



BÁCS-KISKUN MEGYEI KATASZTRÓFAVÉDELMI IGAZATÓSÁG  
IGAZGATÓ

**A 2018. évi Sportmunkaterv alapján  
Jóváhagyom:**

**Vietórisz Ágnes tű. ezredes  
tűzoltósági főtanácsos  
mb. Humán Szolgálatvezető**

## **VERSENYKIÍRÁS és lebonyolítási terv**

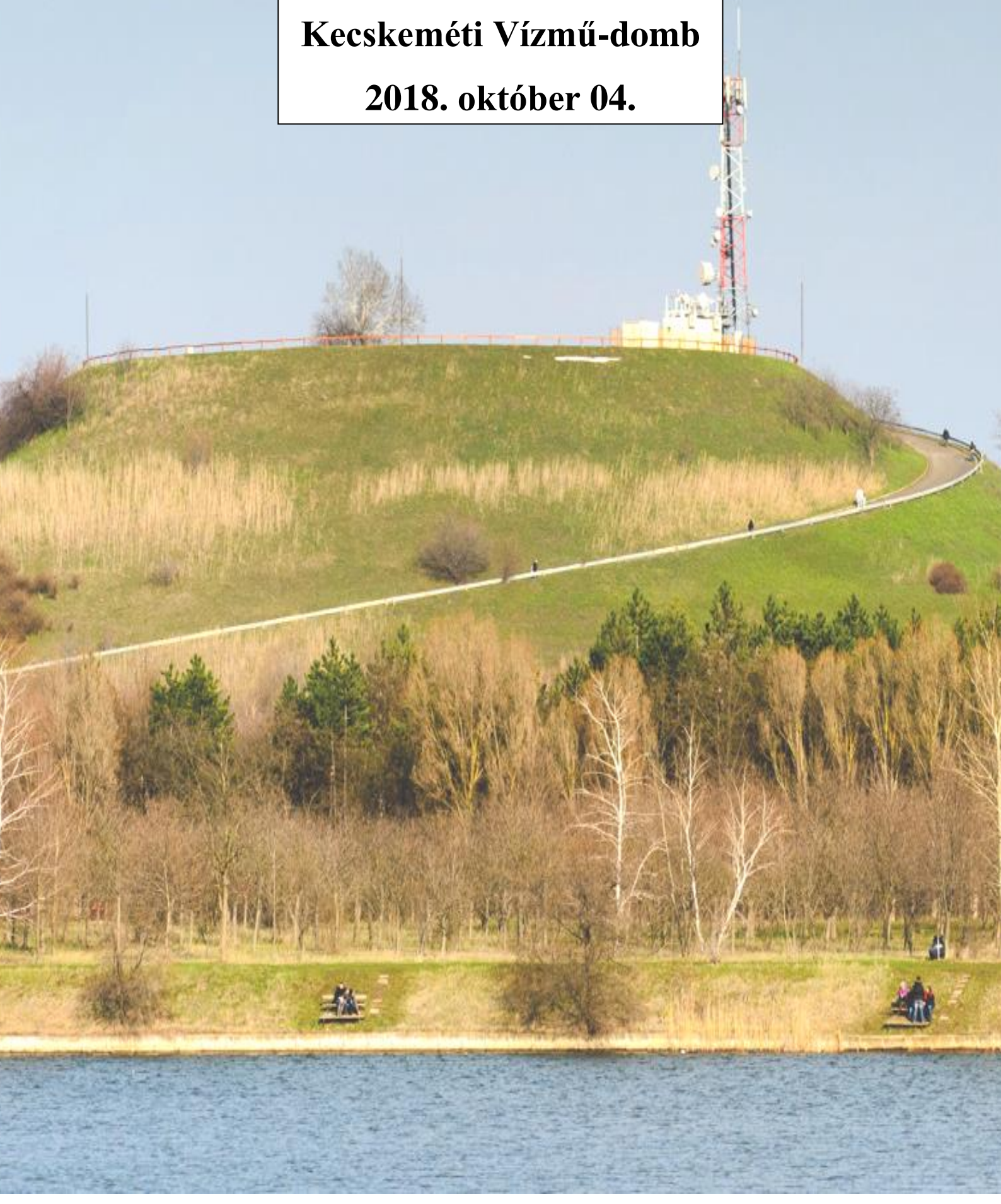
### **IV. „PUMP&RUN” Országos Bajnokság 2018. október 04.**

