdő right and left after the 2. railway crossing before Rákóczi Street.

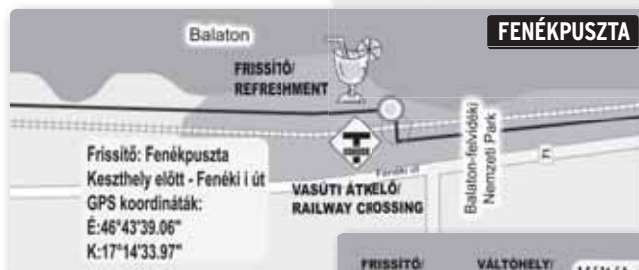




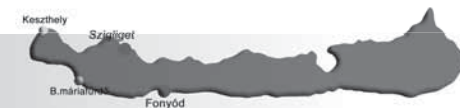
2. napi útvonal térképvázlatok/ 2nd day maps



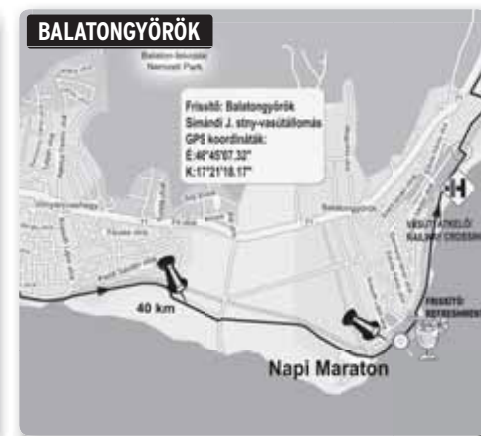
A 2. váltóhely megközelítése autóval: A 7-es út, 71-es út, Keszthely (Fenéki út), Csárda utcán jobbra, egészen le a partig.
Parkolás: A vasúton átkelve a parkolóban.



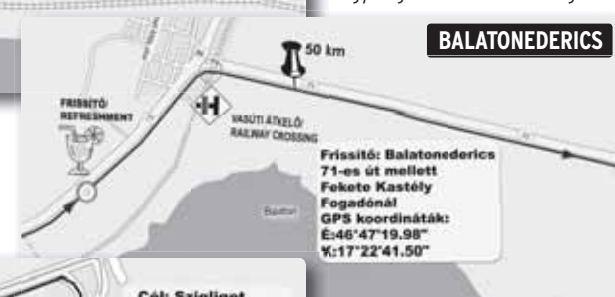
Getting to the relay point by car: Right on road number 7, road number 71 at Keszthely (Fenéki Street), on Csárda Street right until the shore.
Parking: In the parking place after crossing the railway.



2. napi útvonal térképvázlatok/ 2nd day maps



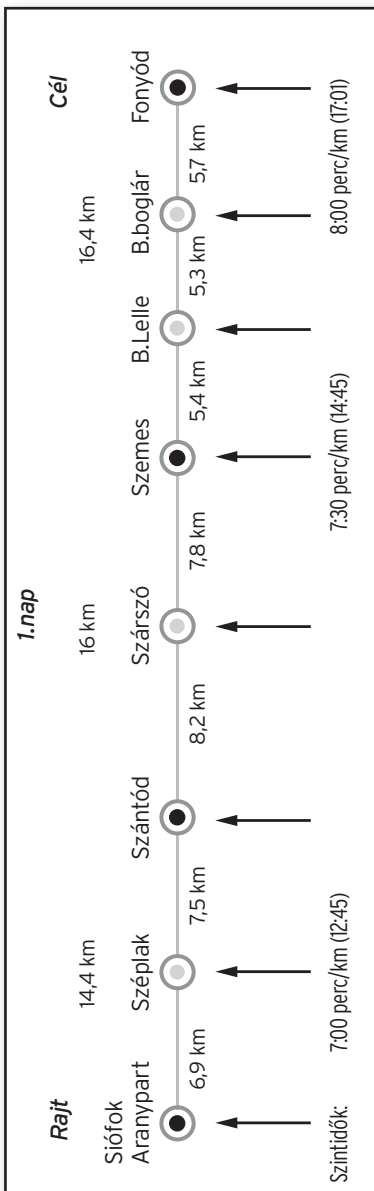
Cél megközelítése autóval: A 71-es útról Szigliget felé jobbra (Kossuth u.).
Parkolás: A 71-es útról letérve a Kossuth u. elején, innen tovább gyalog a vár alatt levő célig.



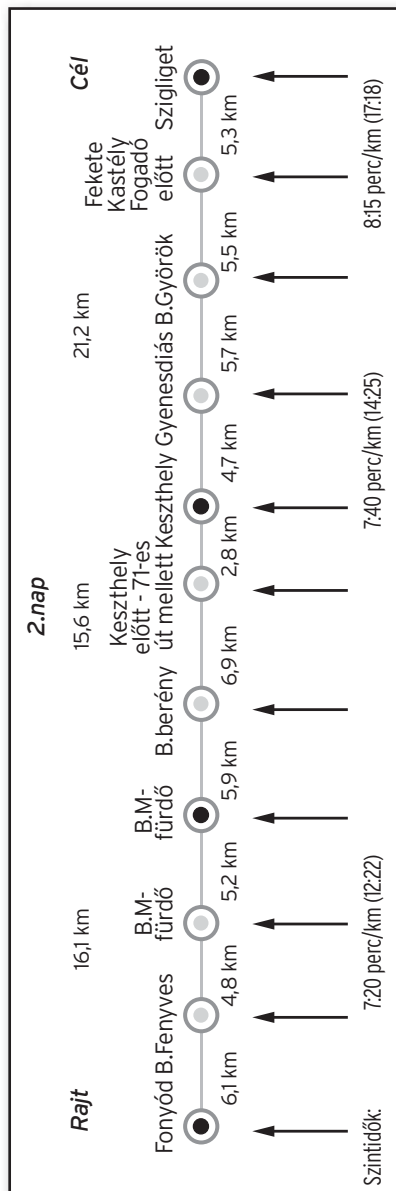
Getting to the finish by car: From road number 71 right towards Szigliget (Kossuth Street).
Parking: At the beginning of Kossuth Street when turning from road number 71; from here on foot until the finish right below the castle.

- váltóhely / relay point
○ frissítő / refreshment station

1-2. napi szakaszok / 1-2nd days stages

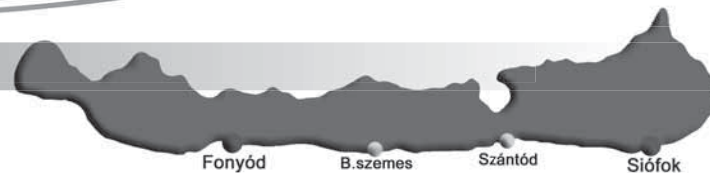


Települések sorrendje: Siófok-Balatonszéplak-Zamárdi-Szántód-Balatonföldvár-Balatonszemes-Balatonlelle-Balatonboglár-Fonyód
Kísérőknek a rajttól a célig: leggyorsabb a települések között a 7-es főutat használni, a váltóhelyek megközelítését részletesen a napi térképeknél találod.



Települések sorrendje: Fonyód-Bélatelep-Balatonfenyves-Balatonmáriafürdő-Balatonberény-Fenekpuszta-Keszthely-Yonyarvashegy-Balatongyörök-Szigliget
Kísérőknek a rajttól a célig: Balatonkeresztúrig 7-es főút, a körforgalomtól Zalaegerszeg felé a 76-os út, majd Keszthely felé a 71-es út. A váltóhelyek megközelítését részletesen a napi térképeknél találod.

