



SZERESD A VÁROST, ÉS CSATLAKOZZ
A TELEKOM VIVICITTÁHOZ!
EGYÜTT TÖBBRE VAGYUNK KÉPESEK!

2015. április 18–19.
Budapest, Margitsziget



Vasárnapi
FUTÓKALAUZ





EGYÜTT. VELED

TE HOGYAN KÉSZÜLSZ FEL A FÉLMARATONRA?



VÁSÁROLJ OKOS KIEGÉSZÍTŐKET A
SPORTOLÁSHOZ MOST 30 NAPIG
30% KEDVEZMÉNNYEL A TELEKOMNÁL!

telekom.hu/vivicitta

Az ajánlat 2015. április 1-30. között érvényes, kizárólag a kijelölt Telekom üzletekben és online megrendelés esetén. A 30%-os kedvezményt meghatározott okos kiegészítőkre a 2015. április 1-től érvényes árlista szerinti fogyasztói árból biztosítjuk és más akcióval együtt nem érvényes. További információ: telekom.hu.



Kedves Látogatók! Kedves Sportbarátok!

Immáron 30. alkalommal rendezik meg a Vivicitta Városvédő Futást, amelyen a futás hazai és nemzetközi hívei mérettethetik meg magukat, fiatalok és idősök egyaránt. A méltán híres tavaszi futószézon kiemelkedő versenye tavaly már több mint húszezer embert mozgató meg. Minden kétséget kizáróan továbbra is Közép-Európa és a hazai szabadidősport legjobban szervezett, legnépszerűbb és legnagyobb létszámú eseményei közé tartozik.

Budapesten már három évtizede élő hagyomány a futás szeretete, és e világszerte népszerű tömegsport-rendezvény is elősegíti a mozgásban gazdag, egészséges életmód további elterjedését. Köszönöm a verseny szervezőinek áldozatos munkáját, a futóknak pedig eredményes és élményekben gazdag versenyzést kívánok!



Tarlós István

Budapest főpolgármestere
az esemény fővédnöke

BUDAPEST



Tisztelt Vendégek! Kedves Versenyzők!

Éljen a futás! Éljen Budapest!

A 30. Vivicitta Nemzetközi futóverseny védnökeként és lelkes, amatőr futóként is szeretettel köszöntöm a versenyzőket, támogatóikat és minden érdeklődőt.

Örömmel tapasztalom, hogy az elmúlt években Magyarországon is egyre többen csatlakoznak a futók közösségéhez, ezért egyre népszerűbbek a mindenkit megszólító versenyek. Tavasztól őszig, szinte minden hétvégére jut egy-egy kihívás, amelyek között talán az egyik legrangosabb és legnépszerűbb a most jubileumát ünneplő Vivicitta városvédő futás.

Kevés felemelőbb élmény van annál, mint amikor sok ezer indulóval elrajtol egy hosszú távú futóverseny. Talán csak a célba érkezés fáradtsággal teli elégedettsége múlja ezt felül. A hosszútávú futás nem véletlenül vált a kitartás és az akaraterő szimbólumává, hiszen teljesítéséhez hosszú időn át tartó és alapos felkészülésre van szükség. A mindenki előtt nyitva álló versenyek talán azért is olyan népszerűek, mert lényegüket a részvétel, a közös futás lelkesítő ereje és a saját cél elérésének lehetősége adja.

A Vivicitta nemcsak a mozgás örömeire hívja fel figyelmet, hanem lakóhelyünk szépségeire is. Ezen a tavaszi napokon nemcsak egészségünkért, hanem városunkért is futunk.

Az idei 30. Vivicitta-futás fontos mérföldkő a magyar tömegsport-rendezvények történetében, ugyanakkor még nagyon sokat kell tennünk azért – nekünk, politikusoknak, sportvezetőknek, pedagógusoknak, szervezőknek és a sportot kedvelőknek egyaránt –, hogy még többeket vegyünk rá a rendszeres mozgásra. Biztos vagyok abban, hogy az a közös élmény, amely ennek a futóversenynek a legnagyobb vonzerejét adja, egyben a meggyőzés egyik legjobb módja is.

Monspart Sarolta tájfutó bajnokunk szerint: „Azért van a szemünk, hogy csillogjon! Legalább a célban.” Bízom benne, hogy az idei, jubileumi versenyen minden eddiginél többen állnak rajthoz, futják le a vállalt távot Budapest legszebb épületei körül és érnek csillogó szemmel a célba.

Minden indulónak eredményes versenyt, a nézőknek pedig felejthetetlen budapesti élményt kívánok.

Varga Mihály

nemzetgazdasági miniszter
az esemény védnöke

Tisztelt Sportbarátok! Tisztelt Nyertesek!

Ha akad olyan Önök között, akit kissé meglepett a megszólítás, úgy azt kérem, higgye el, hogy részvétele által – a Vivicitá Városvédő Futásnak köszönhetően – tágabb otthonunk, Budapest és annak valamennyi versenyzője nyerni fog!