Kecskemét, 2018. augusztus  
elektronikus bélyegző szerint

**Felterjesztem:**

***Dr. Farkasinszki Lóránt tű. ezredes  
tűzoltósági tanácsos  
katasztrófavédelmi igazgató***

**IV.**  
**„PUMP&RUN”**  
**Országos Bajnokság**  
**Kecskeméti Vízmű-domb**  
**2018. október 04.**



## **Tisztelt Versenyzők, Sportbarátok!**

**A Bács-Kiskun Megyei Katasztrófavédelmi Igazgatóság a tavalyi év sikeréből kiindulva, 2018. évben is javasolta a „PUMP&RUN” Országos Bajnokság bekerülését, a BM Országos Katasztrófavédelmi Főigazgatóság Éves Sportmunkatervébe.**

**A IV. „PUMP&RUN” Országos Bajnokságnak a Kecskeméti Vízmű-domb vagy más néven a Benkó-domb ad otthont. A Vízmű-domb Kecskemét, Széchenyi-város elnevezésű városrészében található olyan mesterséges kiemelkedés, amelyet a mellette lévő csónakázó tó kotrásakor kitermelt földből emeltek 1976 és 1986 között, ugyanakkor helyi jelentőségű, védett természeti területnek is minősül. A csaknem 49 méter magas kiemelkedés, eléri a 160 méteres tengerszint feletti magasságot, ezzel a térség legmagasabb pontjának számít. Tetejéről Kecskemét városa is megcsodálható.**

**A Szabadidőközpont, ahol a Benkó-domb is áll, csodálatos természeti környezetet biztosít egy könnyed sétához, kocogáshoz akár egy kellemes délután eltöltéséhez. Emellett számos más kikapcsolódási lehetőséggel is várja a látogatókat. A város sport-, és lakóterületeivel határos park 40 hektárnyi taván lehet horgászni, (kötélpályás) wakeboardozni. A körülkerített zöldövezet három futópályával, emellett strandröplabda-, strandkézilabda-, strandfoci- és kosárlabdapályával; szabadtéri fitnessparkkal, játszótérrel, 3 bográcsozó hellyel és télen-nyáron üzemelő Hó-fánk pályával várja a kikapcsolódni vágyókat.**

**Ezúton tisztelettel meghívom Önöket, a Bács-Kiskun Megyei Katasztrófavédelmi Igazgatóság, az Országos Katasztrófavédelmi Sportegyesület, valamint a Bács-Kiskun Megyei Tűzoltó Sport Club közös szervezésében megrendezésre kerülő IV. „PUMP&RUN” Országos Bajnokságra. A versenyen magukat megmértetni kívánóknak balesetmentes, sikeres versenyzést, családtagjaiknak, a sportbarátoknak és természetjáróknak kellemes időtöltést kívánunk megyénkben, az Alföld Hírös Városában.**

## 1. A bajnokság célja:

A hivatásos katasztrófavédelmi szervezetek állománya figyelmének felhívása az aktív sportolási lehetőségek, az egészséges versenyszellem és az egészséges életmód kialakítására. A teljes személyi állomány részére sportolási lehetőség biztosítása, az erőfejlesztés népszerűsítése, a tűzoltók közötti bajtársiasság, sportbaráti kapcsolatok mélyítése, valamint az országos bajnoki cím és a helyezések eldöntése.

## 2. A bajnokság helye és ideje:

Kecskemét, Vízmű-domb (6000 Kecskemét, Csabay Géza krt. 7.)

GPS koordináták: É. sz.: 46,912605697 és K. h.: 19,6684991854  
É. sz.: 46° 54' 45.3" N és K. h.: 19° 40' 6.5" E

**2018. október 04. 08.00-17.00 óráig**

## 3. A bajnokság rendezője:

A BM Országos Katasztrófavédelmi Főigazgatóság megbízásából a Bács-Kiskun Megyei Katasztrófavédelmi Igazgatóság, a Bács-Kiskun Megyei Tűzoltó Sport Club (TSC) közreműködésével.