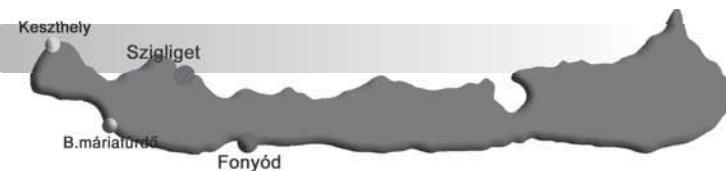
1. NAPI ITINER



	TÁV	LEÍRÁS	GPS KOORDINÁTÁK
RAJT	0 km	RAJT, SIÓFOK, Balatonpart, Hotel Aranypart / START SIÓFOK, Balaton coast, Hotel Aranypart	É:46°54'98.2" K:18°3'95.8"
	0,27 km	bal kanyar a Tátra utcára / turn left on Tátra Street	
	0,37 km	jobb kanyar a Sze/ (0-1,78 km bicycle friendly PUBLIC ROAD with the exception of the coming on Ezüstpart (Silver Coast)stván sétányra / turn right on Szent István Promenade	
	0,54 km	bal kanyar a Táncsics M. utcára / turn left on Táncsics M. Street	
	0,6 km	jobb kanyar a Petőfi sétányra / turn right on Petőfi Promenade	
	1,65 km	bal kanyar a Mártírok útjára / turn left on Mártírok Street	
	2 km	jobb kanyar a Fenyves sorra (híd) / turn right on Fenyves Road (bridge)	
	2,3 km	körforgalom a Vitorlász utcában / roundabout in Vitorlász Street	
	2,48 km	bal kanyar az Erkel F. utcára / turn left on Erkel F. Street	
	2,95 km	jobb kanyar a Bethlen G. utcára / turn right on Bethlen G. Street	
	3,04 km	bal kanyar a Szigliget utcára / turn left on Szigliget Street	
	3,54 km	jobb kanyar az Arany J. utcára / turn right on Arany J. Street	
	3,64 km	bal kanyar a Deák F. sétányra / turn left on Deák F. Promenade	
	5,82 km	Ezüstpart kempingnél kis híd füves réten keresztül FÖLDÚT / little bridge at the camping on Ezüstpart, TRAIL through a grass field	
	5,93 km	Bimbó utca / Bimbó street	
	6,89 km	bal kanyar az Orgona utcára / turn left on Orgona Street	
FRISSTŐ 1	6,93 km	FRISSTŐ az Orgona utca Rózsa utca sarkán, jobb kanyar a Rózsa utcára, majd a Dessewffy A. utcán / REFRESHMENT STATION at the corner of Orgona and Rózsa Street, turn right on Rózsa Street and then on Dessewffy A. Street	É:46°53'41.98" K:17°59'28.71"
	9,98 km	jobb kanyar a József A. utcára / turn right on József A. Street	
	10,18 km	bal kanyar a Kiss Ernő utcára / turn left on Kiss Ernő Street	
	10,78 km	jobb kanyar az I. közön a part felé / turn right on I. köz towards the shore	
	10,86 km	bal kanyar a parton (SÁRGA KAVICSOS ÚT) / turn left on the shore (ON THE YELLOW GRAVEL ROAD)	
	12,97 km	sárga kavics vége, innen BETONKOCKÁS ÚT / end of yellow gravel, from here on the CONCRETE CUBIC road	
	13,2 km	betonkockás rész végén bal kanyar a Harcsa utcára / end of concrete cubic road, at the end turn left on Harcsa Street	
	13,38 km	jobb kanyar Szent István utcával párhuzamosan futó KERÉKPÁRÚTra / turn right to the BICYCLE ROAD running parallel with Szent István Street	
	13,88 km	SZÁNTÓD	
	14,32 km	jobb kanyar a Tihany utcára (újra KÖZÚT) / turn right to Tihany Street (PUBLIC ROAD again)	
VÁLTÓHELY 1	14,4 km	bal kanyar a Parti villasorra / turn left to the villa line on the shore RELAY AREA	É:46°52'39.23" K:17°54'19.76"
FRISSTŐ 2			
	15,56 km	bal kanyar a Rigó utcára / turn left to Rigó Street	
	15,67 km	jobb kanyar a Móricz Zs. utcára / turn right on Móricz Zs. Street	
	15,95 km	jobbra tartunk a Gyulai J. utcára / keep to the right to Gyulai J. Street	
	16,63 km	BALATONFÖLDVÁR, Rákóczi F. utca / BALATONFÖLDVÁR Rákóczi F. Street	
	17,99 km	jobb kanyar BALATONFÖLDVÁR hajóállomásnál a part felé / turn right at Balatonföldvár quay towards the shore	
	18,04 km	bal kanyar a Kvassay sétányra (SÁRGA KAVICSOS ÚT) / turn left to Kvassay Promenade (YELLOW GRAVEL ROAD)	
	18,95 km	bal kanyar a Rákóczi F. utca felé (KÖZÚT) / turn left towards Rákóczi F. Street (PUBLIC ROAD)	
	19 km	jobb kanyar a Rákóczi utcára, majd tovább a Jókai utcán / turn right towards Rákóczi Street and then along Jókai Street	

	20,18 km	BALATONSZÁRSZÓ, Jókai utca / BALATONSZÁRSZÓ, Jókai Street	
FRISÍTŐ ⑤	22,6 km	FRISÍTŐ BALATONSZÁRSZÓ vasútállomás MOZI mellett / BALATONSZÁRSZÓ railway station REFRESHMENT station next to the CINEMA	É:46°49'56.96" K:17°49'46.93"
	23,2 km	jobbra tartunk a Mikszáth K. utcában / keep to the right in the Mikszáth Street	
	23,25 km	bal kanyar a Berzsényi D. utcára / turn left to the Berzsényi D. Street	
	24,7 km	bal kanyar a Kaza utcára / turn left to Kaza Street	
	24,8 km	LÁMPÁS, SOROMPÓS VASÚTI ÁTJÁRÓ / RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP AND RAIL	
	24,95 km	jobb kanyar a 7-es úttal párhuzamos KERÉKPÁRÚTRA / turn right to the BICYCLE ROAD running parallel with road number 7	
	25,5 km	7-es út szőládi körforgalom / road number 7, roundabout in Szőlád	
	26,2 km	BALATONŐSZÖD vége után jobbra tart a kerékpárút / after the sign marking the end of BALATONŐSZÖD the bicycle road keeps to the right	
	26,95 km	Bagolyvár utca KÖZÚT / Bagolyvár Street PUBLIC ROAD	
	27,65 km	jobb kanyar Szabadság utcára / turn right to Szabadság Street	
	27,72 km	bal kanyar a Kisfaludy utcára / turn left to Kisfaludy Street	
	28 km	jobb kanyar a Kikötő utcára / turn right to Kikötő Street	
	28,1 km	LÁMPÁS, SOROMPÓS VASÚTI ÁTJÁRÓ / RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP AND RAIL	
	28,25 km	bal kanyar az Ady E. utcára / turn left to Ady E. Street	
	28,41 km	jobb kanyar a Vak Bottyán utcára / turn right to Vak Bottyán Street	
	28,42 km	bal kanyar a Berzsényi D. utcára / turn left to Berzsényi D. Street	
	30,2 km	bal kanyar a Berzsényi D. utca végén / turn left at the end of Berzsényi D. Street	
	30,25 km	jobb kanyar a Semmelweis utcára / turn right on Semmelweis Street	
VÁLTÓHELY ② FRISÍTŐ ④	30,5 km	Semmelweis utca végén VÁLTÓHELY, bal kanyarral tovább / At the end of Semmelweis Street RELAY AREA, run along with a left turn	É:46°48'03.93" K:17°44'45.88"
	30,56 km	jobb kanyar az Arany J. utcára / turn right on Arany J. Street	
	32,75 km	BALATONLELLE felső állomás a Köztársaság utcában / BALATONLELLE Felső Station in the Köztársaság Street	
	34,56 km	jobb kanyar Balatonlelle állomásnál / turn right at the Balatonlelle train station	
	34,77 km	bal kanyar a Napospart utcára / turn left on Napospart Street	
	35,06 km	bal kanyar a Napsugár utcára / turn left on Napsugár Street	
	35,53 km	bal kanyar a Szent István utcára / turn left on Szent István Street	
	35,62 km	jobb kanyar a Honvéd utcára / turn right on Honvéd Street	
FRISÍTŐ ⑤	35,83 km	FRISÍTŐ Hotel Lelle, a Honvéd u. 24. előtt / Hotel Lelle REFRESHMENT STATION, in front of 24. Honvéd Street	É:46°47'12.63" K:17°41'01.10"
	38,7 km	jobbra tartunk a Kodály Z. utcában / keep right in Kodály Z. Street	
	38,72 km	bal kanyar a Hunyadi J. utcára / turn left on Hunyadi J. Street, at the end follow ahead on József A. street	
FRISÍTŐ ⑥	41,15 km	Liget u. vége FRISÍTŐ, innen tovább KERÉKPÁRÚT, bal kanyar / at the end of Liget Street REFRESHMENT STATION, from here on BICYCLE ROAD	É:46°46'08.63" K:17°37'30.68"
	41,18 km	jobb kanyar / turn right	
	41,38 km	jobb kanyar / turn right	
	41,42 km	bal kanyar a kis hídon át / turn left on the small bridge	
	41,62 km	Mecsek utca KÖZÚT / Mecsek Street PUBLIC ROAD	
	42,8 km	balra tartunk a kerékpárútra / keep left to the bicycle road	
	43,5 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	
	43,6 km	bal kanyar az Árpád partra / turn left to Árpád Shore	
	44,94 km	Árpád part végén bal kanyar a Hunyadi utcára / at the end of Árpád Shore turn left to Hunyadi Street	
	45,15 km	jobb kanyar az Endresz Gy. Utcára, majd tovább a Fürdő utcán / turn right to Endresz Gy. Street and then further on Fürdő Street	
	46,8 km	CÉL a parkolóban, FONYÓD állomásnál / FINISH in the car parking at FONYÓD railway station	É:46°44'967" K:17°33'373"