Élményt, egészséget, elismerést egy olyan verseny során, ahol megeshet, hogy sokan megelőzik majd Önöket, ám ennél sokkalta lényegesebb, hogy haladnak a cél felé.

Több ezer sporttárrsal, erőt próbáló akadályok leküzdésével nyerni fognak megannyi testi-lelki jót, például az emberi élethez legfontosabb levegőt. És ami korunkban ugyancsak lényeges: a futás oldja a stresszt és segít a test karbantartásában.

Nemzetközi felmérések szerint öt esztendővel ezelőtt honfitársainknak csupán 5 százaléka sportolt rendszeresen, míg mára ez az arány 15 százalék, mely eredménnyel mi magyarok e téren a legintenzívebb növekedést produkáltuk az Európai Unióban. Egymás után dőlnek meg a részvételi rekordok a szabadidősport-rendezvényeken, gyermekeink számára az élet része lett a mindennapos testnevelés, miközben az utánpótláskorú igazolt sportolók létszáma folyamatosan nő.

Hazánkban egyre többen sportolnak, futnak, és egyre többen mutatnak jó példát a városvédő futás versenyein is.

Külön öröm, hogy az idei Vivicitá már kétnapos sportesemény, amely programkínálata bővült, a gyaloglások, a családi futások eddig megszokott versenyen túl ez évben már háromfős váltók is indulhatnak, egyéneként két kilométert vállalva.

Budapest szívében, a Margitszigeten egy nagyszerű sportesemény várható, amely lehetőség, hogy tovább haladjunk egy egészségesebb társadalom felé, ahol reményeink szerint általánossá válik a sportszerűség, az aktivitás, a produktivitás és a felelős életmód.

Köszönöm Önöknek és szurkolok a verseny valamennyi résztvevőjének!



Dr. Simicskó István

Sportért és ifjúságért felelős államtitkár az esemény védnöke



Tisztelt Sportkedvelők!

Budapest, a világváros, a sport világvárosa is. Nem egy a sok világváros között, mert nekünk egyedi, mert európai és magyar. Mindenkinek, aki tett és tesz érte: helybéli vagy vidéki, magyar vagy európai, vagy még messzebről érkezett, fiatal vagy idős, autón jár, buszon vagy villamoson, metrón vagy éppen biciklin – mindenkinek szívügye, hogy ez a város minél szebb legyen, minél méltóbb helyet foglaljon el a szerethető városoknak megrajzolt térképen. Budapest gyönyörű, de még mindig van mit tenni érte. Sok más helyszínnel versenyzünk a világ rokonszenvéért, nem maradhatunk le ebben a versenyben, amelynek 1986 óta – immár harminc esztendeje – áll a szolgálatában az évente megrendezett Vivicitá Városvédő Futás.

Van-e annál hasznosabb, jobb, örömtelibb, mint valamiért futni? Valami kitűzött célért. Futunk, hogy rácsodálkozhassunk a városra, és felhívjuk a figyelmet megszámlálhatatlan szépségére? A sportoló, aki eredményért, éremért fut, úszik, ugrik, más minőségű teljesítményre vágyik. Első akar lenni. Az a sportszerető, aki egy városért fut – még ha az nem a szülővárosa vagy a lakhelye is –, azokért az emberekért küzd, akiket nem ismer, akikből pár ezret esetleg épp most, a Vivicitá Városvédő Futás során pillant meg, vagy akik közül néhányuk mellett épp most halad el, feszíti meg az erejét, vagy szalad könnyedén. Velük együtt csodálkozik rá az Országház monumentális épülettömbjére, a hidak és a rakpartok elegáns íveire, a belváros és a sugárutak díszére.

Eviva Budapest, éljen Budapest, éljenek az érte futók! Jó futást kívánok Mindenkinek!

Balog Zoltán

Emberi Erőforrások Minisztere az esemény védnöke

ÉREMTARTÓ DÍJAIDNAK!

Hogy mindennap
LÉGY BÜSZKE MAGADRA,
az elért eredményeidre!



www.fajandekshop.hu • Telefon: (06 34) 311-313

Mozdulj rá, és frissülj fel!



CSAK 18 ÉVEN FELÜLIEKNEK!
www.alkohol.info.hu

VIVICITTÁ - ÉLJEN A VÁROS, SZERESD A VÁROST!

30. Telekom Vivicittá Városvédő Futás Félmaraton, Vivicittá, Midicittá

2015. ÁPRILIS 19. – MARGITSZIGET



Kétnapos rendezvénnyel ünnepe-
ljük a jubileumi, 30. Telekom
Vivicittá Városvédő Futást! Az 1986
óta létező Olaszországból indult
esemény 2014 tavaszának legna-
gyobb szabadidős eseménye volt,
s a papírforma azt mutatja, ez idén
sem lesz másként. Szombaton a
rövidtávoké a főszerep, vasárnap
előbb a félmaraton mezőnye, majd
a tízkilométeres Vivicittá, azt kö-
vetően pedig a 7 kilométer hosszú
Midicittá mezőnye rajtol el.