## 4. A bajnokság fővédnöke, védnökei, a szervező bizottság, a versenybírószám és a bajnokság résztvevői:

### A bajnokság fővédnöke:

**Dr. Góra Zoltán t. vezérőrnagy**, BM Országos Katasztrófavédelmi Főigazgatóság Főigazgatója

### A bajnokság védnökei:

**Vietórisz Ágnes t. ezredes tűzoltósági főtanácsos**, BM Országos Katasztrófavédelmi Főigazgatóság Mb. Humán Szolgálat Vezetője,

**Berecz György t. ezredes**, Országos Katasztrófavédelmi Sportegyesület Elnöke,

**Dr. Farkasinszki Lóránt t. ezredes tűzoltósági tanácsos**, Bács-Kiskun Megyei Katasztrófavédelmi Igazgatóság Katasztrófavédelmi Igazgatója,

**Salamon Anita t. ezredes**, Bács-Kiskun Megyei Katasztrófavédelmi Igazgatóság Gazdasági Igazgató-helyettesi Szervezet Gazdasági Igazgatóhelyettese,

**Nagy Lajos**, Bács-Kiskun Megyei Tűzoltó Sport Club (TSC) Elnöke.

### A bajnokság résztvevői:

A katasztrófavédelmi szervek hivatásos állománya, önkormányzati-, és létesítményi tűzoltóságok állománya, valamint önkéntes tűzoltó egyesületek női és férfi tagjai.

## 5. Versenyszámok:

A versenyen egyénileg és 4 fős csapatokban történő indulásra van lehetőség.

- 6. Korcsoportok:**
- I. 18-30 év közöttiek
  - II. 31-40 év közöttiek
  - III. 41 év felettek

## 7. Szabályok:

A tűzoltó „PUMP&RUN” Verseny két részből, egy fekvenyomó és egy futó szakaszból épül fel. A verseny végén a két részfeladat eredményei meghatározott szabály szerint összesítésre kerülnek. A végeredmény és a helyezési sorrend, ezen összesített pontszám alapján kerül meghatározásra.

A fekvenyomás során a női versenyzők 25 kg-os, a férfiak 60 kg-os kétkezes súlyzóval, fekvenyomó padon maximális ismétlésszámra törekednek. Érvényes gyakorlatnak az számít, ha a súlyzó érinti a versenyző mellkasát, majd teljesen kinyújtja a karját (a feladat során bármilyen technika engedélyezett). Az ismétlések között maximálisan 15 másodperc pihenőidő engedélyezett, amelyet kinyújtott karral a súlyzó letétele nélkül lehet igénybe venni. A fekvenyomást egy másik versenyző biztosítja, de csak abban az esetben segíthet a feladatot végrehajtó versenyzőnek, ha az segítséget kér, esetleg rosszul lesz. Amennyiben a versenyzőnek a súly kinyomásához segítséget szükséges igénybe vennie, úgy ezen ismétlés nem számítható érvényesnek. A fekvenyomás során olyan eszközt, ami a teljesítményt növeli (gumi bandázs, fekvenyomó mellény, stb) használni tilos.

A fekvenyomás befejezését követően 5 percen belül, a futás rajtja következik. Ezen időn belül kell a meghatározott felszereléseket (nők esetében: rendszeresített tűzoltó bevetési ruha, tűzoltó védőcsizma, tűzoltó védősisak, tűzoltó védőkesztyű, férfiak esetében: rendszeresített tűzoltó bevetési ruha, tűzoltó védőcsizma, 2 db szabványos „C” tömlő, acélpalackos légzőkészülék, tűzoltó védősisak, tűzoltó védőkesztyű) felvenni, és a futópálya rajtjánál megjelenni. A rajtszó elhangzása után, egy közel 700 m-es pályát kell minél gyorsabban teljesíteni. A pálya egy kb. 350 méteres sík és egy kb. 350 méteres emelkedő szakaszból áll. Az emelkedő szakaszon kb. 50 méter szintkülönbséget kell leküzdeni. Férfiak és a nők a számukra előírt felszerelésben hajtják végre a feladatot. Futás közben a férfiak az előírt két C tömlőt kézben fogva kötelesek eljuttatni a pálya sík szakaszának végéig, a domb lábánál jelölt vonalig. A „C” tömlők - 20 méter hosszúságúak, 52-es alumínium kapocs - kötéllel való szétesés elleni rögzítése megengedett. A tömlőket a szervezők biztosítják.