2. NAPI ITINER



	TÁV	LEÍRÁS	GPS KOORDINÁTÁK
RAJT	0 km	FONYÓD, vasútállomás 7-es út felőli oldala, Fatehén Pub / START FONYÓD railway station on the side of road number 7, Fatehén Pub	
	2,15 km	Bélatelep vasútállomás / Bélatelep railway station	
	50 km	a jobb kanyar előtti épület TS fehér végénél	
	3,26 km	jobb kanyar a vasút felé a Nádas Étteremnél / turn right towards the railway at Nádas Restaurant	
	3,3 km	GYALOGOS VASÚTI ÁTJÁRÓ KORLÁTRENSZERREL / 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	
	4,55 km	BALATONFENYVES	
FRISÍTŐ ①	6,14 km	Kölcsey F. utca Pozsony utca kereszteződés FRISÍTŐ / REFRESHMENT STATION at the crossing of Kölcsey F. and Pozsony Street	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	
	10,8 km	BALATONMÁRIAFÜRDŐ	
FRISÍTŐ ②	10,9 km	jobbra tartunk a Hullám utcában, István Étterem és Panzió előtt, FRISÍTŐ Dózsa Gy. Utca / keep right in Hullám Street, in front of István Restaurant and Pension, REFRESHMENT STATION along Dózsa Gy. Street	
	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	
VÁLTÓHELY ① FRISÍTŐ ③	16,15 km	Rákóczi u. Ady E. u. sarok előtti Rezeda sörkertnél VÁLTÓHELY / RELAY AREA at Rezeda Beer Garden in Rákóczi and Ady E. Street crossing	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	
	20,9 km	BALATONBERÉNY vége / Balatonberény end sign	
FRISÍTŐ ④	22 km	Kócsag kemping elágazás után kb. 200 m FRISÍTŐ / next to junction of Kócsag camping REFRESHMENT STATION about 200 m	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 ÁTJÁRÓ 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 ÁTJÁRÓ / RAILWAY CROSSING WITHOUT ANY PROTECTION	
FRISSTŐ	28,95 km	FRISSTŐ / REFRESHMENT STATION 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	É:46°43'39.06" K:17°14'33.97"
VÁLTÓHELY	31,7 km	Helikon strand előtti parkoló VÁLTÓHELY / RELAY AREA in the parking place in front of Helikon beach	É:46°45'04.06" K:17°14'39.30"
FRISSTŐ	32,2 km	jobb kanyar a behajtani tilos tábla felé / turn right towards the no entry sign	
	33,7 km	Hotel Via, bal kanyar a kis hídon át / Hotel Via, turn left over the little bridge	
	34,3 km	kereszteződés a Főnix vitorlás kikötőhöz / crossing towards the Főnix sail harbour	
FRISSTŐ	36,4 km	bal kanyar a Madách Imre utcánál, a Bringa tanyánál FRISSTŐ / turn left at Madách Imre Street, REFRESHMENT STATION at Bringa tanya (bicycle farm)	É:46°45'50.45" K:17°17'26.72"
	36,5 km	LÁMPÁS SOROMPÓS VASÚTI ÁTJÁRÓ 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	VONYARCVASHEGY, Arany J. utca / VONYARCVASHEGY, Arany J. Street	
	38,5 km	jobb kanyarral LÁMPÁS SOROMPÓS VASÚTI ÁTJÁRÓ / RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP AND RAIL with a right turn	
	41,5 km	jobb, majd bal kanyar a Böngyér utcába KERÉKPÁRBARÁT ÚT / a right then a left turn in Böngyér Street BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	41,8 km	minigolf pályától KERÉKPÁR ÚT / BICYCLE ROAD from the minigolf course	
FRISSTŐ	42,1 km	BALATONGYÖRÖK állomás, FRISSTŐ / BALATONGYÖRÖK station, REFRESHMENT STATION	É:46°45'07.32" K:17°21'18.17"
	44,4 km	bal kanyarral SOROMPÓS VASÚTI ÁTJÁRÓ, majd jobb kanyar / RAILWAY CROSSING WITH A RAIL after a left turn, then a right turn	
	45,4 km	bal kanyar a 71-es út felé KÖZÚT / turn left towards road number 71 PUBLIC ROAD	
	45,9 km	a 71-es útnál jobb kanyar a KERÉKPÁRÚTRA / at road number 71 turn right towards the BICYCLE ROAD	
FRISSTŐ	47,6 km	Fekete Kastély Fogadónál a 71-es út mellett FRISSTŐ / 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	GYALOGOS VASÚTI ÁTJÁRÓ a sárvári elágazásnál / PEDESTRIAN RAILWAY CROSSING at the junction of Sárvár	
	52,5 km	jobb kanyar a szigligeti elágazás előtti aszfalt úton KERÉKPÁRBARÁT ÚT / turn right on the concrete road before the junction of Szigliget BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	52,7 km	kereszteződés a SZIGLIGETRE vezető úttal, innen bazaltkőves 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	52,9 km	SZIGLIGETI VÁR ALATTI PARKOLÓ, Kisfaludy utca / FINISH IN THE PARKING PLACE UNDER THE SZIGLIGET CASTLE, Kisfaludy Street	É:46°48'20" K:17°26'053"

3. NAPI ITINER



	TÁV	LEÍRÁS	GPS KOORDINÁTÁK
RAJT	0 km	BADACSONY, vasútállomás előtt a 71-es út melletti parkolóból / START at BADACSONY railway station from the parking place near road number 71	É:46°47'23" K:17°30'370"
	100 km	a rajt után a járdán utolsó előtti villanyoszlop előtt 5 m TS	
	0,54 km	BADACSONY vége / BADACSONY end sign	
	2,17 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	KERÉKPÁRÚT a 71-es mellett / BICYCLE ROAD near road number 71	
	3,3 km	BADACSONYÖRS / BADACSONYÖRS	
	5,7 km	jobb kanyarral LÁMPÁS VASÚTI ÁTJÁRÓN átkelés / turn right crossing through a RAILWAY WITH A TRAFFIC LAMP	
	5,8 km	jobb, majd bal kanyar KERÉKPÁRBARÁT ÚT Virág utca / right and then left turn BICYCLE FRIENDLY ROAD Virág Street	
	6,5 km	bal kanyar, majd jobb kanyar / turn left and then right	
FRISSTŐ	7 km	ÁBRAHÁMHEGY vasútállomás Keszthely felőli végénél FRISSTŐ, Vasút utca / REFRESHMENT STATION on ÁBRAHÁMHEGY railway station from Keszthely end	É:46°48'47.66" K:17°34'17.97"
	7,4 km	balra tart az út / the road leads to the left	
	7,7 km	balra tart a FÖLDES ÚT / the TRAIL leads to the left	
	7,8 km	KERÉKPÁRÚT / BICYCLE ROAD	
	8,4 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	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!! Tereleküppokkal elválasztva / PUBLIC ROAD!! Divided by barriers.	
	9,4 km	jobb kanyar a 2. Pálkövei elágazásnál, bal kanyar a KERÉKPÁRÚTRA / turn right at the 2. Pálköve junction, turn left on the BICYCLE ROAD	
	10,6 km	Avanti benzinkút / Avanti petrol station	
	11,6 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	KERÉKPÁRBARÁT út a révülpői helytörténeti gyűjteménytől / BICYCLE FRIENDLY ROAD from the Regional History collection of Révülpő	
	12,9 km	jobb kanyar a Halász utcánál / turn right at Halász Street	
	13 km	bal kanyar a Sziget utcára / turn left to Sziget Street	
VÁLTÓHELY	13,5 km	VÁLTÓHELY, majd bal kanyar a vasút felé a Bodonyi K. utcánál, / RELAY AREA, then turn left towards the railway at Bodonyi K. Street	É:46°49'43.86" K:17°38'25.17"
FRISSTŐ		LÁMPÁS VASÚTI ÁTKELŐ / RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP	
	13,6 km	jobb kanyar a KERÉKPÁRÚTRA / turn right to the bicycle road	
	14 km	bal kanyarral átkelés a 71-es úton, a Kacsajosi úti felüljárónál majd jobb kanyarral tovább / turn left crossing road number 71 at the overpass on Kacsajos Street then with a right turn further on	
	16,2 km	bal kanyar Balatonszepezdre beérve / turn left when arriving at Balatonszepezd	
	16,3 km	jobb kanyar a KERÉKPÁRBARÁT ÚTRA (Révülpői utca) / turn right on the BICYCLE FRIENDLY ROAD (Révülpői Street)	
	16,7 km	bal kanyar a 71-es út melletti járdára / turn left to the pavement beside road number 71	
	16,8 km	jobb kanyar a Honvéd utcára / turn right to Honvéd Street	
	18,4 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	