A vasárnapi távok és rajtok:

- 09:00 – Telekom Vivicittá Félmaraton
- 12:30 – Telekom Vivicittá (10 km)
- 14:30 – Telekom Midicittá (7 km)



Versenyközpont: Margitsziget, a víztorony épületében.

A rajt és a cél helyszíne: Margitsziget, Központi út (a víztoronynál).

Ötözők: hölgyek részére a Szabadtéri Színpad emeleti kerengőjén; urak részére a versenyközpont közelében felállított sátrakban.

WC: a Szabadtéri Színpad földszintjén található vécék mellett mobil vécéket is találsz a versenyközpont, valamint a rajt/cél közelében. Férfiak számára mobil piszoárokat is kihelyezünk.

RUHATÁR

- A félmaraton táv ruhatárát a nagyréten és a szabadtéri színpadnál, a 10 és 7 kilométeres távhoz tartozó ruhatárát a nagyréten találod.
- Minden induló a rajtszámot tartalmazó borítékban kap egy, a rajtszámával megegyező, önmagába visszazárasztható öntapadós karszalagot. Ezt kell a csomagodra rögzíteni – lehetőleg már a ruhatárba beadása előtt! – úgy, hogy ne eshessen le.
- A csomagleadásnál rajtszám tartományokkal jelöljük, hogy hol, milyen rajtszámú versenyzők adhatják le, ill. vehetik át a csomagjukat. (Minden induló csak egyet adhat le.)
- A csomagok kiosztása azonos helyen, a rajtszámnak megfelelő asztaloktól történik.
- A ruhatárban értékmegőrzést nem vállalunk!

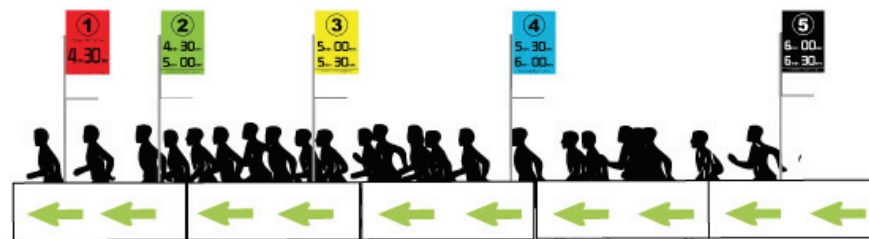
Nyitva tartás: félmaraton: 7:00-8:30, majd 10:10-től, 10 km: 9:30-12:00, majd 13:00-tól
7 km: 12:30-14:00, majd 14:50-től

Rajtzónák

A vasárnapi versenyszámoknál, tehát a Telekom Midicittá, a Vivicittá és a Félmaraton távjain a rajt a tervezett tempónak megfelelő zónákból történik. Mindenki csak az előre megadott várható tempójának (perc/km) megfelelő rajtzónába állhat be.

- **Piros 1-es zóna: 4:30-on (négy és fél percen) belüli kilométerek**
31:30-on belüli Midicittá (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 10 m-re lesz),
45:00-n belüli Vivicittá (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 10 m-re lesz),
1:35:00-n belüli félmaraton (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 30 m-re lesz).
- **Zöld 2-es zóna: 4:30-5:00 közötti kilométerek**
31:30-35:00 közötti Midicittá (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 20 m-re lesz),
45:00-50:00 közötti Vivicittá (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 30 m-re lesz),
1:35:00-1:45:00 közötti félmaraton (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 90 m-re lesz).
- **Sárga 3-as zóna: 5:00-5:30 közötti kilométerek**
35:00-38:30 közötti Midicittá (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 50 m-re lesz),
50:00-55:00 közötti Vivicittá (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 70 m-re lesz),
1:45:00-1:56:00 közötti félmaraton (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 160 m-re lesz).
- **Kék 4-es zóna: 5:30-6:00 közötti kilométerek**
38:30-42:00 közötti Midicittá (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 110 m-re lesz),
55:00-60:00 közötti Vivicittá (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 170 m-re lesz),
1:56:00-2:06:00 közötti félmaraton (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 280 m-re lesz).
- **Fekete 5-ös zóna: 6:00 fölötti kilométerek**
42:00 fölötti Midicittá (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 200 m-re lesz),
1:00:00 fölötti Vivicittá (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 300 m-re lesz),
2:06:00 fölötti félmaraton (a beálló a rajt/cél kaputól kb. 380 m-re lesz).

Ezzel is szeretnénk csökkenteni a rajt utáni első kilométerek tumultusát, a felesleges előzgetéseket. Ha csak az egy tempójú futók indulnak egy zónából, sokkal nyugodtabb, kiszámíthatóbb lesz már a futás eleje is.