A két versenyszám között pihenés és ital fogyasztása megengedett. Futás közben a sportszerűség maximális betartása minden versenyző saját feladata. Durvaság, sportszerűtlenség (lökdösés, hátrahúzás stb.) esetén a versenyző kizárásra kerül. A pályáról letérni tilos! Szemmel látható rosszullet esetén, a versenybíró az érintett versenyzőt felszólíthatja a verseny felfüggesztésére, amit a versenyző köteles végrehajtani.

A versenyzők egyénileg és csapatban is indulhatnak.

Egyéni indulás esetén a fentebb részletezett feladatok végrehajtása után, a pontszámítás a következő képlet alapján kerül meghatározásra:

A futás másodpercben kapott eredményéből kivonjuk a fekvenyomás ismétlésszámának 3 szorosát.

A legkevesebb pontot szerző versenyző nyer. Amennyiben pontegyenlőség áll fenn, úgy a fekvenyomásban jobb eredményt elérő versenyző kerül előrébb sorolásra. Teljes pontegyenlőség esetén, a kisebb testsúlyú versenyző a nyertes.

Csapatverseny 4 fős korcsoport nélküli csapatokban lehetséges. Minden versenyző az egyénileg elért eredményével a csapatversenyben is részt vehet. A csapatok névsorát a verseny megkezdéséig kell meghatározni. A csapatversenyben indulás esetén a fentebb részletezett feladat végrehajtását a csapat tagjai különböző futamokban hajtják végre.

A csapat által szerzett pontok számítása a következők szerint kerül meghatározásra:

A távot leghosszabb időtartam alatt teljesítő csapattag másodpercben kapott eredményének négyszereséből kivonjuk a csapattagok által teljesített fekvenyomások ismétlésszám összértékének háromszorosát. (A pontszámítás alapját az a gondolatmenet képezi, hogy egy csapat akkor ért el valahova, amikor annak az utolsó tagja is beérkezett.)

## **8. Díjazás:**

- Minden egyéni kategóriában az 1-3. helyezett oklevelet és érmet
- A csapatversenyben induló csapatok I-III. helyezett oklevelet és serleget
- Összesített verseny első 1-3. helyezett oklevelet és serleget
- valamint a versenyzők ajándékcsomagokat kapnak

- Különdíjban részesülnek:

- A legidősebb, a versenyt sikeresen teljesítő induló eredményétől függetlenül.
- Az a legkönnyebb versenyző, aki legalább 25 érvényes ismétlést teljesített a fekvenyomás versenyszámban és a versenyt sikeresen teljesítette, az elért eredményétől függetlenül.
- Az a legnehezebb versenyző aki, legalább 25 érvényes ismétlést teljesített a fekvenyomás versenyszámban és a versenyt sikeresen teljesítette, az elért eredményétől függetlenül.
- A legjobb hivatali munkarendben dolgozó versenyző.
- Továbbá a szponzorok, vagy meghívottak által felajánlott különdíjak.

Esetleges óvás a helyszínen, az óvási okot adó körülmény tapasztalását követő 30 percen belül, de legkésőbb a verseny befejezéséig lehetséges. Utólagos óvást a versenybírók nem fogad el, a döntés ellen fellebbezésre nincs lehetőség.

## **9. A verseny lebonyolításának módja:**

A versenyre történő nevezéseket határidőben meg kell tenni (lásd a 11. pontban). A versenyen résztvevőknek, a bajnokság időpontjában is érvényes orvosi igazolással kell rendelkezniük (melyről a nevezési lapon nyilatkoznak, vagy a verseny helyszínén – a regisztráció során – tűzoltótechnika-kezelői igazolványuk bemutatásával igazolják annak meglétét), melynek hiányában a versenyen történő részvételt a versenybírók elutasíthatja. A versenyzők egészségi alkalmasságukért önmaguk felelnek. A verseny helyszínén a résztvevők, szolgálati igazolványukat kötelesek bemutatni.

A szervezőbizottság – a nevezések alapján – a versenyzőket futamokba sorolja.