4. NAPI ITINER

FRISSTŐ	20 km	ZÁNKA, Rétescsárda FRISSTŐTől bal kanyarral tovább / ZÁNKA, Rétescsárda, REFRESHMENT STATION, further on with a left turn	É:46°52'14.43" K:17°41'00.55"
	201 km	jobb kanyar a Várkúti útra / turn right to Várkúti Street	
	21,2 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	jobb kanyar a 71-es út melletti kerékpárúton / turn right on the BICYCLE ROAD beside road number 71	
	22,3 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	Ifjúsági tábor bekötő útja / subsidiary road to the youth camp	
	25,7 km	jobb kanyarral átkelés a 71-es úton / crossing road number 71 with a right turn	
FRISSTŐ	25,8 km	jobb kanyar a Petőfi S. utcára FRISSTŐ KERÉKPÁRBARÁT ÚT / turn right to Petőfi S. street REFRESHMENT PONT BICYCLE FRIENDLY ROAD	É:46°52'51.22" K:17°44'49.85"
	25,9 km	bal kanyar a vasútállomásnál / turn left at the railway station	
	26,3 km	jobb kanyar, majd bal kanyar a Vasút utcára / right turn then left turn to Vasút Street	
	27,7 km	bal kanyar a 71-es út felé / turn left towards road number 71	
	28,5 km	jobb kanyar a Mandula csárdánál a KERÉKPÁRÚTRA / turn right at the Mandula Pub to the BICYCLE ROAD	
VÁLTÓHELY FRISSTŐ	30,5 km	jobb kanyar a Kiliánteleg felé vezető útra VÁLTÓHELY a KERÉKPÁRBARÁT ÚTON / turn right towards the road leading to Kiliánteleg RELAY AREA	É:46°53'49.12" K:17°47'17.28"
	30,9 km	bal kanyar a Gesztenye sorra / turn left to Gesztenye Row	
BALATONUDVARI			
	32,5 km	bal kanyar a Levendula utcára a postánál / turn left at Levendula Street at the post office	
	32,7 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	
	32,9 km	balra tartva kerüljük a templomot / we go around the church keeping to the left	
	33,1 km	jobb kanyar a ravatolozónál a focipálya TF végénél / turn right at the mortuary at the end of the football field	
	33,2 km	bal kanyar a kerékpárúton / turn left on the bicycle road	
	34,4 km	éles jobb kanyar ÖRVÉNYESEN a Szent Imre utcánál / sharp right turn in ÖRVÉNYES at Szent Imre Street	
	34,5 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	innen KERÉKPÁRBARÁT ÚT / from here on BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	35,8 km	újra KERÉKPÁRÚT / BICYCLE ROAD again	
	36,1 km	jobb kanyar a go-kart pályánál, KERÉKPÁRBARÁT ÚTRA / turn right at the go-kart field to BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	36,2 km	bal kanyar a Vasútállomásnál / turn left at the Railway Station	
	36,6 km	jobb kanyar a 71-es út előtti járdára / turn right on the pavement before road number 71	
	36,7 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 Kúes Street	
FRISSTŐ	37 km	Kúes utca végén bal kanyar FRISSTŐ / left turn at the end of Kúes Street REFRESHMENT STATION	É:46°55'19.02" K:17°50'21.08"
	37,05 km	jobb kanyar a KERÉKPÁR ÚTRA / turn right on the BICYCLE ROAD	
	38,4 km	átkelés a TIHANY felé vezető úton / crossing the road leading towards Tihany	
	38,9 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	bal kanyar a KERÉKPÁRÚTON vissza a 71-es felé / turn left on the BICYCLE ROAD back towards road number 71	
	39,4 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	BALATONFÜREDEN KERÉKPÁRBARÁT úton (2 sávos, komoly forgalommal) egyenesen tovább / at BALATONFÜRED on BICYCLE FRIENDLY ROAD (with 2 lanes, heavy traffic)	
	41,2 km	termelő üzemek / production factories	
	41,9 km	Füred Kemping főbejárat / Füred Camping main entrance	
	43 km	jobbra tart a Zákony Ferenc utcán / keep to the right in Zákony Ferenc Street	
	43,5 km	Tagore sétány molo sarok, tovább egyenesen a sétányon	
CÉL	43,6 km	a Tagore sétányon a Kíslalud szoborhoz vezető sárga kavicsos sétánynál	