- A tervezett tempónak (perc/km) megfelelő rajtzónába való beállást a rajtszámon elhelyezett színes etikett segíti, melyet a zónába történő beálláskor ellenőrzünk.
- Az időbeállító jelző táblát mindig az adott rajtzóna végére helyezzük el, tehát mindig az adott tábla előtti területre kell beállni.
- Mindenki csak abba a rajtzónába állhat be, amilyen színű matrica a rajtszámán van.
- Aki nem adott meg tervezett tempót, az a rajt előtt a versenyközpont „Probléma” feliratú asztalánál kérhet matricát.
- Rajtzónamatrica nélkül csak a leghátsó rajtzónába lehet beállni!
- A rajtzónák beállókápit a rajt előtt 5 perccel zárjuk, utána már csak a mezőny végére lehet állni.

ELSŐ FÉLMARATONODAT FUTOD?

Ha jelezted ezt nevezéskor, akkor a rajtszám átvételekor kapdál egy hátsó plusz rajtszámot is, amely mutatja a többieknek, hogy életedben először indultál neki a 21,1 kilométernek. De akár utólag is kérhetsz ilyet a helyszínen, a versenyközpontban. Sok száz futótársad segítségét várhatod, ha ezt a rajtszámot a hátadon viselve teljesíted a távot! Segíteni és buzdítani fognak, s a gyakorlottabbak talán még jó tanácsokkal is ellátnak.



GYERE KERÉKPÁRRAL!

A HELYSZÍNE
FELÜGYELT
KERÉKPÁRTÁROLÓ
VÁR!

IDŐMÉRÉS

A chipes nettó időmérés szolgáltatója a vasárnapi távokon (7, 10 és 21 km) az AGNI-Timing. Rajtszámod egyben egy UHF chipet is rejt – a hátuljára van ragasztva –, ezért is ügyelj fokozottan a helyes viselésére!



VERSENYSZABÁLYOK

- A verseny során a rajtszámnak láthatónak kell lennie: elől és kívül hordd a rajtszámot!
- Szabályellenes, ha összehajtod a rajtszámot, levágod az alját. Ezzel ugyanis a chipet is megrongálod, ami azt jelentheti, hogy nem csak, hogy időbüntetést kaphatsz, de miután a chipedet elrontottad, még időd sem lesz.
- Az esetleges problémák hatékony és gyors megoldása érdekében elengedhetetlenül fontos, hogy kitöltsd a rajtszám hátoldalán található egészségügyi részt!
- Betegen, sérülten, lázasan, hányás vagy hasmenés után ne vegyél részt az eseményen, és csak felkészülten állj rajthoz a nagyobb igénybevételt jelentő távokon!
- Bármilyen szokatlan jelet érzel magadon sportolás közben, lassíts, állj meg, és ha kell, kérj segítséget!
- Tilos zene- vagy egyéb lejátszót egyidőben mindkét fülbe dugva hallgatni, használni.
- 10 perc időbüntetést kaphat az a versenyző, aki a rajtszámát összehajtja, letakarja, nem jól láthatóan viseli a verseny ideje alatt.
- Célba érkezés után a célvonalat és annak környékét a lehető legrövidebb időn belül hagyd el!
- Kizárásra kerülhet az a versenyző, aki többszöri figyelmeztetés ellenére is megszegi a rajtszám viselésére vonatkozó szabályokat, továbbá aki nem teljesíti a verseny – szervezők által kijelölt – teljes távját vagy a nevezési lapot pontatlanul, netán nem a valóságnak megfelelő adatokkal illetve hiányosan tölti ki.
- A versenyen görkorcsofázni, kerékpározni, valamint kutyával futni tilos. A kerékpáros, görkorcsofázás kísérővel induló futót a versenyből kizárhatjuk!

Érdekel, milyen időt futottál pontosan? Posztolnál képeket?

A másodpercre pontos eredményeket már vasárnap este feltöltjük a www.futanet.hu honlapra. A fotókat rajtszám szerint kereshetően, nagy felbontásban megtalálod a futofoto.hu oldalon az eseményt követő hét második felében.

Szintidő:

A 30. Telekom Vivicitá Városvédő Futás vasárnapi távjain szintidőket határoztunk meg. A mezőnyt 7 perc 10 mp/km tempóban záróbusz követi. Amennyiben a mezőny utolsó tagja ennél gyorsabb tempóban fut, abban az esetben a záróbusz őt követi. Aki a záróbusz beér, annak fel kell rá szállnia, rajtszámát áthúzzák, a célterületre nem léphet be.

Telekom Vivicitá Félmaraton: 2 óra 30 perc nettó idő, (bruttó 2 óra 40 perc, az utolsó elrajtoló rajtidejéhez igazodva)

Rész szintidők:

- 6 km-nél bruttó 58 perc, a záróbusz várható érkezése: 9:58
- 12 m-nél bruttó 1 óra 41 perc, a záróbusz várható érkezése: 10:41
- 18 m-nél bruttó 2 óra 24 perc, a záróbusz várható érkezése: 11:24

A 30. Telekom Vivicitá Városvédő Futáson és a Telekom Midicittán: 7:30 perc/km, az utolsó rajtidőhöz igazítva

A nevezési díjért cserébe mindenképpen jutalmad egy ilyen technikai futómezt! A félmaratonisták eltérő logóval kapják, mint a két másik táv résztvevői.