A verseny időmérése a domb tetején elhelyezett időmérő állomáson történik. A pontos időmérés kivitelezése érdekében a domb tetején és a domb alján párhuzamosan kötött csengők kerülnek elhelyezésre. A csengőket a domb tetején hozzák működésbe, melynek a hangjára indulnak a versenyzők, illetve indítják az órákat. A domb tetejére érkező versenyzők ismét működésbe hozzák a csengőt/vagy megkongatják a harangot/vagy kalapáccsal egy megfelelő tárgyat ütnek. Ekkor az időmérők leállítják a versenyt. Az elért eredményeket, papíron rögzítik, illetve rádióon továbbítják a domb alján felállításra kerülő informatikai sátorba. A beérkezett eredmények folyamatosan feltöltésre kerülnek, majd az e célból elhelyezett projektor kivetítőjén, a bajnokság ideje alatt megtekinthetőek.



## 10. Költségek:

A versenyre a nevezési díj **2500,- Ft/fő**, amely magában foglalja:

- a regisztrációs költséget
- a verseny napján az étkezést

A nevezési díjat a **Bács- Kiskun Megyei Katasztrófavédelmi Igazgatóság Magyar Államkincstárnál** vezetett, **10025004-00283566-00000000** számú számlájára kell megfizetni a nevezéssel egy időben. A közlemény rovatban fel kell tüntetni a versenyző nevét, szolgálati helyét, székhelyét és adószámát. A nevezés a befizetéssel együtt érvényes.

A bajnokság szervezésével, rendezésével és lebonyolításával kapcsolatos fennmaradó költségek a verseny szervezőjét terhelik, melyben az Országos Katasztrófavédelmi Sportegyesület támogatást nyújt. A sportnaptárban nevesített versenyeken való részvétel szolgálati útnak minősül, melyen a résztvevők számára térítésmentes utazást kell biztosítani.

## 11. Nevezési határidő:

A nevezéseket **2018. szeptember 20-án 16.00 óráig**, az [krisztina.holzl@katved.gov.hu](mailto:krisztina.holzl@katved.gov.hu) e-mail címre, a mellékelt nevezési lap kitöltésével (külön kísérlőirat mellőzésével) kérjük megküldeni. A nevezések leadásával egyidőben a nevezési díjat is meg kell fizetni.

A csapatok összeállításának pontosítása a helyszínen, a regisztráció során lehetséges.

## 12. Egyéb:

**Kérjük, hogy a közelebbi megyékből** (Bács-Kiskun, Csongrád, Békés, Jász-Nagykun-Szolnok, Főváros, Pest, Fejér, Tolna, Baranya) **érkező versenyzők a versenyprogramban megadott korábbi regisztrációs időpontra** (a versenyprogramban meghatározott Regisztráció I.) érkezzenek be, ezáltal elkerülhetővé válik – egy esetlegesen nagyobb létszám esetén – a regisztrációs pultnál kialakuló várakozási idő meghosszabbodása. A távolabbi megyékből (Hajdú-Bihar, Szabolcs-Szatmár-Bereg, Borsod-Abaúj-Zemplén, Heves, Nógrád, Komárom-Esztergom, Győr-Moson-Sopron, Vas, Veszprém, Somogy, Zala) érkezők a Regisztráció II. során megadott, későbbi időpontra érkezhetnek.

## 13. Öltözet:

A verseny helyszínén a regisztráció, a megnyitó, és az eredményhirdetés időpontjában kulturált sportruházat viselése kötelező. Az egységes katasztrófavédelmi szerv tekintélyéhez, valamint a tűzoltók társadalmi elismertségéhez nem méltó öltözet viselése szigorúan tilos.

**A versenyen mindenki önállóan gondoskodik a versenyen viselt védőruházatának, légzőkészülékének biztosításáról.**

## 14. Kapcsolattartók:

**Parádi Viktor Mihály t. hadnagy**

tel.: BM: 22-260, 76/502-810

**Hölzl Krisztina ka.**

tel.: BM: 22-023, 76/502-014

Mellékletek: nevezési lap (2 db)  
programtervezet

ZÁRADÉK

A dokumentum elektronikus aláírással hitelesített  
35300/3690-6/2018.ált.