RAJT	TÁV	LEÍRÁS	GPS KOORDINÁTÁK
	0 km	a Tagore sétányon a Kíslalud szoborhoz vezető sárga kavicsos sétánynál a KERÉKPÁRÚTON / START on Tagore Promenade, on the yellow gravel	É:46°57'248" K:17°53'663"
	0,7 km	jobb kanyar a Tagore stny. végén, tovább a KERÉKPÁRBARÁT ÚTON, Aranyhíd sétányon / turn right at the end of Tagore Promenade, on the BICYCLE FRIENDLY ROAD on Aranyhíd Promenade	
	1,5 km	bal kanyar a Germering utcára / turn left to Germering Street	
	1,7 km	KERÉKPÁR ÚT sárga sávval elválasztva szintben / BICYCLE ROAD divided by a yellow lane	
	2,3 km	jobbra letérés a KERÉKPÁR útra / right turn to the BICYCLE ROAD	
	4 km	jobb kanyar, a 71-es út melletti KERÉKPÁRÚTON tovább / turn right, further on the BICYCLE ROAD beside road number 71	
	4,4 km	bal kanyar CSOPAKON a MH továbbképző központnál KERÉKPÁRBARÁT ÚTON, Forrás utca / turn left at CSOPAK at the post graduate center of the Hungarian Army on BICYCLE FRIENDLY ROAD, Forrás Street	
	4,8 km	jobb kanyar a Kőkorsó utcára / turn right on Kőkorsó Street	
	5,2 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)	
FRISSTŐ	5,7 km	FRISSTŐ a Fürdő utca sarkánál, jobb kanyar a Fürdő utcára, bal kanyarral tovább az Ifjúság sétányon / REFRESHMENT STATION at the corner of Fürdő Street, turn right on Fürő Street, with a left turn further on Ifjúság Promenade	É:46°58'11.89" K:17°56'06.52"
	6,1 km	bal kanyarral a Sport utcába / turn left to Sport Street	
	6,7 km	jobb kanyar a 71-es út előtt a KERÉKPÁRÚTRA 150 KM / right turn to the BICYCLE ROAD beside road number 71 (150KM)	
	7,6 km	a paloznaki elágazástól KERÉKPÁRBARÁT ÚT, Vörösparti sor, majd Szerdahelyi utca / BICYCLE FRIENDLY ROAD from the junction of Paloznak, Vörösparti Lane then Szerdahelyi Street	
	9,2 km	a vasúti átkelő előtt jobb kanyar a Vasút utcára / turn right before the railway crossing to Vasút Street	
FRISSTŐ	11,1 km	FRISSTŐ a Riviéra kempingnél a Strand sétány végénél / REFRESHMENT STATION at the Riviera Camping at the end of Strand Promenade	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	
	11,2 km	jobb kanyar, tovább KERÉKPÁRÚT / turn right, further on the BICYCLE ROAD	
	14 km	KÁPTALANFÜRED állomásnál LÁMPÁS SOROMPÓS VASÚTI ÁTKELŐ / at KÁPTALANFÜRED railway station RAILWAY CROSSING WITH A LAMP AND RAIL	
	14,3 km	jobb, majd rögtön bal kanyar a Kőcsag utcára, a kerékpárút a járdán / right and then immediately left turn to Kőcsag Street, bicycle road on the pavement	
	15,5 km	bal, majd jobb kanyar ALMÁDIBAN a foci pályánál, innen KERÉKPÁRBARÁT ÚT, Véghegyi D. utca / left and then right turn at the football field in ALMÁDI, from here BICYCLE FRIENDLY ROAD, Véghegyi D. Street	
	16,4 km	jobb kanyar a tenispályák után a Wesselényi Strand felé, diszburkolaton / turn right after the tennis courts towards Wesselényi Open air pool on the decoration pavement	
	16,5 km	bal kanyar a strand bejáratánál, majd végig jobbra tartva haladunk / turn left at the entrance of the pool and then keep always to the right	
	16,8 km	bal kanyar az Almádi Yach Klub épületnél, majd jobb kanyar a Séta utcára / turn left at the building of Almádi Yacht Club, then turn right to Séta Street	
VÁLTÓHELY	16,9 km	VÁLTÓHELY / RELAY AREA	É:47°01'42.46" K:18°01'16.48"
FRISSTŐ	17,1 km	jobb kanyar a vasúti átkelő előtt a Neptun utcára / turn right before the railway crossing to Neptun Street	
	17,6 km	tovább egyenesen a Nereus Park Hotel mellett az Eötvös utcán / straight ahead on Eötvös Street near Nereus Park Hotel	
	18 km	bal kanyar / turn left	
	18,1 km	LÁMPÁS VASÚTI ÁTKELŐ, majd jobb kanyar / RAILWAY CROSSING WITH A LAMP then turn right	
	19 km	Fórum bevásárlóközpont jobb kanyar, majd bal kanyar a KERÉKPÁRÚTRA / turn right at Fórum shopping center, then turn left to the BICYCLE ROAD	
	21,5 km	jobb kanyar, a Zrínyi M. utcára, majd a Kölcsey Ferenc utcán balra KERÉKPÁRBARÁT ÚTON / turn right to Zrínyi M. street, then left on Kölcsey Ferenc Street on BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	21,6 km	jobb kanyar a Radnóti M. utcára / turn right on Radnóti M. Street	
	22,1 km	bal kanyar a Simon I. utcára / turn left on Simon I. Street	
	22,4 km	éles jobb kanyar a Jankovics u. végén / sharp right turn at the end of Jankovics Street	
FRISSTŐ	22,5 km	FRISSTŐ a József A. u. végénél a füves részen / REFRESHMENT STATION at the end of József A. Street on the part covered with grass	É:47°03'43.15" K:18°01'45.53"
	22,6 km	BIZTOSÍTÁS NÉLKÜLI VASÚTI ÁTKELŐ után tovább a KERÉKPÁRÚTON / RAILWAY CROSSING WITHOUT SECURITY, then further on the BICYCLE ROAD	
	22,9 km-től	KERÉKPÁRBARÁT ÚT / BICYCLE FRIENDLY ROAD	

	23,2 km	BALATONFÜZFŐ vasútállomás Keszthely felőli végétől, murvás út mellett megy az aszfaltos KERÉKPÁRÚT / BALATONFÜZFŐ railways station from Keszthely end, the concrete BICYCLE ROAD goes beside the gravel road	
	24,1 km	Sirály vendéglőtől a Sirály utcában KERÉKPÁRBARÁT ÚT / on Sirály Street from Sirály Restaurant BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	24,7 km	bal kanyar az Edit büfénél, majd jobb kanyar a Fürdő parkolóján keresztül / turn left at Edit Buffet then with a right turn through the parking place of the Bath	
	25 km	LÁMPÁS VASÚTI ÁTKELŐ / RAILWAY CROSSING WITH A TRAFFIC LAMP	
	25,1 km	a 71-es út előtt jobb kanyar / turn right before road number 71	
	25,4 km	bal kanyarral átkelés a 71-es úton / with a left turn crossing road number 71	
	25,5 km	KERÉKPÁR ÚT A KISERDŐBEN / BICYCLE ROAD in the forest	
	27,5 km	KERÉKPÁRBARÁT ÚT / BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	27,7 km	tovább egyenesen KERÉKPÁRÚT A JÁRDÁN / straight ahead BICYCLE ROAD ON THE PAVEMENT	
	28,8 km	jobb kanyarral átkelés a 71-es úton / crossing road number 71 with a right turn	
		LÁMPÁS VASÚTI ÁTKELŐ	
FRISÍTŐ	28,9 km	bal kanyar a Kikötő utcára FRISÍTŐ KERÉKPÁRBARÁT ÚTON TOVÁBB / turn left to Kikötő Street REFRESHMENT STATION further BICYCLE FRIENDLY ROAD	É:47°01'59.87" K:18°05'35.80"
	30,1 km	jobb kanyar a vasúti átjáró előtt, KERÉKPÁRÚT a járdán / turn right before the railway crossing, BICYCLE ROAD on the pavement	
	30,6 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	
	31,2 km	jobb kanyar a Vasút utcáról az Altelki utcára / turn right from Vasút street to Altelki street	
	32,1 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	
	32,5 km	jobb kanyar KERÉKPÁRBARÁT ÚT, Koppány sor / turn right BICYCLE FRIENDLY ROAD, Koppány Lane	
	32,8 km	ALAGÚT, majd tovább balra le a Koppány soron / TUNNEL then turn left on Koppány Lane	
VÁLTÓHELY	35,1 km	VÁLTÓHELY a Bercsényi Strandnál / RELAY AREA at the Open Air Pool Bercsényi	É:47°00'48.28" K:18°09'34.46"
FRISÍTŐ	35,2 km	balra tartva a Bercsényi lejtő (ERŐS EMELKEDŐ) / keeping to the left Bercsényi Slope (STRONG INCLINE)	
	35,8 km	Bercsényi lejtő tetején jobbra tartunk a parkoló mellett / on the top of Bercsényi Slope keep to the right beside the parking place	
	35,9 km	körforgalom szélén KERÉKPÁRÚT / BICYCLE ROAD at the edge of the roundabout	
	36,1 km	jobb kanyar a Balaton utcára KERÉKPÁRBARÁT ÚT / turn right to Balaton Street BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	36,4 km	bal kanyar a Sirály utcára (építkezések) / turn left to Sirály Street (building in progress)	
	36,8 km	egy ötös kereszteződésnél jobbra tartunk tovább a Sirály utcán / in a junction of five streets keep right further along Sirály street	
	38,5 km	BALATONVILÁGOS	
	39,1 km	bal kanyar a Rózsa F. utcára / turn left to Rózsa F. Street	
	39,5 km	jobb kanyar a Felszabadulás útra / turn right to Felszabadulás Street	
	39,7 km	jobb kanyar az Aligai útra / turn right to Aligai Street	
	39,9 km	bal kanyar az alagúton át, a KERÉKPÁRÚT A JÁRDÁN megy tovább / turn left through the tunnel, the BICYCLE ROAD continues on the pavement	
	40,2 km	jobb kanyar a Révai utcára KERÉKPÁRBARÁT ÚTRA / turn right to Révai Street, BICYCLE FRIENDLY ROAD	
	40,4 km	bal kanyar a Csók István sétányra / turn left to Csók István Promenade	
	40,5 km	jobbra tartva az Y elágazásnál / keep to the right in the Y junction	
FRISÍTŐ	41,3 km	FRISÍTŐ a Csók I. stny Posta utca kereszteződésében az emlékműnél / REFRESHMENT STATION at the junction of Csók I. Promenade and Post Street at the monument	É:46°58'38.70" K:18°10'02.23"
	41,8 km	székelykapus kis körforgalmon keresztül / through a small roundabout with a Székely Gate	
MARATON	42,8 km	Csók I. stny. 17. fehér kerítés TS vége	
		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	
	43,1 km	bal kanyar a Rákóczi útra / turn left to Rákóczi Street	
	44,1 km	SIÓFOK - üdülőterület / SIÓFOK holiday area sign	
FRISÍTŐ	47,4 km	FRISÍTŐ A BALATONSZABADI - SÓSTÓ állomásnál a Balaton parton REFRESHMENT STATION at BALATONSZABADI-SÓSTÓ railway station on the Balaton shore	
	48,1 km	Jobb kanyar / turn right	
	48,2 km	bal kanyar a Szent László utcára / turn left to the Szent László Street	
	48,9 km	jobb kanyar a Csúszda utcára (ÉPÍTKEZÉS HEGYEK) / turn right to Csúszda Street (CONSTRUCTION)	
	49 km	bal kanyar a Balaton parton díszburkolaton / turn left on the Balaton shore on the decoration pavement	
	49,2 km	FÜVES RÉSZ kezdete / BEGINNING OF THE GRASS part	
	50,1 km	beton kockás úton tovább / ahead on the road with concrete blocks	
CÉL	52,1 km	FINISH	É:46°54'98.2" K:18°3'95.8"