A félmaraton táv teljesítőinek a célkapu átlépése után egy ilyen érmet akasztunk a nyakába! A helyszínen rá is gravírozható a nevedet és idődet.



A Telekom Vivicitán és a Telekom Vivicitá Félmaratonon különböző gyorsaságú, megkülönböztető felszerelést – lufit és hátukra erősített zászlót, amelyen a tervezett célidő jelenik meg – viselő iramfutók lesznek, akiknek tempóját követve biztosan célba érsz.

Az adidas iramfutók tervezett célidejei a Telekom Vivicitá Félmaratonon:

- 1 óra 30 perc • 1 óra 45 perc • 2 óra • 2 óra 15 perc

A Spuri iramfutók tervezett célidejei a Telekom Vivicitá Városvédő Futáson (10 km):

- 50 perc • 1 óra • 1 óra 10 perc

FRISSÍTÉS

Célba érkezés után a célterületet elhagyva vízzel lehet frissíteni. Az útvonalon található frissítőpontokról a következő oldalpáron tájékozódhatsz.

A Telekom Vivicitá Félmaratonot sosem látott külföldi érdeklődés övezi. Míg az első három alkalommal negyven alatt volt a külföldről érkező futók száma, tavaly már 41 országból több mint 600 futó, idén pedig 64-ből 1347 nevezett. Van köztük például 132 olasz, 59 amerikai, 38 lengyel, de találkozhatasz bahreini, mexikói, új-zélandi, szingapúri, kirgizisztáni, vietnami, chilei, thai, mongol, hongkongi, perui, palesztin és fülöp-szigeteki félmaratonistával is.

Telekom Vivicitá Félmaraton

30
Telekom
Vivicitá
Félmaraton

BUDAPEST 2015
30. Telekom
Vivicitá
Félmaraton
21,097 km
2015. ÁPRILIS 19.
rajt: 09:00



BUDAPEST

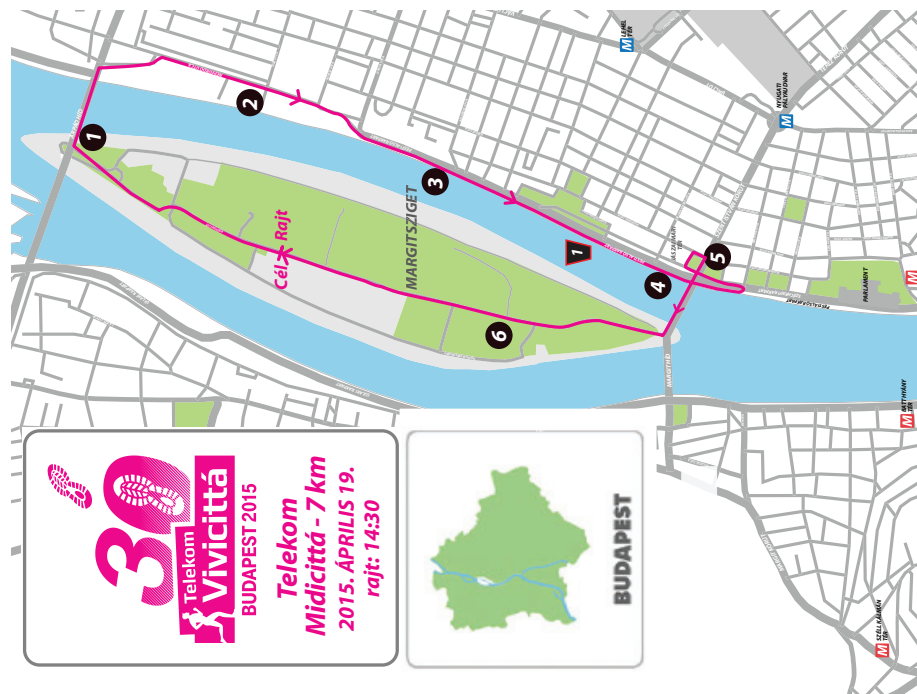
A mezőny elhaladásának tervezett üteme

km	eleje	vége
rajt	9:00:00	9:15:00
1	9:03:10	9:22:10
2	9:06:20	9:29:20
3	9:09:30	9:36:30
4	9:12:40	9:43:40
5	9:15:50	9:50:50
6	9:19:00	9:58:00
7	9:22:10	10:05:10
8	9:25:20	10:12:20
9	9:28:30	10:19:30
10	9:31:40	10:26:40
11	9:34:50	10:33:50
12	9:38:00	10:41:00
13	9:41:10	10:48:10
14	9:44:20	10:55:20
15	9:47:30	11:02:30
16	9:50:40	11:09:40
17	9:50:40	11:16:50
18	9:53:50	11:24:00
19	9:57:00	11:31:10
20	10:00:10	11:38:20
21	10:03:20	11:45:30

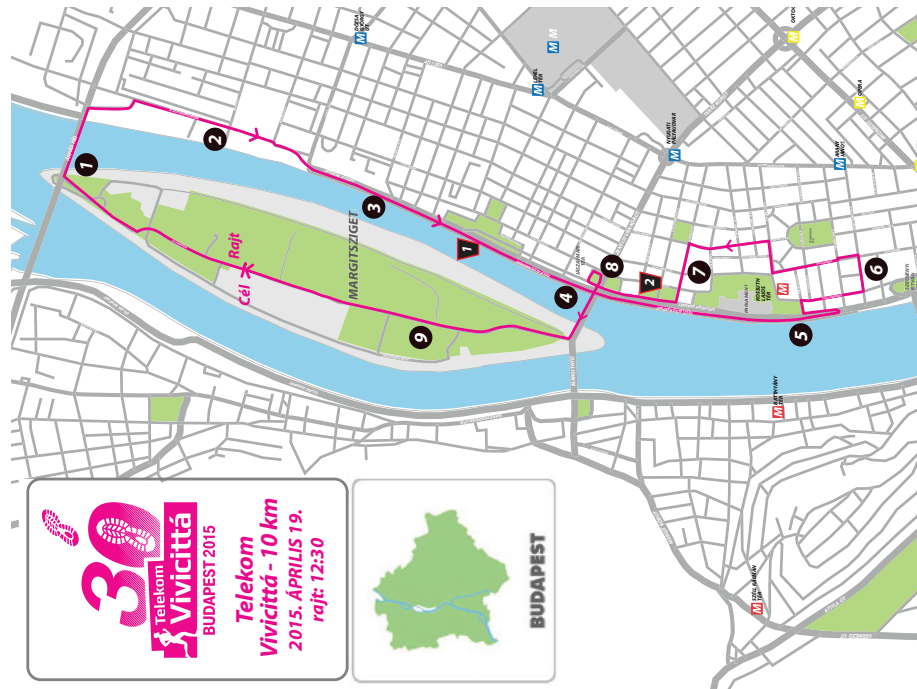
A frissítő állomások tervezett kínálata:

1. kb. 4,5 km víz
2. kb. 8,5 km víz, iso-ital, banán, szőlőcukor
3. kb. 12,2 km víz, iso-ital, banán, szőlőcukor
4. kb. 15,7 km víz, iso-ital, banán, szőlőcukor
5. kb. 20,1 km víz

Telekom Midicitá (7 km)



30. Telekom Vivicitá Városvédő Futás, 10 km





Csábítsd futásra
barátnőidet és családod
nőtagjait, sportoljatok
közösen!



MOCCANJ VELÜNK AZ ÉV LEGSZEBB FUTÓESEMÉNYÉN!

2015. május 17. - Budapest, Városliget, Napozórét

Mozogj velünk a szabadban 2015. május 17-én a Városligetben, ahol belekóstolhatsz a futás világába, valamint együtt mozoghatsz Béres Alexandrával, Katus Attilával, Varró Gyulával és Gárdus Bencével ingyenes fitnesszóránkron. Íme a kínálat:

A Napozóréten felállított nagyszínpadon 30 perces fitnessz programok, valamint közös bemelegítések lesznek sztárelőadókkal, amelyeken a részvétel ingyenes!

- 09:40-09:50 **BEMELEGÍTÉS** (a 2,1 km futás és gyaloglás előtt) Varró Gyulával **GÁRDUS BENCE – Body Action**
- 10:05-10:35 **BEMELEGÍTÉS** (az 5 km-es futás előtt) **KATUS ATTILÁVAL**
- 10:40-10:50 **BEMELEGÍTÉS** (az 5 km-es futás előtt) **KATUS ATTILA – Best Body**
- 11:05-11:35 **BÉRES ALEXANDRA – Súlykontroll Gimnasztika**
- 12:05-12:35 **BEMELEGÍTÉS** (a családi futás előtt) Katus Attilával
- 12:40-12:50 **BEMELEGÍTÉS** (a 10 km-es futás előtt) Varró Gyulával
- 13:10-13:20 **VARRÓ GYULA – Aerobik Performance**
- 13:40-14:10 **LEVEZETÉS, NYÚJTÁS** Varró Gyulával és Katus Attilával
- 14:40-15:00

www.futanet.hu
facebook.com/noifutogala



Technikai
futómezzel és
befutóéremmel!

10 KM
FUTÁS

5 km

3x1,5 m
váltó



BUDAPEST

metropol

ORIGO



Jótekonyság a 30. Telekom Vivicit Városvédő Futáson

Nyolc szervezet jótekonysági gyűjtöttek támogatásokat felkészülésük során az alábbi nemes célok megvalósulásáért. Karitatív partnereink saját standjaikon is szívesen fogadják az adományokat a Margitszigeten.