3. napi útvonal térképvázlatok/ 3rd day maps



Rajt megközelítése autóval:

A 71-es úton Badacsony Szigliget felőli végén található MOL benzinkút mögé bekanyarodni.

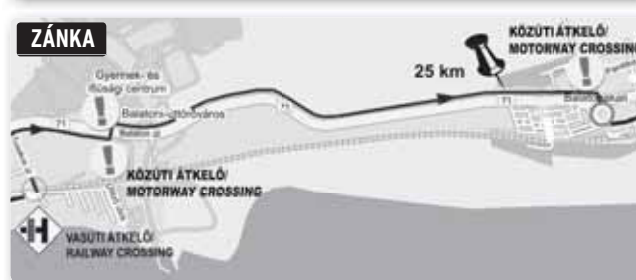
Parkolás: A benzinkút mögötti parkolóban.

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.

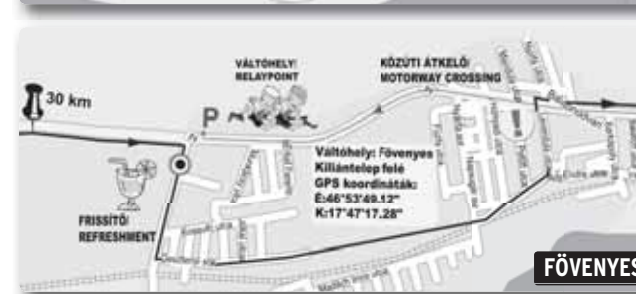
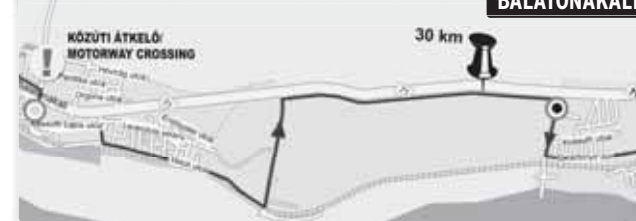
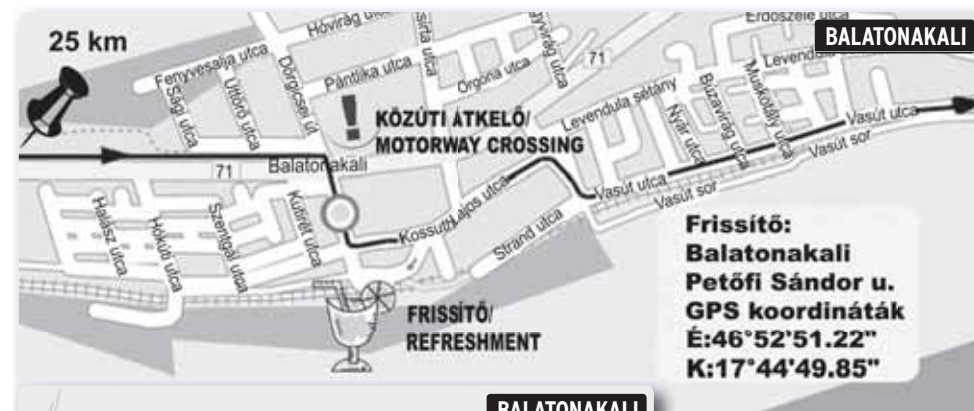
3. napi útvonal térképvázlatok/ 3rd day maps

3. napi útvonal térképvázlatok/ 3rd day maps



Az 1. váltóhely megközelítése autóval: A 71-es úton Révfölöp vasútállomás után a Bodonyi közön jobbra, át a vasúton, majd jobbra tartva tovább. Parkolás: A vasút után tovább jobbra, a terelés követve egy kis zsákutcában.

Getting to the relay point by car: On road number 71 after the railway station Révfölöp turn right on Bodonyi Street, cross the railway and then keep to the right. Parking: Keeping to the right after the railway, following the diversion in a small dead end street.



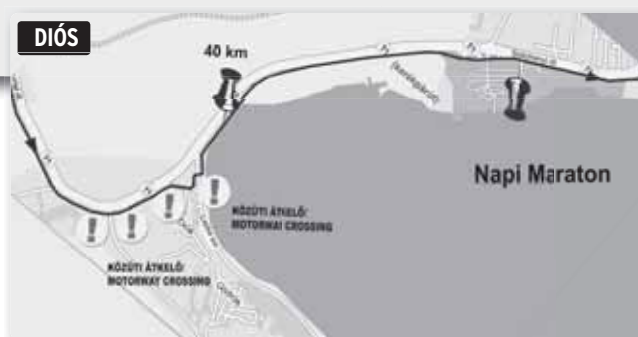
A 2. váltóhely megközelítése autóval: Fővényes szélén a 71-es úton a tenispályákat elérve a futók jobbra kanyarodnak, az autók egy nem aszfaltos útra balra.

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 non-concrete Street.

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

3. napi útvonal térképvázlatok/ 3rd day maps

4. napi útvonal térképvázlatok/ 4nd day maps



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 roundabout

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



Rajt megközelítése autóval: Tihany felől a 71-es úton Balatonfüred vége előtt a lámpás kereszteződésnél jobbra a Deák Ferenc utcára, azon végig a part irányába egyenesen.

Parkolás: A Deák Ferenc utca végén található nagy parkolóban.

Getting to the start by car: From the direction of Tihany before the end of Balatonfüred on road number 71 turn right at the crossing with the traffic light to Deák Ferenc Street, then drive straight on this street towards the shore.

Parking: In the large parking place at the end of Deák Ferenc Street.



4. napi útvonal térképvázlatok/ 4nd day maps



Az 1. váltóhely megközelítése autóval: A 71-es úton Balmádi, a Hotel Ramada után jobbra át a vasúton, majd rögtön utána újra jobbra.

Parkolás: A gyalogos felüljáró csigalépcsője előtt balra a parkolóban.

Getting to the relay point by car: On road number 71 at Balatonalmádi turn right through the railway after Hotel Ramada and then again turn right immediately.

Parking: Left in the parking place before the pedestrian winding staircase

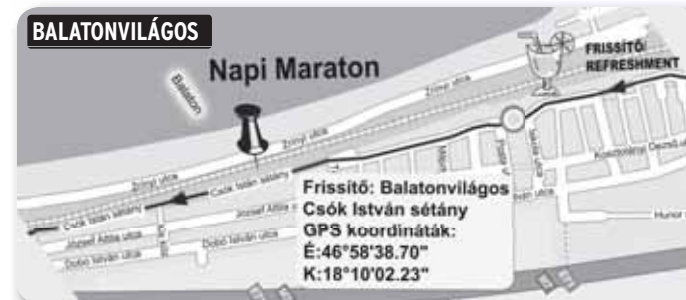


4. napi útvonal térképvázlatok/ 4nd day maps



A 2. váltóhely megközelítése autóval: A 71-es úton Bakarattyán a körforgalom előtt jobbra, a bevásárlóközpont előtt a Bercsenyi lejtőn az Akácfa u-ig, azon jobbra.

Parkolás: Az Akácfa utcán és az murvás parkolóban.



Getting to the relay point by car: Turn right at Balatonakaratya on road number 71 in front of the shopping centre on Bercsenyi Street until Akácfa Street and turn right on this.