Bátor Tábor Alapítvány • Idén a tábor ezer daganatos és krónikusan beteg gyereket és hozzátartozót fogad, hogy gyógyító élményeken keresztül megváltoztassa az életüket. Az Élménykülönítmény sportolói ennek a változásnak a részei.

Gézengúz Alapítvány • A koraszülött gyermekek első néhány életévében barátságos, természethez közeli élmény adva a Cseppek Házának közösségi területén nőhetnek fel, amelyet varázslatos erdővé kívánunk alakítani.

Magyar Hospice Alapítvány • A jászolgai futókör, a Nárcisz missziója a daganatos betegek életminőségének javítása, a fájdalomcsillapítás és a családtagok lelki támogatása.

NOÉ Állatthon • Évente kb. 800 rászoruló kisállatnak, közülük közel 500 kutyának nyújt átmeneti, de sok esetben végleges otthont. Új részlegeket kívánunk kialakítani.

Sportos Cukorbetegéért Egyesület • A futók a nyári sporttábor megrendezését támogatják, hogy anyagi lehetőségeiktől függetlenül több cukorbeteg gyermek tudjon részt venni a táborban.

Suhanj! Alapítvány • Céljuk a rendszeres sportolási lehetőség biztosítása látás- és mozgássérülteknek több sportágban. Törekvésük saját eszközpark kiépítése és folyamatos bővítésére.

Szent Márton Gyermekmentő Szolgálat • A Gyermekrohamkocsi az ország első és egyetlen „mobil gyermek intenzív osztálya”, az alapítvány jelenleg új eszközök beszerzésére gyűjt.

UNICEF • A 100%-os kampány során a lehető legtöbb be nem oltott gyermekhez szeretnénk eljutni, gyűjtésükkel 5000 gyermek teljes körű védőoltásához szükséges két és fél millió forintot kívánják előteremteni, így növelve a gyermekek esélyeit az életre.

Harmincadik Vivicit a futás jubileumi évében

2015-ben már a 30. Telekom Vivicit Városvédő Futást rendezi a Budapest Sportiroda, amellyel, hogy a 30. Wizz Air Budapest Félmaraton és a 30. SPAR Budapest Maraton® Fesztivál is idén lesz. Nem véletlenül mondjuk: 2015 a futás jubileumi éve, amelynek egyik legkiemelkedőbb programja a tavaszi futóünnep.



No de mi is az a Vivicit? A nyolcvanas évek közepén az olaszok kitaláltak ki ezt az eseményt. A gyönyörű, de zsúfolt, és lassan lakhatatlanná váló történelmi városaik lakóit szereték volna ráébreszteni környezetük értékeire. Innen a verseny neve: Vivicit – éljen a város, szeresd a várost! Többféleképpen értelmezhető a rendezvény elnevezése, amely születésétől kezdve egyre több helyszínen zajlott, mégis egyetlen versenynek (is) számított.

Kezdetben évente összesített eredményt is hirdettek – pályaszorzők segítségével –, a világ Vivicit mezőnyének abszolút győzteseit is meghatározzák a főrendezők. Igen, a világét, hiszen az 1986-tól nemcsak Budapest, hanem 30 olasz város mellett New York, Barcelona, Brüsszel, Lisszabon is bekapcsolódott a sorozatba. Az eseményt Magyarországon 1989 óta szervezi a Budapest Sportiroda. 1997-től a Matáv, majd a helyébe lépő Telekom vált névadó főtámogatóvá, innen az utóbbi években szinte védjeggyé váló magenta szín.

De vissza a jubileum témaköréhez: 2000-ben, a 15. versenyen az esemény történetének második legnépesebb mezőnye [4417 fő] indult el a legendás futó, majd sikeredző, az új-zélandi Arthur Lydiard lövésére. Az akkor új rajthelyről, a Margit híd lehajtójáról induló futók 5 percig özönlöttek ki a szigetről. Ekkor már az útvonal nevezetességeiről is olvashattak néhány érdekességet a futók a kihelyezett óriástáblákról.

2005-ben dobpergés és több mint félezer gyalogló léptei rázták fel reggeli álmából a Margitszigetet, hogy aztán fél órával később már a futók vegyék birtokba. A jubileumi 20. Matáv Vivicit Városvédő Futást a televízió is közvetítette. Emiatt a rajt időpontja is meglepő volt kissé: 12 óra 12 perckor rajtolt el az akkori részvételi csúcspot jelentő 9 és félezer tömegnek azon része, amelyik a 12 kilométeres távot választotta.

A résztvevők száma azóta is folyamatosan növekvő trendet mutat, ez az a hazai tavaszi sportesemény, ami a legtöbb embert képes megmozgatni. Idén ötödik alkalommal futhatunk Budapest utcáin félmaraton is a Telekom Vivicit Városvédő Futás keretein belül, s először bővül kétnaposra a rendezvény, amely során debütál a háromfős váltó.