Parking: In Akácfa Street and on the gritty parking place.



4. napi útvonal térképvázlatok/ 4nd day maps



Cél megközelítése autóval: 7-es úton Szabadifürdő vá. után (kb. 1,5 km) jobbra át a vasúton (Darnay K. tér), Szent László úton balra, tovább a Tamási Áron u.-ig.

Parkolás: Tamási Áron, Szent László utcákon, vagy Beszédes József sétány Tamási Á. u. utáni részén.



Getting to the finish by car: On road number 7 after railway station Balaton Szabadifürdő (cca 1,5 km) turn right through the railway (Darnay K. Square), turn left on Szent László Street and straight ahead until Tamási Áron Street.

Parking: On Tamási Áron, Szent László Streets or on Beszédes József Promenade after the section following Tamási Áron Street.

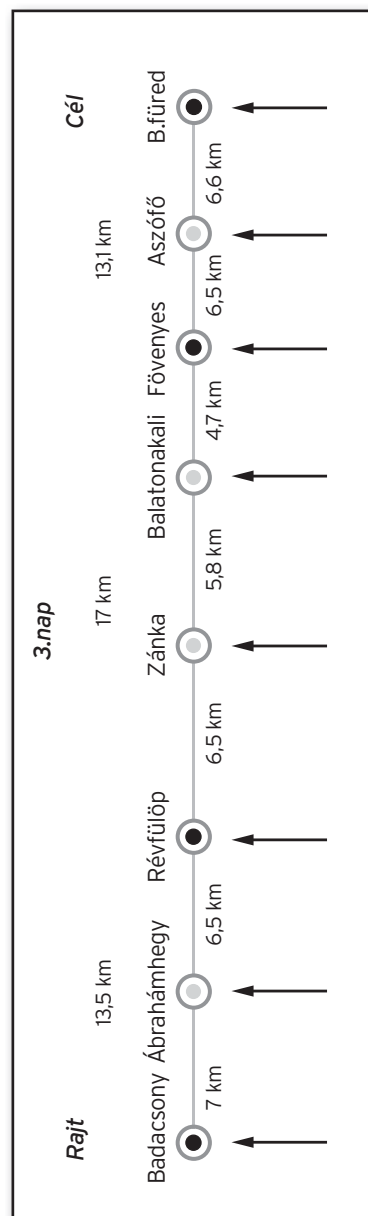


- váltóhely /relay point

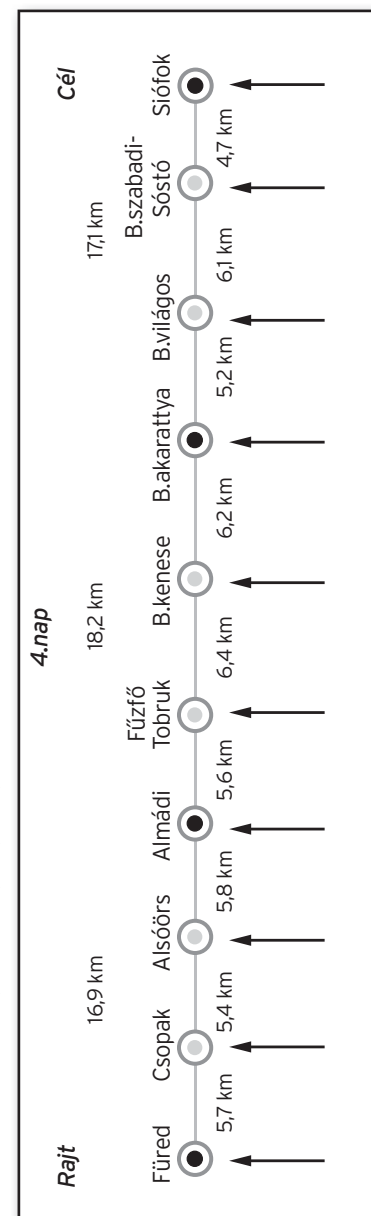


frissítő/refreshment station

3-4. napi szakaszok / 3-4th days stages



Telepítések sorrendje: Badacsony-Badacsony-tomaj-Ábrahámhegy-Balatonrendes-Révfülöp-Balatonszepezs-Zánka-Balatonakali-Fővényes-Balatonudvari-Örvényes-Aszód-Balatonfüred. **Kisérőknek a rajtolt a célig:** Végig a 7-es főúton, Balatonfüreden a Flamingo Hotel után balra a Zákonyi Ferenc utcán, itt a környékbeli parkolóokban megállni, onnan gyalog a célig.



Települések sorrendje: Balatonfüred-Csopak-Alsórs-Káptalanfüred-Balatonalmádi-Balatonfűzfő-Balatonkenese-Balatonakartya-Balatonaliga-Balatonvilágos-Sóstó-Siófok. **Kisérőknek a rajtól a célig:** A 7-es főúton, közvetlenül az M7-es autópálya előtt, jobbra Balatonaliga felé, Balatonvilágos vasútállomásnál a parti útra, végig Siófokig.

Rules of BSI Balaton Supermarathon

I. COURSE

I/a. In the majority the course of the race leads on the bicycle road around Balaton. This road is only partly an especially built bicycle road, the other parts – especially within villages – is being designated on a public road. Especially on the south coast the bicycle road often does not lead on a separate lane but on the smaller streets of the villages (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 applied when the designated road crosses a main road (at Balatonrendes, app. 700 meters, here runners are protected from the traffic with a special mark) or when crossing a main road (road nr. 71, crossing according to police instructions) or when crossing railway (crossing according to instructions of civil guards).**

On these places you should cross by taking into consideration the instructions of the police and the judges. On 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 road between the leading and the closing cyclist. The closing vehicle will follow according the daily time limit, those being over passed by this will be obliged to give up the race for that day, they 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 lead on a course NOT closed from traffic, other vehicles might also appear!

I/b. Wherever the route is laid off 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! Wherever the bicycle road leads on the pavement, this is where you should run. In case there is any vehicle on the road, you should divert to the right!

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

I/c. As the race leads on a course NOT closed from traffic, for the safety of the runners it is forbidden to listen music through an earphone. Those not obeying to the rules will be punished with time punishment, after several notices, excluded from the race.

I/d. The booklet contains a detailed itinerary for each day and also a sketch map of the course, which the runner can take along. On the course we help orientation with appropriate signs (sign, road signs, ribbons). Signs and ribbons will be placed not long before the runners, however, it might happen, unfortunately, that someone replaces these out of joke. The itinerary always shows on what road the runner will turn (bicycle road, bicycle friendly road, public road). We show the daily course with signs, every 5 kms. Each day we show the marathon distance for that day. On the course we show the 50th, 100th and 150th kilometre of the road.

II. 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 so that there are no traffic jams around the locations.

During the whole period of the race, runners should have advantage over the companions and their vehicles!

II/b. 18 March, Thursday | Start: 11:00

Race Centre opens: 8:30

Location: Siofok, Hotel Aranypart, side of the lake

Finish: Fonyod railway station, parking place from the side of the lake

II/c. 19 March, Friday | Start: 10:15

Race Centre opens: 8:30

Location: same place as the finish of the previous day, Fonyod railways station parking place from the side of the lake.

Based on their previous day's results the participants start in pairs every 10 seconds. When creating the pairs the individual and the group results will be judged in the same way. The time of the daily participants of the maratón + 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.

Finish: parking place under Szigliget Castle

II/d. 20 March, Saturday | Start: 10:00

Race Centre opens: 8:00

Location: Badacsony, MOL petrol station

Participants will start in pairs every 10 seconds based on their overall results. When creating the pairs the individual and the group results will be judged in the same way. The time of the daily participants of the maratón + 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. Finish: Balatnfűd, Tagore Promenade

II/e. 21 March, Sunday | Start: 8:00

Race Centre opens: 7:00. All individual participants start at the same time, and also the slower teams

based on their results. The list of the teams in question will be placed at the reception of Hotel Uni in the evening of 20 March. The runners of maratón + will also start at this time and also those relays where the first runner is also an individual runner. Start: 8:30. Relay teams start at the same time. Finish: Siofok, side of the lake at Aranypart Hotel

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

II/g. Prior to the daily start times participants are obliged to confirm their wish to run latest half an hour before the start, the relays and pairs are obliged to provide the daily running order. Those individual runners, who take advantage of the transfer, can also do this on the bus.

III. ACCOMPANYING RUNNERS, REFRESHMENTS

III/a. We provide a distinctive sign (route permit) for vehicles accompanying the teams which should be placed on the vehicles at a well visible place 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!

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 bicycle. Continuous and direct accompanying is allowed behind the runner from the first refreshment station of the day!

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 we do not let cars go on the 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.

III/b. There will be refreshments served at the starting, finishing and relay points. All participants can take refreshments only from tables designated to them, there will be a separate table for the individual, the pairs and the teams. The refreshment points will be uniform along the course; when first getting to the refreshment stations the first table will be for the individual runners and the pairs and then will come the table for the relay teams. Members of the pairs can take refreshments from the tables designated for the individual runners. Personal refreshments can be provided 30 minutes prior to the start. 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 of the race place at the selected refreshment station.

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, iso drink, glucose, fruit, dried fruit, bread, cola, salt, chips / salted sticks, chocolate, cereal bar.

Relays: water, iso drink, glucose, fruit

IV. TIME MEASUREMENT, RESULTS

IV/a. 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 has to be provided when taking over the start pack. The deposit will be given back when handing over the little plug after finishing the last day in Siófok; those accomplishing the marathon + will receive the deposit when arriving in the finish. Those giving up the race for good will have the chance to get back the deposit at the daily finishing points.

IV/b. The small plug should be worn on the finger. When taking over the start pack there will be a chance to try it, the colleagues at the race centre will provide help for this. The zero setting of the plug will happen when taking over the start pack.

IV/c. On day 1 everybody's start time will be the same, on day 2 and 3 everybody will be able to start off their time by plugging, on day 4 we assign a start time for the two start times. 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 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, 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 and the next day at the start points. We will also feature the names of those who gave up the race but without their place. When announcing the results we shall take into consideration only the results of those accomplishing the whole distance.

V. TIME LIMIT, GIVING UP THE RACE

V/a. We provide time limits for each daily parts and the daily relay points. When the time limit elapses, the runner / team has to give up the race for that day. 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 participant exceeding the time limit to go on, they will be transported by the closing bus to the finish.

1. day (6hours)

until relay point 1. 7:00 min/km (12:45)
until relay point 2. 7:30 min/km (14:45)
until finish on day 1. 8:00 min/km (17:01)

2. day (7 hours 18 minutes)

until relay point 1. 7:20 min/km (12:22)
until relay point 2. 7:40 min/km (14:25)
until finish on day 2. 8:15 min/km (17:18)

3. day (5 hours 46 minutes)

until relay point 1. 7:10 min/km (11:50)
until relay point 2. 7:40 min/km (14:01)
until finish on day 3. 8:10 min/km 15:46)

4. day (individual: 7 hours, team: 6hours 30 min)

until relay point 1. 7:30 min/km (10:29)
until relay point 2. 8:10 min/km (12:44)
until finish on day 4. 8:40 min/km (14:59)

V/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.

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

VI. DISQUALIFICATION FROM THE RACE

VI/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.

VI/b. Organizers can disqualify any participant at special circumstances.

VII. 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.

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

VIII. TIME PUNISHMENT

Those not abiding by the rules can be punished 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
- Listening to music in the prohibited way: 10 minutes time punishment, after 3 notices exclusion
- 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 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 renders another runner: 10 minutes time punishment each time

VIII/b. Breaking race rules

- In order to obtain unlawful advantage the runner is being transported on 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 stipulated 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 should lodge a complaint and prove it credible way. We evaluate all reports and complaints and we make 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 one hour after the closing time of the race. Individual runners can 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 least 30 minutes prior to the next day's race.

VIII/e. The organising committee decides 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.

IX. SPECIAL RULES OF THE RELAY RACE

IX/a. In the relay race the mixed teams are being evaluated among the men. 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. 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.

X. OTHER RULES, INFORMATION

X/a. Daily tasks

Participants must register every day at the start of the given day's section 30 minutes prior to the start. Relay racers and teams are asked to hand in the team's composition according to which team members will run the given day's course. Individual runners travelling with the organizers on the transfer bus can register on the bus.

X/b. Wearing the start number, the distinguishing sign of the companions

Runners are obliged to wear their start number, the companions (vehicle, bicycle) should wear their distinguishing sign throughout the whole period of the race in a well visible place. They must not place any inscription on this, no logo except for the field on the race numbers of the runners where a name, a nickname can be placed.

Individual runners should wear their start numbers on the front and back of the running garment, the members of the teams should wear the team start number secured with a triathlon rubber gum (provided by the organisers) freely, the individual start number should be secured on the front of the running garment.

X/c. Dressing room

1. day start: Siófok, Hotel Aranypart
finish: Fonyód: women in the building of Tourinform, men in tents
2. day start: Fonyód: women in the building of Tourinform, men in tents
finish: Szigliget: in tents set up in the finishing area
3. day start: Badacsony: in tents set up near the start area
finish: Balatonfüred: in tents set up by the finishing area and in Hotel Uni
4. day start: Balatonfüred: in tents set up near the start area
finish: Siófok, Hotel Aranypart
At the relay points each day in tents set up at the location.

X/d. Cloak room

The baggage of the individual runners handed over at the start will be transported to the finish. Teams solve the transport of their baggage individually.

X/e. Massage

Individual runners will have a chance to take advantage of an app. 15 minutes massage following the daily finishing. Free massage can be used by showing the tart number. Runners should apply for the massage after finishing the daily race at the massage points at the finishing areas or near these.
1 day: Fonyód: in the Matyas Kiraly Secondary School approximately 200 meters from the finish until 18:00 o'clock
2. day: Szigliget: about 100 meters from the finish in the Village House until 18:00 o'clock
3. day: Balatonfüred: about 5000 meters from the finish in Hotel Uni until 18:00 o'clock
4. day: Siófok, Hotel Aranypart, until 16:00 o'clock.

X/f. Finishing medal

Individual runners will receive their medal upon finishing. In the finish at Siófok a finishing photo will be taken of the individual runners. Teams can take over their medal after finishing at Hotel Aranypart where a team photo will be taken.

X/g. Accommodation

The official hotels of the race:
18 March | Siófok, Hotel Aranypart, Beszédes J. stny 82., tel: 06/84/519-450
19-20 March | Balatonfüred, Hotel Uni, Széchenyi u. 10., tel: 06/87/581360

X/h. 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: +36/30/747-4053 (OXY TEAM)

BSI: +36/20/9651966

We ask all participants to possibly take their mobile phones with them to the daily courses!

2010-ES ESEMÉNYEINK

Fuss
velünk
2010-ben
is!

- » április 18. | 25. T-Home Vivicittá Városvédő Futás, Budapest
- » május 1. | 1. Zöldsport Majális, Budapest **ÚJ!**
- » május 8. | 3. Intersport Tour de Tisza-tó, Tiszafüred
- » május 16. | 17. K&H olimpiai maraton váltó, Budapest
- » május 29. | 7. Generali Duna-parti Futógála, Budapest
- » június 12. | 13. Kékes Csúcsfutás, Mátrafüred
- » június 26. | 1. BSI Velencei Tóúszás, Velence **ÚJ!**
- » július 10. | 7. E.ON Délibáb Sportfesztivál,
Hortobágy
- » szept. 5. | 25. Budapest Nemzetközi
Félmaraton
- » szept. 11. | 15. Nyárbúcsúztató Éjszakai Futás,
(A Világjátékok Alapítvány és a BSI közös rendezésében)
- » szept. 26. | 25. SPAR Budapest Nemzetközi
Maraton és Futófesztivál, Budapest
- » okt. 17. | 15. Coca-Cola Testébresztő Női Futógála,
Budapest
- » nov. 6. | 3. Intersport Túranap, Budapest – Pilis
- » nov. 20-21. | 7. Balaton Maraton és Félmaraton, Siófok

jövőre, veled, ugyanitt!!!

4. BSI Balaton Szupermaraton 2011. március 17-20.

Információ: BSI, 1138, Váci út 152-156.
Tel.: +3620/965-1966, +361/220-8211
Fax: +361/273-0936, E-mail: info@futanet.hu

További rendezvényeink és
részletes versenykiírásaink:

www.futanet.hu

Iratkozz fel
Fe-edzés
hírlevelünkre,
hogy szakértők
segítsenek a
felkészülésben!