A Vivicit városvédő futás egészen 2000-ig budapesti rendezvénynek számított, az azt követő években azonban már több vidéki település is bekapcsolódott házigazdaként a városvédő futómozgalomba. A sokszínű útvonalakon, változatos távokkal megálmodott futás a fővárosban a kezdetek óta indult már a Palatinus strandtól, a Margitszigeti Úttörő Stadiontól, a Felvonulási térről [56-osok tere] is. A tavasz hagyományosan legvonzóbb szabadidős eseményére tavaly 20750 sportember nevezett, csak 2013-hoz képest is több mint 5000 futóval nőtt a létszám.

Hogy idén nőni fog-e, azt a programfüzet nyomdába adásakor még nem lehet kijelenteni, de nem lennének meglepve, ha jövőre hasonló mondatok kerülnének erre a helyre, mint az előző.

Fuss egy jó ügyért a Telekom Vivicit Városvédő Futáson és NYERJ egy GARMIN vívosmartot!

GARMIN



Részletek a weboldalunkon:
garmin.hu/vivicit

ÚJ SPURI FUTÓBOLT

A XI. KERÜLETBEN! SPURI FUTÓBOLT



NYITÁS
ÁPRILIS
VÉGÉN!

MÁR 4x BUDAPESTEN:

SPURI FUTÓBOLT, VÁCI ÚT

(az M3-as metró Forgách utcai megállója, a BSI Nevezési Irodája mellett), 1138 Budapest, Váci út 152.
Tel: 06-1/239-4460, 06-20/52-53-904

SPURI FUTÓBOLT, ÖRS

(az M2-es metró Örs vezér tere végállomása, a Cédrus piac 1. em.),
1106 Budapest, Fehér út 3., Tel.: 06-20/26-26-656

SPURI FUTÓBOLT, DÉLI

1122 Budapest, Maros u. 4. (az M2-es metró Déli pályaudvari
végállomásától 5 perc séta), Tel.: 06-20/581-6517

ÚJ!

SPURI FUTÓBOLT, FEHÉRVÁRI ÚT

A 4. budapesti üzletünk pontos címe: Fehérvári út 34.,
alig 150 méterre a 4-es metró, 4-es villamos
Újbuda-központ megállójától és az Allee Bevásárlóközponttól.

Budaörs

Törökbálint

Erd

Diósd

Tárnok

VÁSÁROLJ ONLINE:

WWW.SPURIFUTOBOLT.HU



Innovation
that excites



UEFA
CHAMPIONS
LEAGUE

[Teljesítmény x (Zsenialitás)^{Iniesta} = Felvillanyoz]

Keresse

a Nissan standját a Vivicitán!
Játsszon és nyerjen egy all inclusive
utazást az UEFA Champions League
berlini döntőjére!



#genius

Nissan LEAF kombinált elektromos áramfogyasztás: 150 Wh/100 km; kombinált CO₂- kibocsátás: 0 g/km.
A képek illusztrációk. Jelen hirdetésben közölt adatok és tények kizárólag tájékoztató jellegűek, nem minősülnek szerződéskötési ajánlatnak.

Gyümölcsös jeges tea
egyenesen a RAUCH-völgyből.



Érezd a RAUCH IceTea
természetes, frissítő ízét!

RAUCH. Gyümölcs, család és természet 1919 óta.

A BSI TERVEZETT ESEMÉNYEI 2015-BEN

2015. május

május 9. - 8. Intersport Tour de Tisza-tó
május 9. - Intersport Tisza-tavi Bringatlon
május 17. - 20. Coca-Cola Testébredtő Női Futógála
május 31. - 4. K&H mozdulj! kerékpáros nap Gárdony

2015. június

június 6. - 18. KPMG Kékes Csúcsfutás
június 14. - 22. K&H mozdulj! maraton- és félmaratonváltó
június 20. - BURGER KING® Brutálfutás 4.0

2015 július

július 11. - 12. E.ON Délibáb Terepfesztivál

2015. augusztus

augusztus 1. - 6. K&H mozdulj! velencei tóúszás és velencei-tavi túratratlon

2015. szeptember

szeptember 13. - 30. Wizz Air Budapest Félmaraton

2015. október

október 10-11. - 30. SPAR Budapest Maraton® Fesztivál
október 31. - 10. DECATHLON FittAréna

2015. november

november 7. - 8. Intersport Túranap és Terepfutás
november 14-15. - 12. K&H mozdulj! Balaton maraton és félmaraton

2015. december

december 6. - 2. Mikulásfutás

Újdonság: Téli félmaraton!

2016. január 17-én téli félmaratont rendezünk, amely a Hungexpo egyik pavilonjából indul, és a vásárvárosban, valamint a szomszédos lovaspályán kialakított 7 kilométeres útvonalon zajlik – egy, kettő vagy három körön át. Legyél már januárban félmaratonista, vagy fuss 7, illetve 14 kilométert!

A változtatás jogát fenntartjuk! Naprakész információk a www.futanet.hu honlapon.